Septiembre de 2026

CONSENTIMIENTO Y LÍMITES

SEMÁFORO DIGITAL:
Violencia, consentimiento y límites

LA REPO

SEMÁFORO DIGITAL: VIOLENCIA, CONSENTIMIENTO Y LÍMITES

SEMÁFORO DIGITAL

Violencia, consentimiento y límites

Leyenda de colores

 Verde: Situación que puede ser cotidiana; depende del acuerdo de la pareja.

 Amarillo: Situación que merece conversación y reflexión.

 Rojo: Situación que puede indicar control, violencia digital o vulneración de derechos.

Preguntas

Para cada situación, indica si te parece verde , amarilla o roja , y comparte *tu razonamiento con el grupo.*

#	Situación			
1	Estoy de fiesta y mi pareja me pide la ubicación en directo.			
2	Estoy en el gimnasio o tomando un café con amistades y mi pareja me pide la ubicación en directo.			
3	Mi pareja me pide las contraseñas del móvil para demostrar confianza.			
4	Mi pareja me pide constantemente fotografías de los lugares donde estoy.			
5	Mi pareja insiste en que le envíe fotografías íntimas para demostrarle mi amor.			
6	Recibo una fotografía íntima de una persona sin haberla pedido.			
7	Mi pareja revisa mi teléfono móvil sin preguntarme.			
8	Mi pareja se enfada si no respondo los mensajes inmediatamente.			
9	Mi pareja me prohíbe seguir a determinadas personas en las redes sociales porque tiene celos.			
10	Mi pareja me pide que elimine personas de mis redes sociales.			
11	Mi pareja quiere saber siempre con quién estoy y qué estoy haciendo a través de mensajes o aplicaciones.			
12	Una persona comparte una fotografía mía en las redes sociales sin pedirme permiso.			
13	Una persona comparte una conversación privada mía con otras personas sin consultármelo.			
14	Me siento obligada a responder mensajes porque sé que la otra persona se enfadará si no lo hago.			
15	Mi pareja controla la hora de mi última conexión o si he leído sus mensajes.			
16	Mi pareja me pide capturas de pantalla de las conversaciones que tengo con otras personas.			
17	Una persona me graba o me hace una fotografía sin mi consentimiento.			
18	Mi pareja mira mi historial de navegación sin mi permiso.			

#	Situación	□	□	□
19	Mi pareja comparte información íntima sobre nuestra relación con otras personas sin consultármelo.			
20	Una persona crea un perfil falso para seguirme u observar qué hago en las redes sociales.			
21	Mi pareja me pide acceso a mis cuentas de Instagram, TikTok u otras redes sociales.			
22	Una persona publica o reenvía una imagen íntima de otra persona sin su consentimiento.			
23	Mi pareja me pide que le envíe mi ubicación cada vez que salgo de casa.			
24	Una persona me hace videollamadas repetidamente hasta que contesto.			
25	Mi pareja me presiona para que active la geolocalización permanente de mi teléfono.			
26	Una persona me menciona o etiqueta en las redes sociales después de que le haya pedido que no lo haga.			
27	Mi pareja revisa quién da «me gusta» a mis publicaciones y me cuestiona por ello.			
28	Una persona me pide fotografías íntimas y continúa insistiendo después de que yo haya dicho que no.			
29	Mi pareja controla qué fotografías puedo o no puedo publicar en las redes sociales.			
30	Una persona crea un grupo de WhatsApp para hablar de mí sin mi conocimiento.			

Actividad educativa de reflexión sobre violencia digital, consentimiento y límites en la pareja.