

un **Camino**
de **I**dentificar **D**esmontar **A**ctuar
que no tiene vuelta atrás



Itinerario de formación
de profesorado, educadoras y educadores
en coeducación para la prevención
de las violencias machistas
con mirada de Ciudadanía Global.



Itinerario de formación
de profesorado, educadoras y educadores
en coeducación para la prevención
de las violencias machistas
con mirada de Ciudadanía Global.

InteRed 

Edita: **InteRed**
Un camino de I.D.A. que no tiene vuelta atrás

Autoría: InteRed.
Diseño y maquetación: Rosy Botero
Ilustraciones: Leticia Navarro
Fecha: octubre 2022
ISBN: 978-84-121198-2-4

Se permite libremente copiar, distribuir y comunicar públicamente esta obra siempre y cuando se reconozca la autoría y no se use para fines comerciales.

Esta publicación forma parte del proyecto de Educación para el Desarrollo de los convenios, financiados por la AECID, «Por el derecho de niñas, adolescentes y mujeres indígenas y mestizas a una vida libre de violencias en Guatemala» 18-CO1-1218, «Por el derecho de mujeres, jóvenes y niñas a una vida libre de violencias, incidiendo en la prevención desde el ámbito educativo y comunitario para la reducción de la violencia basada en género y la prevalencia del embarazo adolescente, en República Dominicana» 18-CO1-924 y «Fortalecimiento de la implementación de la educación intracultural, intercultural, plurilingüe y despatriarcalizadora en el modelo educativo socio-comunitario productivo de la Ley de Educación 070 de Bolivia, en los departamentos de La Paz, Cochabamba, Potosí y Chuquisaca» 18-CO1-1217. El contenido de este material formativo es responsabilidad exclusiva de la Fundación InteRed y no refleja necesariamente la opinión de la AECID.

Con la financiación de:



Índice

PRESENTACIÓN	5
GLOSARIO	7
GUÍA PARA FORMACIONES BREVES	11
INTRODUCCIÓN	12
PRIMERA PARTE. Coeducar para una Ciudadanía Global por un Mundo Libre de Violencias Machistas	14
SEGUNDA PARTE. Una ruta de I.D.A.: Identificar-Desmontar-Actuar	18
GUÍA PARA FORMACIONES EXTENSAS	27
INTRODUCCIÓN	28
BLOQUE 1. Provencción al grupo de las herramientas para la prevención de violencias machistas	30
Encuadrar el proceso formativo	31
Teorizar la escalera de la provencción que se ha recorrido	38
Cierre de la sesión	40
BLOQUE 2. Partir de lo personal en dirección a lo social	41
Recordar el marco y reactivar el grupo	41
Introducción al trabajo de violencias	43
Teorización introductoria a las violencias machistas	45
Introducción al trabajo de movilización social frente a las violencias machistas	46
BLOQUE 3. Poner en el centro el cuidado de las personas y del planeta	47
Vivencia emocional en torno a los cuidados	47
Teorización y contextualización sobre los cuidados	56
BLOQUE 4. Reconocer y celebrar la riqueza de la diversidad de identidades ...	61
Exposición «Toca Igualdad». Paneles sobre diversidad	61
Sondeando mi identidad	63
Teorización sobre la riqueza de la diversidad de identidades y los delitos de odio	68
Contextualización del eje de diversidad	70
BLOQUE 5. Promover una educación afectivo sexual respetuosa y de calidad	71
El puente entre el bloque de diversidad y el de educación afectivo-sexual	71
Vivencia emocional	73
Teorización y contextualización del eje de educación afectivo sexual respetuosa y de calidad	82

BLOQUE 6. Teorización y contextualización de la prevención de las violencias machistas	83
Enmarcar el bloque como cierre de la formación	83
Videofórum del documental «toca igualdad. toca coeducar»	83
Coeducando hacia una ciudadanía global comprometida por un mundo libre de violencias machistas	85
Celebración del cierre del bloque y de la formación	86





Presentación

Este documento quiere ser una herramienta de utilidad a la hora de impartir formaciones en coeducación para la prevención de las violencias machistas con mirada de Ciudadanía Global.- a claustros, grupos de profesorado, educadoras y educadores de tiempo libre y no-formal y, en definitiva, a cualquier persona que en cualquier contexto educativo quiera avanzar en la coeducación, acompañando a público infantil o juvenil.

Lo hemos denominado «Un camino de I.D.A. que no tiene vuelta atrás» en alusión al proceso de Identificar, Desmontar y Actuar que proponemos en InteRed como hoja de ruta para abordar la coeducación para la prevención de las violencias machistas con mirada de Ciudadanía Global.

Incluye dos guías para facilitar formaciones con equipos de educadoras, educadores y/o docentes, preferentemente claustros, a lo largo de procesos de diversa duración. En primer lugar, ofrecemos una guía breve para pequeñas formaciones de 2 a 5 horas, que puedan realizarse en cualquier momento a lo largo del curso escolar. Por ejemplo, en los espacios de formación que muchos claustros tienen en junio y/o septiembre, generalmente a lo largo de una o dos mañanas. La otra guía es para formaciones de mayor duración, por ejemplo, de 20 horas, con un mayor nivel de compromiso personal y de contenidos. Ambas guías se complementan y permiten pasar de una primera formación puntual a una más extensa y en profundidad.

InteRed somos una ONGD promovida por la Institución Teresiana, que apuesta por una educación transformadora, que genere la participación activa y comprometida de todas las personas a favor de la justicia, la equidad de género y la sostenibilidad social y ambiental. Una organización que impulsa procesos educativos para el cambio personal y colectivo a favor de la justicia social, la equidad y el cuidado de las personas y la naturaleza, abierta a la participación y al diálogo con grupos y personas de distintos países. Promovemos y queremos vivir valores como la coherencia, el cuidado de las personas y el planeta, la equidad, la corresponsabilidad, la participación, la solidaridad y la transparencia en nuestras acciones.

En InteRed entendemos la Coeducación como una propuesta educativa que promueve la transformación social y global. Siendo los feminismos, como pedagogía y apuesta política, la brújula y uno de los marcos de referencia para dicha transformación social; en consonancia con el trabajo por una educación humanista y crítica que pone el cuidado de la persona y de la naturaleza en el centro.

Con el nombre de «Toca Igualdad» InteRed impulsa en los espacios educativos del ámbito formal y no formal, la Coeducación con una mirada de Ciudadanía Global con el objetivo de motivar para ser parte del cambio por un mundo libre de violencias machistas a través de una práctica educativa que atraviese nuestras comunidades educativas, entendidas en sentido amplio: educación no formal y formal, familias, educadores/as, juventud, educandos, cargos institucionales, etc.

Conscientes de las causas estructurales que posibilitan las violencias machistas, nos queremos posicionar de forma activa y formar parte de la solución, proponiendo, como herramienta de prevención una educación transformadora, humanista y crítica y, más concretamente, una práctica coeducativa que nos ayude, primero, a identificar violencias; segundo, a desmontarlas y, tercero, a actuar frente a ellas.

Esta publicación, «Un camino de I.D.A. que no tiene vuelta atrás», parte del convencimiento de que la formación del profesorado, educadoras y educadores es el primer paso que hemos de dar hacia la transformación social por medio de una práctica coeducativa que favorezca el crecimiento individual y colectivo. Dicha capacitación permitirá sentirnos capaces, seguras e ilusionadas para transmitir y contagiar a las personas con las que compartamos la propuesta «Toca Igualdad», la importancia y necesidad de posicionarnos y actuar para la erradicación de las violencias machistas. Permite cuestionarse en lo personal, asentar las bases conceptuales y disponer de criterios sólidos y herramientas para acompañar a la infancia y la juventud en sus procesos de aprendizaje y empoderamiento.

Las guías que aquí se presentan beben de las experiencias y reflexiones generadas en los procesos de formación que se impulsan desde las delegaciones de InteRed y del trabajo compartido con organizaciones sociales locales en diferentes países de América Latina en la prevención y atención a las violencias machistas y quieren servir de base para llevar a cabo formaciones de diversa duración, en la que las educadoras y educadores y profesorado puedan seguir reflexionando e intercambiando aprendizajes y experiencias desde sus diferentes contextos y realidades, con objeto de ir generando un pensamiento colectivo y una mirada común y global en torno a la violencia contra las mujeres y su abordaje desde la coeducación.

Este material formativo ha sido realizado con el apoyo financiero de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID), con cargo a la propuesta de EpDCG para la promoción de una ciudadanía global comprometida con la igualdad de género y los derechos de las mujeres y niñas, ligada a los Convenios de Cooperación Internacional 2018/ PCONV/000924, 2018/PCONV/001217, 2018/PCONV/001218, financiados por la AECID.



Glosario

Afectividad: La afectividad es una cualidad psíquica a través de la cual la persona es capaz de experimentarse a sí misma y vivenciar, en lo más íntimo, la realidad externa. Es el modo como somos afectadas interiormente por las circunstancias que se producen a nuestro alrededor.

Corresponsabilidad: La corresponsabilidad es el reparto equilibrado del trabajo doméstico y reproductivo y de las responsabilidades familiares, como su organización, los cuidados, la educación y el afecto de personas dependientes dentro del hogar, con el fin de distribuir de manera justa los tiempos de vida de mujeres y hombres, y en la sociedad, entre familias, empresas y estado.

Crisis de cuidados: crisis existente en la sociedad actual y desde los años 70, derivada de la no disponibilidad de las mujeres al 100% para cuidar, en un contexto de cambio demográfico (envejecimiento de la población, mayor esperanza de vida, luego mayores necesidades de cuidados), de entrada de las mujeres al mercado de trabajo remunerado, y de la propia división del trabajo y falta de corresponsabilidad masculina en las tareas de cuidados.

Crisis ecosocial: es la actual crisis ecológica y social en la que estamos, de gran magnitud, fruto de la interconexión entre los procesos socioeconómicos, y las cada vez más limitadas capacidades de la naturaleza. Algunas de sus tendencias: un calentamiento global, causante del cambio climático, el agotamiento de los recursos naturales, que están llegando a su pico de producción, la pérdida de biodiversidad, un entorno social profundamente desigual, con crisis alimentaria y crisis de derechos humanos.

Cuidados: conjunto de tareas (materiales, económicas y psicológico-afectivas) que contribuyen al desarrollo y bienestar de las personas en su vida cotidiana, al sostenimiento de la vida y del planeta, y que se producen normalmente en circuitos de intimidad y en el marco de los hogares.

Deuda de cuidados: diferencia entre los cuidados que se reciben y las que se dan por parte de personas concretas o de grupos sociales (históricamente las mujeres). Según Amaia Pérez Orozco «tienen una deuda aquellas personas que podrían cuidarse a sí mismas y ofrecer cuidados, pero no lo hacen. En general, tienen una deuda los hombres y las personas de clases altas. Cuando una comunidad concreta no cubre sus propias necesidades, delega los cuidados a personas venidas de otros lugares, se conforman así cadenas (globales) de cuidados, que generan una deuda de cuidados de los territorios receptores de migración respecto a los emisores».

Diversidad¹: es el reconocimiento de la variedad de identidades diferentes y plurales, en base a factores como la etnia, la edad, la cultura, la religión, la sexualidad, la identidad de género, la orientación sexual, la clase, la diversidad funcional, entre otras. La diversidad es una manera de mirar a la realidad, y no debería implicar desigualdad de derechos, ni de oportunidades ni de trato. Coeducar por tanto, tiene por objeto el generar espacios y contextos educativos seguros y respetuosos con la diversidad, donde las personas se posicionen de forma explícita a favor de la diversidad como una ganancia para toda la sociedad y buscando la igualdad de derechos y oportunidades para todas y todos.

Empoderamiento: proceso y fin basado en la expansión en la libertad de escoger y de actuar y la toma de control de la persona sobre las decisiones que afectan a su vida. Implica un ámbito individual (personal) y colectivo, y ha sido fundamental para poner el poder en el centro del debate y plantear una estrategia clara de transformación radical de las relaciones y estructuras de género que reproducen la posición subordinada de las mujeres.

Hegemónico: que posee preponderancia, superioridad, predominio o supremacía.

Igualdad de género: Igualdad de derechos, oportunidades y resultados entre las personas independientemente del sexo al que pertenezcan. Igualdad no es lo mismo que uniformidad.

Interseccionalidad: es una teoría y una práctica, una sensibilidad analítica. La interseccionalidad plantea que las distintas discriminaciones y desigualdades que experimentan las personas no se pueden abordar desde un único marco explicativo (el género, la clase, o la raza), sino desde la imbricación de todos ellos.

Normatividad: normas institucionales a través de las cuales el comportamiento es configurado y regulado socialmente. Pueden ser normas sociales, jurídicas, religiosas...

Trabajo productivo: todas aquellas actividades destinadas a la producción de bienes y servicios que se compran y venden en el mercado, y tienen por tanto un valor de cambio (monetario). Tradicional y culturalmente ha sido realizado por los hombres en base a la construcción de género, y es por tanto el que posee reconocimiento social y económico.

Trabajo reproductivo: Todas aquellas actividades destinadas a satisfacer las necesidades de la familia y de la vida en general (reproducción social). Tradicional y culturalmente ha sido realizado por las mujeres, ha quedado históricamente circunscrito al ámbito privado (la esfera doméstica principalmente), y no ha sido por tanto ni valorado socialmente ni remunerado.

Sexualidad: Parte del desarrollo humano que incluye el comportamiento sexual pero también el género, los cuerpos y cómo funcionan, nuestros valores, actitudes, crecimientos y sentimientos de la vida, el amor y la gente en nuestras vidas. La sexualidad incluye los comportamientos sexuales, las relaciones sexuales, y la intimidad; la expresión de género; orientación sexual, la identidad de género, los valores, creencias y actitudes.

Socialización diferencial de género: es el proceso mediante el cual las personas en base a su género —hombres, por un lado y mujeres, por otro— aprenden y hacen suyas las pautas de comportamiento social existentes en un contexto histórico y cultural determinado.

1. MONJAS, María (2021), Coeducando. Hacia una ciudadanía global comprometida por un mundo libre de violencias machistas. Material formativo sobre contenido de campaña, 24-25. InteRed. Disponible en https://www.intered.org/sites/default/files/intered_publicacion_coeducando_bj.pdf

Se entiende como un proceso mediante el cual se prepara a las y los sujetos para ajustarse y cumplir con las normas y los papeles sociales que les están tradicional y culturalmente reservados.

Sororidad: es una forma cómplice de actuar entre mujeres en un contexto de discriminación y violencia patriarcal y una propuesta política para que las mujeres se alíen, trabajen juntas y encabecen los movimientos (Marcela Lagarde).

Violencia de género²: La Declaración de Naciones Unidas sobre la eliminación de la violencia contra la mujer, define la violencia contra las mujeres en su Art. 1 como «...todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como privada» resaltando que la violencia contra las mujeres está basada en el género, que no es fortuita o casual, siendo el factor de riesgo ser mujer. Sitúa la violencia contra las mujeres directamente en el marco de los derechos humanos, mostrando los diferentes tipos de violencias que pueden sufrir las mujeres, y muy importante, remarcando que pueden producirse tanto en el ámbito público como privado. Cuando se utiliza el término «mujeres» hace referencia a todas las personas del sexo femenino en todas sus fases del ciclo vital, es decir: niñas, adolescentes, adultas y ancianas.

La violencia de género es la violencia que se ejerce sobre una persona o un grupo de personas, en relación a su género, con base en las desigualdades y en las relaciones estructurales de poder de un género (el masculino) sobre el otro (el femenino). Hablar de violencia de género en lugar de violencia doméstica nos permite «sacar» las violencias estructurales de los hombres sobre las mujeres del terreno de lo doméstico, y por tanto, de lo privado, a lo público, y poner el origen de esas violencias en las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres.

Violencias machistas³: Es una denominación que trata de poner el foco en el adjetivo que dota de especificidad a este tipo de violencias, ya que señala tanto la causa de la violencia, el machismo, como el sujeto que la perpetra, los varones. Por otro lado, evidencia cómo este tipo de violencia se da una sociedad donde persisten valores machistas y se considera un determinado modelo de masculinidad como superior y con legitimidad para utilizar conductas violentas para legitimar su poder sobre las mujeres.

2. *ibid.*

3. Manuel Peris Vidal (2013), La despolitización de la violencia de género a través de la terminología, disponible en <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4729445.pdf> y del que recomendamos su lectura.

Guía para
formaciones
BREVES





Introducción

Esta primera guía es una herramienta que quiere facilitar la planificación de breves formaciones para introducir, a grupos de profesorado, educadoras y educadores, en la acción coeducativa para la prevención de las violencias machistas con mirada de Ciudadanía Global. Está pensada para que pueda adaptarse fácilmente a personas que trabajen con público infantil o juvenil y pueda impartirse en formaciones de 2 a 5 horas.

Los contenidos de esta formación son los del documento «Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación», que está disponible en la página web de InteRed⁴. La persona que vaya a facilitar la formación debe leerlo detalladamente con antelación y tenerlo presente en todo momento mientras la imparte. Los contenidos de la formación se corresponden, por tanto, con su índice:

Las violencias machistas, un problema histórico de orden global.

- Un camino trazado de esperanza.
- El contexto global: datos que nos indignan y nos mueven a actuar.

Coeducar para una Ciudadanía Global por un Mundo Libre de Violencias Machistas.

- Una Coeducación que construya Ciudadanía Global comprometida con la Igualdad real.
- La hoja de ruta para nuestra acción coeducadora:
 - **PASO 1:** IDENTIFICAR las violencias machistas y sus causas estructurales.
 - **PASO 2:** DESMONTAR los discursos de poder hegemónicos.
 - **PASO 3:** ACTUAR desde lo individual a lo colectivo: hacia una Ciudadanía Global por la Igualdad.
- Jóvenes como protagonistas del Cambio Social.
- TOCA IGUALDAD: Juntas/os, ¡por un presente y un futuro libres de violencia machista!

Esta guía breve se caracteriza, a diferencia de la guía extensa que presentaremos más adelante, por ser una propuesta formativa para grupos o claustros en los que no se dan las condiciones suficientes para implementar un proceso socio-afectivo de mayor recorrido.

4. Urbano Molina, Clara y Monjas Carro, María. «Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación». InteRed. 2020. Disponible en <https://www.intered.org/es/recursos/toca-igualdad-una-contribucion-la-prevencion-de-las-violencias-machistas-traves-de-la>

Supone un primer acercamiento a la coeducación para la prevención de las violencias machistas con mirada de ciudadanía global para motivar al profesorado y educadoras/es y que la pongan en práctica. Tiene, por tanto, un carácter introductorio bastante teórico. Si se quieren incluir más dinámicas, puede complementarse esta guía más breve con otras actividades extraídas de la guía más extensa que se encuentra más adelante.

Proponemos desarrollar el contenido en dos partes que describimos siguiendo una sucesión de momentos que, a modo de pasos, van secuencialmente profundizando el contenido a partir de lo avanzado anteriormente. Por eso, proponemos completar todos los pasos deteniéndose más o menos en cada uno en función del tiempo disponible y de las características del grupo, pero evitando saltarse ningún paso.

En la primera parte, «COEDUCAR para una Ciudadanía Global por un Mundo Libre de Violencias Machistas», se encuadra la propuesta de InteRed «Toca Igualdad» dentro de tres grandes marcos. Por un lado, se enmarca dentro del trabajo que mundialmente se está llevando a cabo por la igualdad y equidad de género y en concreto para la prevención de las Violencias Machistas, vinculándose al Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 5 de Igualdad de Género y a su meta 5.2. de eliminación de todas las formas de violencia contra todas las mujeres y las niñas. Por otro lado, se enmarca dentro del trabajo de Educación Transformadora para la Ciudadanía Global que impulsamos en InteRed y que se vincula con el ODS 4 y su meta 4.7. para asegurar en el alumnado, entre otras, la educación para la igualdad de género, la no violencia y la ciudadanía mundial. Por último, se enmarca y se nutre de las experiencias y aprendizajes en las intervenciones que InteRed apoya junto a organizaciones socias locales en Bolivia, Guatemala y República Dominicana para una educación despatriarcalizadora y el derecho de mujeres y niñas a una vida libre de violencias.

En la segunda parte, «HOJA DE RUTA para esta acción coeducativa: Identificar-Desmontar-Actuar», vamos a recorrer el camino que proponemos para la acción coeducadora al tiempo que motivamos a educadores/as y profesorado para desarrollarla con su alumnado. En primer lugar, veremos cómo IDENTIFICAR las violencias machistas y sus causas estructurales. Entre ellas, destacaremos el papel que juega la socialización diferencial de género y cómo la potenciamos en la educación formal e informal. Profundizaremos en otros discursos de poder hegemónicos. Haremos hincapié en la necesidad de superar los tabús que todavía existen al hablar sobre las violencias que atraviesan nuestros cuerpos, especialmente las de género. Invitaremos a poner luz sobre ellas empezando por reconocerlas y hablar de ellas. En segundo lugar, veremos cómo DESMONTAR los discursos, los mandatos y los modelos hegemónicos. Colectivamente crearemos alternativas a las violencias machistas y sus causas estructurales y las contrastaremos con las propuestas en la campaña. En tercer y último lugar, invitamos a ACTUAR por una Ciudadanía Global y una vida libre de violencias machistas, principalmente mediante la implementación de la Coeducación en todas las etapas educativas. Además de en la docencia, es importante actuar desde lo personal siendo cada día personas más igualitarias y avanzar en la transformación social mediante el empoderamiento colectivo. Interrelacionamos la dimensión personal y la dimensión social, lo local y lo global, desde una mirada de derechos, y de generación de una ciudadanía global crítica y comprometida que conozca y asuma su responsabilidad individual y colectiva en la lucha contra las violencias machistas.

Como soporte para presentar los contenidos a lo largo de la formación, se recomienda el uso o adaptación de la presentación en PowerPoint «Formaciones a Claustros en Toca Igualdad - Itinerario Breve» disponible en «Formaciones a Claustros en Toca Igualdad - Itinerario Breve» <https://www.intered.org/sites/default/files/formacionesclaustrostocaigualdad-itinerariobreve.pptx>

Primera parte

COEDUCAR para una Ciudadanía Global por un Mundo Libre de Violencias Machistas

MOMENTO 1.1

La formación se plantea partiendo de la pregunta ¿Por qué una cuestión como es coeducar para una Ciudadanía Global comprometida por un mundo libre de violencias machistas está en el núcleo de la Educación Transformadora? O dicho de otro modo ¿Por qué una ONGD como InteRed aborda esta cuestión como elemento nuclear para transformar nuestro modelo de desarrollo?

Se muestra cómo todas las formas de opresión están interrelacionadas. A nivel global destacamos las diversas violencias existentes contra las mujeres y niñas, que tienen causas estructurales, afectan a todas las sociedades, y que se mantienen, y reproducen gracias a la interrelación existente entre todas las formas de opresión...»

Una desigualdad en todos los lugares del mundo



2 DE CADA 3 personas analfabetas en el mundo son mujeres; la misma proporción durante los últimos 20 años

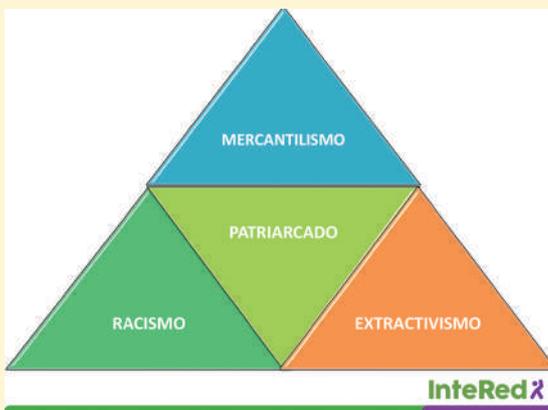
La violencia contra la mujer es un fenómeno universal. La tasa de mujeres que experimentan violencia física al menos una vez en la vida alcanza el 59% dependiendo de su lugar de residencia

La segregación ocupacional y las diferencias salariales en función del género se siguen dando en todas las regiones del mundo

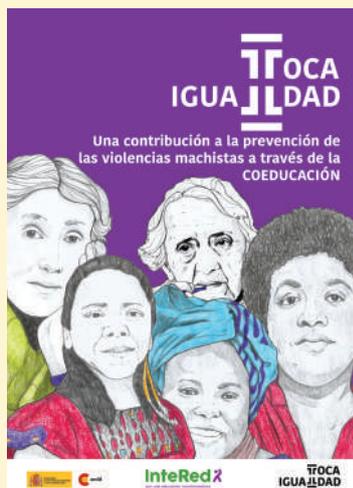
Las mujeres dedican al menos el doble de tiempo que los hombres al trabajo doméstico. Si se toma en consideración el trabajo remunerado y el no remunerado, las mujeres trabajan durante más horas que los hombres

Llegar a la Jefatura de Estado o de Gobierno sigue siendo difícil para las mujeres; en la actualidad, sólo 14 mujeres en el mundo ocupan uno de los dos cargos

Y más datos que luego veremos **InteRed**



MOMENTO 1.2



El contenido de la sesión de hoy está disponible en www.intered.org/recursos

Especificamos que el contenido que vamos a abordar en esta formación está disponible en el documento **Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación.**⁵

Por tanto, no es preciso tomar notas, lo más importante es dejarse interpelar por todo lo que vamos viendo y reflexionar sobre cómo nos afecta en nuestra vida y en nuestro trabajo educativo.

Sabemos que el tiempo es limitado y que en esta formación sólo podemos introducir el trabajo de prevención de las violencias machistas con una mirada de Ciudadanía Global, por lo que es conveniente que lean detenidamente el documento y que cuando tengan ocasión, amplíen su formación con nuevos cursos y talleres.

Proyectamos el tráiler de «Toca Igualdad», lo que sirve de puente para el momento 2.3: <https://www.youtube.com/watch?v=KrJPMoGf2FU>

MOMENTO 1.3

Partimos de una lluvia de ideas a modo de sondeo que nos permita ir construyendo a partir de los conocimientos previos que ya tienen y que nos facilite ir corrigiendo las ideas erróneas que puedan tener. Para ello hacemos el sondeo consultando en voz alta «¿qué sabemos de las violencias machistas?» Vamos tomando nota de sus respuestas en una pizarra o papeógrafo y las vamos organizando verticalmente colocando arriba los aspectos más visibles de las VVMM y en la parte de abajo los que se corresponden con formas menos visibles. De este modo, completamos la recogida de información con una explicación del «iceberg de las VVMM» que distingue los aspectos visibles, los invisibles, los explícitos y los sutiles, conforme a esta imagen de Amnistía Internacional que les mostramos.



5. Urbano Molina, Clara y Monjas Carro, María. «Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación». InteRed. 2020. Disponible en <https://www.intered.org/es/recursos/toca-igualdad-una-contribucion-la-prevencion-de-las-violencias-machistas-traves-de-la>

Explicamos que por eso preferimos hablar de violencias machistas mejor que violencia de género. Ya que la Ley de 2004 de medidas de protección integral contra la violencia de género, ofrecía protección a las mujeres que sufren malos tratos y violencia (física y psicológica, así como las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de la libertad) por parte de sus parejas y exparejas. Desde 2014, se considera también víctimas de violencia de género a los hijos e hijas menores de edad de las mujeres que sufren este tipo de violencia. Pero esta denominación se queda corta a la hora de determinar qué mujeres sufren violencia o son asesinadas por el hecho de ser mujeres. La sociedad tiende a identificar como violencia de género solo la que ocurre en la pareja o con la ex pareja y es fundamental situar su origen en la desigualdad y la dominación masculina, ya sea en el ámbito de la pareja o ex-pareja, o en el ámbito social más amplio (trata con fines de explotación sexual, mutilación genital femenina, ciberacoso sexual, etc.). Por eso hablamos de Violencias Machistas, en plural, reconociendo sus formas y manifestaciones diversas.

MOMENTO 1.4

Reforzamos la definición básica de las *Violencias Machistas como el tipo de violencia que atenta contra las mujeres por el mero hecho de ser mujeres».*

El Convenio de Estambul es el Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica.

Reconoce la violencia contra las mujeres como una violación de los derechos humanos y aborda la violencia contra las mujeres a través de medidas dirigidas a la prevención de la violencia, la protección a las víctimas y el enjuiciamiento de los autores.

El Convenio contempla como delito todas las formas de violencia contra la mujer: la violencia física, psicológica y sexual, incluida la violación; la mutilación genital femenina, el matrimonio forzado, el acoso, el aborto forzado y la esterilización forzada. Esto implica que los Estados deberán introducir en sus sistemas jurídicos estos delitos.

MOMENTO 1.5

Presentamos el apartado «Un camino trazado de esperanza»

- Mostramos las violencias machistas como un problema histórico de orden global y en el que ya se han alcanzado hitos y queda mucho por hacer en todo el mundo.

HITOS

LAS REPRESENTANTES
En la primera parte del s. XIX, en el Primer Congreso Internacional de Mujeres en Londres, denunciando abiertamente la existencia de malos tratos en la violencia sexual en el matrimonio.

EL MATRIMONIO COMO UN VÍCIUM
París en 1875 por "Hacerse" mujeres, contra el matrimonio con una red de ONGs de todo el mundo, convirtiéndose para la primera vez en un movimiento internacional de mujeres con un fin común: el matrimonio como un vicio.

RECONOCER A LAS MUJERES
La gran participación de las mujeres en las manifestaciones de la Primavera Rusa inspiraron a los obreros y a los intelectuales de todo el mundo, dando lugar a la primera huelga internacional de mujeres en los Estados Unidos.

CONCIENCIA MUNDIAL
En junio de 2010, más de 1.5 millones de mujeres en diversas ciudades y movimientos de todo el mundo se unieron para afirmar su derecho a la igualdad y a la justicia en un tiempo récord.

NOTABLES AVANCES EN LA PARIDAD DE GÉNERO EN LA MATRICULACIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA EN EL MUNDO.

ENORME AUQUE EN LA PRODUCCIÓN DE TEXTOS Y PROPUESTAS PEDAGÓGICAS FEMINISTAS A LO LARGO DEL TIEMPO, TANTO DE ORDEN LOCAL COMO INTERNACIONAL Y LECTORIO.

SE CONSOLIDÓ EL POSICIONAMIENTO DE LA ECONOMÍA FEMINISTA COMO UN MOVIMIENTO IMPERSONAL PARA ABORDAR EL CONFLICTO CAPITAL-VIDA, CON LA CONSIGUIENTE ADOCIÓN DE NUEVOS MARCOS NORMATIVOS QUE FAVORECEN LA PROTECCIÓN DE LAS NECESIDADES DE CUIDADOS Y LA DISTRIBUCIÓN DE LAS RESPONSABILIDADES PARA ATENDERLAS.

INCORPORACIÓN DEL GÉNERO COMO CATEGORÍA DE ANÁLISIS EN LAS REDES INTERNACIONALES, ADQUIRIENDO LAS MUJERES UN ROL PREPONERANTE.

IDENTIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL COMO UN ELEMENTO IMPORTANTE EN EL MANTENIMIENTO DE LA SUBORDINACIÓN DE LAS MUJERES, PROMOVINDOSE LAS DENUNCIAS, DEBIDO A CONSIDERARSE COMO UN ASUNTO PRIVADO DE LA PAREJA Y LOGRANDO ACUÑARSE ADÉMÁS EL CONCEPTO DE ACCESO SEXUAL.

ENTRE LOS HITOS QUE MUESTRAN EL ASCENSO PROGRESIVO E INTERNACIONAL DEL MOVIMIENTO FEMINISTA Y DE MUJERES ENCONTRAMOS:

InteRedX

TRICA IGUALDAD

- Luego presentamos los «datos que nos indignan» del contexto global y que nos mueven a actuar como datos que se suman a los que vimos en la diapositiva de por qué trabajamos por los derechos de las mujeres.
- Tras presentar los «datos que nos indignan» podemos pedirles si quieren añadir algún dato más: reciente, o a nivel local, etc. de violencias machistas que consideren relevante, o de actualidad, para que ellas/os puedan también contribuir a esa memoria histórica de las violencias machistas.

MOMENTO 1.6

Titulamos a esta actividad «Un iceberg lleno de nombres». Si no se ha considerado conveniente hacer la lluvia de ideas en el punto 3, éste sería el momento de presentar el iceberg de las violencias machistas y a continuación hacer esta actividad sobre los nombres.

Si ya se ha presentado, entonces lo recordamos y profundizamos en la idea de que, aunque estamos mencionando conceptos, datos, hitos, legislación... detrás de todos ellos hay niñas y mujeres y que es en ellas en las que queremos poner la atención y en evitar que ninguna más sufra ninguna forma de violencia.

- Recordamos los nombres de Ana Orantes, Marta del Castillo, de las niñas Anna y Olivia... que han sido más difundidos por los medios, pero también otras mujeres y niñas menos conocidas y se pueden leer nombres de asesinadas en el año en que se esté impartiendo la formación disponibles en la web: femicidio.net Es una forma de hacer memoria histórica, recordando a las víctimas, honrándolas, y hacer genealogía de un sentir colectivo frente a las violencias que nos atraviesa prácticamente a todas las mujeres.
- En este momento se puede encender una vela por todas las víctimas y dejarla hasta el final del taller, cuidando de su seguridad y recordando apagarla y no dejarla nunca desatendida.
- Se puede, incluso, mencionar los altares de muertas que se hacen en países como Bolivia y México. Específicamente, los altares de muertas que levantan en torno a la festividad de los muertos y las muertas para recordar a todas las mujeres que han perdido su vida víctimas de la violencia contra las mujeres.
- Invitamos a tener presentes a niñas y mujeres que conozcamos o de las que hayamos tenido noticia y queramos tener presentes. Recordamos que nuestra propuesta es para prevenir todas las formas de violencia, las visibles, pero también las invisibles y sutiles. Para ello proponemos «un camino de I-D-A que no tiene vuelta atrás» (I de Identificar, D de Desmontar y A de Actuar).



Segunda parte

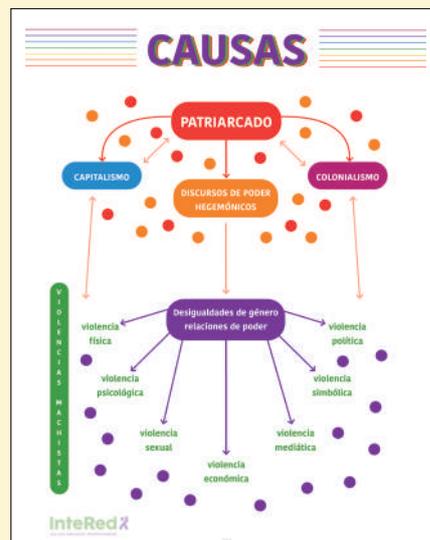
Una ruta de I.D.A: Identificar-Desmontar-Actuar

MOMENTO 2.1

Esta es la parte central de la propuesta de formación y puede ser más o menos dialogada o expositiva en función del tiempo disponible. Presentamos la hoja de ruta y por qué hablamos de un camino de I-D-A que no tiene vuelta atrás.

Empezamos por IDENTIFICAR las violencias machistas y sus causas estructurales, haciendo hincapié en que las causas de las violencias machistas se encuentran en las desigualdades y en las relaciones de poder que las sustentan. Las desigualdades son provocadas por nuestro sistema social y sostenidas por la violencia. Este sistema genera discursos de poder hegemónicos: creencias, acciones, imaginarios y valores que sostienen las desigualdades. Sin estas desigualdades, las distintas violencias, incluida la violencia machista, no serían posibles.

A continuación, mostramos y explicamos el cuadro con los tipos de violencias:



- Las causas de las violencias machistas se encuentran en las desigualdades.
- Las desigualdades son provocadas por nuestro sistema social y sostenidas por la violencia.
- Este sistema genera discursos de poder hegemónicos: Creencias, acciones, imaginarios y valores que sostienen las desigualdades.
- Sin estas desigualdades, las distintas violencias, incluida la violencia machista, no serían posibles.

MOMENTO 2.2

Antes de hablar de la socialización diferencial de género, les proponemos hacer grupos separados de hombres y mujeres de unas 6-7 personas aproximadamente y que dibujen (mejor en papelógrafo y al menos en DIN-A3) y describan qué características tendría el hombre ideal para esta sociedad y en una hoja aparte la mujer ideal para esta sociedad.

Se pone en común, se cuelgan en las paredes y se dialoga sobre esas características, se adelanta que son mandatos de género que vamos a ir explicando y que se transmiten ya desde antes de nacer por medio de la socialización diferencial de género que ejerce la familia, la escuela, la publicidad y medios audiovisuales, redes sociales y la sociedad en su conjunto.

Volveremos sobre los dibujos, pero ahora pasamos al paso siguiente.

MOMENTO 2.3

Explicamos la socialización diferencial de género con el apoyo de esta imagen:



Socialización diferencial de género

- Esta socialización diferencial, más que respetar las diferencias, provoca desigualdades, colocando a las mujeres en una situación de subordinación ante los hombres, lo que constituye la razón de ser y la base del patriarcado.
- La construcción de estas dos identidades opuestas y jerarquizadas, de los valores y mitos que las conforman y su instauración como lo normal en nuestras formas de pensar y de hacer, es la base sobre la que se apoyan las desigualdades de género, así como las violencias contra las mujeres en nuestras sociedades.
- El nivel de opresión al que puede estar expuesta una mujer o una niña, además, puede verse incrementado dependiendo de la situación de desventaja en otras esferas de su vida: la clase, etnia, edad, orientación sexual, diversidad funcional, religión, cultura, condición migratoria, entre otras esferas.

InteRed X

Esta socialización diferencial, en lugar de respetar las diferencias y ponerlas al mismo nivel, provoca desigualdades, porque coloca a las mujeres en una situación de subordinación ante los hombres, lo que constituye la razón de ser y la base del patriarcado. La construcción de estas dos identidades opuestas y sobre todo jerarquizadas, de los valores y mitos que las conforman y su instauración como lo normal en nuestras formas de pensar y de hacer, es la base sobre la que se apoyan las desigualdades de género, así como las violencias contra las mujeres en nuestras sociedades. El nivel de opresión al que puede estar expuesta una mujer o una niña, además, puede verse incrementado dependiendo de la situación de desventaja en otras esferas de su vida: la clase, etnia, edad, orientación sexual, diversidad funcional, religión, cultura, condición migratoria, entre otras. La interseccionalidad es este cruce de desigualdades, que otorga diversas posibilidades situando a las personas en posiciones de opresión o de privilegio en función de que disponga o carezca de unas u otras características. Ese cruce conforma una manera específica de vivir esa opresión o privilegio.

MOMENTO 2.4

Explicamos que seguimos «identificando» las causas de las Violencias Machistas, pero que damos un paso más y aunque sigamos identificando lo hacemos con una clara intención de «desmontarlas».

Se entrega a cada participante una impresión de la siguiente infografía que representa los discursos de poder hegemónicos en forma de escalera (extraída de la página 42 del documento «Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación»). Se explica detalladamente cada uno de ellos para que se entienda mejor.

Se hacen grupos de 4-5 personas, separados por sexos. Se asigna un peldaño a cada uno de los grupos y se les entregan hojas de tres colores para que respondan en cada color:



- COLOR 1:** Cómo llegan esos discursos a sus educandas y educandos.
- COLOR 2:** Cómo creen que les afecta y les va a afectar en el futuro esos discursos.
- COLOR 3:** Cómo pueden prevenir para que se libren de esos discursos.

Si hay tiempo, cada grupo presenta sus respuestas y las pega en la pared. Si no hay, la tallerista los coloca, presenta todos y se dialoga directamente sobre cómo les están llegando estos discursos (pues la mayoría de las fuentes son las mismas para varios discursos) y cómo prevenirlos. Se deja expuesto para completarlo luego en el momento 2.6.

MOMENTO 2.5

Con el apoyo de este dibujo de El Roto, se presenta el contenido y dialogamos sobre la naturalización de la violencia y del machismo, sobre cómo nos cuesta verla porqué está interiorizada y reforzada por nuestros privilegios.

Dificultad para ver y vernos las violencias porque estamos acostumbradas/os a no verlas. Las hemos normalizado, haciendo que sea tan difícil reconocerlas, ya sea desde el lugar de quien la sufre o de quien la ejerce. Todavía es un tabú. Hace falta hablar de ella, de cómo la vivimos y nos atraviesa los cuerpos y nuestro día a día.



El Roto.

Nosotros/as mismos somos machistas y nuestros entornos son desiguales. La violencia atraviesa y se sostiene en nuestras relaciones, nuestros privilegios, nuestros afectos, nuestros cuerpos, nuestras identidades y todo aquello que solemos utilizar para sostenernos subjetiva y objetivamente en nuestras vidas. Esto se debe a la normalización de la violencia, pero también de toda una historia vital de socialización diferenciada. La educación, en su más amplio espectro, juega aquí un papel fundamenta

Si hay tiempo, dedicamos un rato a observar cómo me siento al reconocer mis actitudes machistas (desde las más sutiles, mal llamadas micromachismos, a las consideradas más visibles y directas). Para ello, les entregamos una hoja de color y les invitamos a dibujar un corazón y escribir emociones, por contradictorias que sean a raíz de lo que estamos hablando. Se deja claro que esta hoja no es para compartir, sólo para ellas/os, para ayudar a auto-observarse. Se les pide que piensen en qué se han beneficiado en el pasado y pueden beneficiarse en el presente como consecuencia de estas desigualdades. Por ejemplo, en relación a los cuidados, cuál es nuestra deuda de cuidados, qué siento ahora que me doy cuenta, cómo me sentía cuando me beneficiaba, cuánto me estoy beneficiando, qué siento con ello... Qué sienten ahora mismo con el hecho de hacer este ejercicio...

MOMENTO 2.6

Este momento conviene desarrollarlo haciendo diferentes grupos y si estamos facilitando la formación a un claustro docente se desarrolla por etapas educativas de modo que puedan trabajar independiente el profesorado de Infantil, Primaria, ESO y otras si hubiera.

Les pedimos que utilicen de nuevo la infografía que les hemos entregado en el momento 2.4 con los discursos de poder hegemónico. En esta ocasión, les vamos a pedir que dialoguen y profundicen sobre cómo se pueden desmontar cada uno de estos discursos en el grupo de edad con que trabajan, por ejemplo, Infantil, Primaria, etc. Para ello, hacemos grupos por edades y entregamos a cada grupo material (papeles de colores, tijeras, celo...) para que construyan una escalera de papel alternativa, con varios escalones para desmontar cada uno de los discursos de poder.

MOMENTO 2.7

Tras construir la escalera del momento anterior, la actividad se completa en nuevos grupos de unas 5 personas, separando grupos de hombres y de mujeres a los que entregaremos cuadros diferenciados de los mandatos que el patriarcado impone para los hombres y para las mujeres:

1. Entregamos a los grupos de hombres el siguiente cuadro extraído de la página 48 del documento «Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación»
2. Entregamos a los grupos de mujeres el siguiente cuadro extraído de la página 49 del mismo documento:

- 1 -

- 2 -

DESMONTAR LOS DISCURSOS DE PODER	
<p>Frente a la construcción de la identidad masculina a partir de:</p> <p>El desprecio y la negación de lo femenino.</p> <p>La represión de las emociones y la ausencia del aprendizaje de los cuidados.</p> <p>La heterosexualidad obligada.</p> <p>La construcción del deseo sexual masculino a través de la pornografía (que promueve y normaliza la violencia sexual).</p> <p>La legitimación del uso de la fuerza, la imposición y la violencia como estrategia aprendida y premeditada para mantener el estatus de privilegio y dominio frente a las mujeres.</p>	<p>Contribuir a una visión positiva de los valores "tradicionalmente femeninos" (diálogo, ternura, empatía, cuidados, etc.) promoviendo la capacidad de empatía de los niños y jóvenes, para que asimilen el cuidado de las y los demás como un valor positivo.</p> <p>Tal y como IntelRed apuesta en su posicionamiento de Educación, entendemos la acción de "coeducar como promover y disfrutar la riqueza de la diversidad de identidades existentes como un valor en positivo y no como un problema, repensando la masculinidad y femineidad hegemónicas impuestas por el heteropatriarcado" (InteRed, 2019:22).</p> <p>Priorizar la ruptura del vínculo entre masculinidad y violencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poniendo las emociones y los cuidados en el centro. • Traslado del enfoque de los varones como posibles violentos a los varones como posibles cuidadores. • Reforzando hombres cuidadores como referentes. <p>Visibilizar cómo cualquier pequeño maltrato es un GRAN maltrato, incorporando en los espacios educativos una TOLERANCIA CERO frente a la violencia - Clave: ruptura de silencios cómplices frente a situaciones de violencia.</p> <p>Visibilizar y normalizar la diversidad de orientaciones e identidades sexuales que debe mostrar sus mundos afectivos y quehaceres cotidianos, de forma que se haga obvia la similitud básica de todos los seres humanos. No tratar la homosexualidad por separado de forma explícita, sino como una práctica más dentro de las posibles prácticas afectivo sexuales.</p>

<p>Ante el mandato para las mujeres de ser seres para las y los demás.</p> <p>Ante el modelo del amor romántico, que promueve y normaliza las relaciones de desigualdad entre hombres y mujeres y es el caldo de cultivo de la violencia de género en la pareja.</p> <p>Y el mito de la belleza mediante el cual la identidad de la mujer se fundamenta en la «belleza», permaneciendo vulnerables a la aprobación exterior.</p> <p>Frente a la hipersexualización de mujeres y niñas en un mercado libre y sin límites que entiende que los cuerpos de las mujeres son una mercancía de la que extraer los beneficios necesarios para la reproducción del patriarcado y capitalismo neoliberal.</p> <p>Mientras que el patriarcado aboga por el corporativismo masculino obligatorio, fomenta, promueve y naturaliza la competitividad desleal entre mujeres y que sean poco solidarias entre ellas.</p>	<p>Reforzar en las mujeres dos aspectos clave: la autoestima y la autonomía, fortaleciendo sus habilidades para aprender a establecer límites y a cuidarse a sí mismas dejando de centrar su identidad en torno al amor y al sacrificio.</p> <p>Chicas y chicos deben ser capaces de ponerle nombre a sus sentimientos, identificarlos y expresarlos sin miedo. La sexualidad debe ser sinónimo de respeto, bienestar y confianza.</p> <p>Entender que la igualdad NO significa ser como tradicionalmente han sido los hombres, reflexionando de forma crítica con las y los adolescentes sobre la igualdad ¿en qué y para qué? De modo que definamos el mundo desde las necesidades y el deseo de cada cual, y no según lo que quieran y digan otras personas.</p> <p>Fomentar una corresponsabilidad integral en la pareja: doméstica, sentimental y sexual, entendida desde el reconocimiento y ejercicio del disfrute compartido y de la prevención compartida. Cambiar las relaciones de riesgo por relaciones de cuidado: se trata de deserotizar al "malote" y el riesgo, y erotizar las relaciones de cuidado y buenos tratos.</p> <p>Poner en valor los diferentes cuerpos que nos conforman como mujeres que rompen con el modelo de belleza hegemónica y realizar análisis críticos sobre cómo el sistema se sirve del control sobre el cuerpo y la sexualidad de las mujeres desde nuestras realidades personales y locales y vinculándolo con prácticas como la trata, la prostitución, la pornografía o la gestación subrogada.</p> <p>Frente a ello es básico visibilizar, potenciar y revitalizar la noción de solidaridad, cuya base es el fortalecimiento de los pactos solidarios entre mujeres. No somos competencia, somos compañeras: "sí atacan a una, respondemos todas!".</p>
---	--

Se deja a los grupos que dialoguen unos 10 minutos sobre los mandatos y modelos hegemónicos y se les pide que los relacionen con los dibujos que anteriormente habían construido sobre «el hombre-mujer ideal» en el momento 2.2 y que puedan sumar ideas de alternativas a las violencias machistas.

Posteriormente se pide a los hombres que pongan en común el contenido de la hoja que les hemos entregado y de las ideas que han ampliado. Una vez que los grupos de hombres han terminado de compartir, les preguntamos a las mujeres qué han sentido al oír a los hombres hablar así de las alternativas al modelo hegemónico de masculinidad. Luego, se puede dialogar sobre el contenido de las alternativas y cómo hacerlas viables en la escuela.

Después, se pide a los grupos de mujeres que sean ellas quienes compartan el contenido de su hoja y lo que han ampliado. Una vez que han terminado de hacerlo, se pide a los hombres que expresen cómo se han sentido al oír a las mujeres hablar así de su empoderamiento y superación de mandatos.

El diálogo se completa viendo las posibilidades y dificultades de superar estereotipos y ofrecer en la escuela y en la educación en general modelos alternativos a los mandatos de género.

MOMENTO 2.8

Tras Identificar y Desmontar las Violencias Machistas, damos ahora un tercer paso, que es el **ACTUAR** para contribuir a su erradicación a nivel local y global. A su vez, la acción nos ayudará a seguir identificando y desmontando las distintas formas de violencias machistas.

Para profundizar en esta parte de la formación, se puede ampliar los contenidos con los siguientes documentos de InteRed diseñados para favorecer la movilización con jóvenes:

- Toca Igualdad. Guía para la Movilización Social.⁶
- Jóvenes desmontando el Patriarcado⁷
- Jóvenes actuando con cuidados. Guía para la movilización ⁸
- Jóvenes actuando con cuidados. Propuesta para promover la movilización social de jóvenes ⁹

Comenzamos presentando nuestra propuesta de actuar desde lo individual a lo colectivo... y presentando qué es la movilización social por medio de esta presentación¹⁰.

6. Pineda, Teresa. Toca Igualdad. Guía para la Movilización Social. InteRed. 2022. Disponible de forma gratuita en <https://intered.org/es/recursos/guia-para-la-movilizacion-social>

7. Maiques Díaz, Mar y Ocaña Muñoz, Luisa María. «Jóvenes desmontando el Patriarcado». InteRed. 2019. Disponible de forma gratuita en <https://www.intered.org/es/recursos/jovenes-desmontando-el-patriarcado-por-un-mundo-libre-de-violencias-machistas>

8. De Arriba Rivas, Cecilia. «Jóvenes actuando con cuidados. Guía para la movilización». InteRed. 2015. Disponible en <https://www.intered.org/es/recursos/jovenes-actuando-con-cuidados-guia-para-la-movilizacion>

9. InteRed. «Jóvenes actuando con cuidados. Propuesta para promover la movilización social de jóvenes». InteRed. 20217. Disponible en: <https://www.intered.org/es/recursos/jovenes-actuando-con-cuidados>

10. <https://view.genial.ly/61e4a01b1cb3c70d26b567dd/presentation-movilizacion-social>

PASO 3: ACTUAR desde lo individual a lo colectivo



- Proponemos aquí un poder desde dentro, que surge de la interioridad de la propia persona, que incluye una aceptación y una confianza en lo que somos y en nuestras potencialidades. Un "poder para", entendido como capacidad de hacer, generador de nuevas posibilidades de acción y relación críticas con la imposición y la dominación.
- Esta transformación social será sólo posible a través del empoderamiento colectivo, entendiendo como tal: la capacidad de sumar poder de transformación social no ya contra el otro o sobre los otros, y no solo a nivel individual, sino gracias a estar y a hacer junto a y con el otro y los/as demás.
- Interrelacionar la dimensión personal y la dimensión social, lo local y lo global, desde una mirada de derechos, y generación de una ciudadanía global crítica y comprometida que conozca y asuma su responsabilidad individual y colectiva en la lucha contra las violencias machistas

Luego mostramos ejemplos de movilizaciones que pueden llevarse a cabo con edades diversas:

- En el ámbito escolar:
 - Al interior del centro:
 - Grupo de activistas feministas del Colegio Lourdes de Madrid: <https://www.youtube.com/watch?v=J1ty05KNDBg&list=PLWpiTxcEOvZIIj-QM50cSMka1TFJHZ9gmD&index=2>
 - Amazonas violetas. IES Valdebernardo de Madrid: <https://www.youtube.com/watch?v=OMm9Opswrrw&list=PLWpiTxcEOvZIIj-QM50cSMka1TFJHZ9gmD&index=3>
 - ApS «No da igual» en el Colegio Santa Teresa de Alicante: <https://youtu.be/OXviWqGepzM>
 - Al exterior:
 - I.E.S Villa de Vallecas de Madrid por la igualdad de género y sostenibilidad ambiental: https://www.youtube.com/watch?v=EDMs-_r3AI&list=PLWpiTxcEOvZIIj-QM50cSMka1TFJHZ9gmD&index=1
- Ejemplos aplicables al ámbito educativo en general:
 - Movilización realizada en Calle Larios (Málaga) por la eliminación de la violencia machista entre jóvenes del IES Pablo Picasso: <https://www.youtube.com/watch?v=Ou2hJRQgqVE>
 - Movilización contra la discriminación del CES Santa María de los Ángeles de Málaga: <https://www.youtube.com/watch?v=Ou2hJRQgqVE>
 - Podcast sobre el acoso sexual: <https://www.facebook.com/InteRedAndalucia/videos/212964270563153/>
- Algunas ideas para trabajar en infantil y primaria son:
 - Elaborar un podcast o programa de radio sobre el tema.
 - Grabar un video (sin rostros) en que muestren como en su aula juegan en igualdad.
 - Teatralizar para las compañeras, compañeros, familias, etc., un cuento coeducativo.
 - Exposición de dibujos, pinturas, etc. coeducativos. Puede exponerse al aire libre, en espacios cerrados o directamente pintar al aire libre en espacios públicos adecuados.
 - Hacer una campaña en redes sociales con los dibujos y pinturas del punto anterior.
 - ...

Tras mostrar los ejemplos, se abre un tiempo de trabajo en grupos de unas 5 personas separadas por las edades con que trabajan. Se les entregan cuatro hojas de colores diferentes y se trabaja en cuatro momentos diferenciados:

- Espacio de 15 minutos para poner en común en la hoja de color 1 ¿Qué oportunidades nos ofrece la posibilidad de trabajar la movilización social en el trabajo educativo que hago con mi grupo? Y en la hoja de color 2 ¿Qué dificultades puedo encontrar para incluir la movilización en el trabajo educativo que hago con mi grupo?
- Espacio de 10 minutos en que les presento y entrego la ficha resumida del documento «TOCA IGUALDAD. GUÍA PARA LA MOVILIZACIÓN SOCIAL»
- Espacio de 5 minutos para recoger en la hoja de color 3 todas las ideas que se ocurran de posibles ideas de movilizaciones que podrían hacerse a favor de la igualdad de género y/o contra las violencias machistas con el grupo de edad con que trabajo.
- Espacio de 10 minutos para seleccionar una de las ideas y desarrollarla un poco más en la hoja de color 4 imaginando qué pasos se seguirían y cómo se podría hacer frente a las dificultades que se habían señalado en el espacio primero y a las nuevas dificultades que vayan apareciendo al imaginar el proceso.
- La actividad se completa con una puesta en común, de 10 minutos, en el grupo grande, en que se comparten tanto las ideas propuestas en los grupos pequeños como las dificultades que se han detectado para hacer movilización en ese espacio educativo y cómo pueden solventarse.



FICHA PARA LA CONSTRUCCIÓN DE UNA ACCIÓN DE MOVILIZACIÓN SOCIAL INFANTIL Y/O JUVENIL*

A) SELECCIÓN DE LA TEMÁTICA A TRABAJAR

Objetivo 	Alcanzar un consenso sobre la temática que más ha interesado al alumnado para realizar una acción de movilización social o incidencia política.
Desarrollo 	Será más o menos dirigida y llevará más o menos tiempo dependiendo de la edad del grupo y de si ya se ha posicionado sobre la temática que más le interesa para realizar una acción de movilización.

B) CONOCIENDO LA MOVILIZACIÓN SOCIAL

Objetivo 	Motivar sobre la actuación para transformar nuestro entorno, basándonos en los cambios que se han dado gracias a la movilización social y la incidencia política a lo largo de la historia. Conocer qué es la movilización social y qué formas hay de materializarla, así como testear cuáles se adecúan más al grupo.
Desarrollo 	Hacer una presentación expositiva incorporando preguntas generadoras que faciliten la construcción colectiva de una concepción compartida de la movilización.

C) GENERANDO INICIATIVAS

Objetivo 	Detallar todo lo posible la iniciativa propuesta, de tal manera que sea viable y realista.												
Desarrollo 	<p>En plenario se rellena un lienzo de iniciativas, por ejemplo, como el que se adjunta a continuación. Desde el punto de la movilización conviene empezar por el impacto que se quiere conseguir o las personas destinatarias a las que se quiere llegar. Pero desde el punto de vista educativo lo nuclear son los objetivos que queremos alcanzar con el público que estamos trabajando.</p> <p>A partir del impacto social y de los objetivos educativos, se planifican las acciones, sus fechas, los recursos humanos materiales y económicos que requieren... También se prevé cómo se va a evaluar la actividad en aspectos como el impacto alcanzado, los aprendizajes adquiridos, etc. En este momento de planificación es muy importante acompañar a que el grupo encuentre acciones realistas, con impacto motivador y acorde a los recursos existentes (humanos y materiales).</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="2">OBJETIVO</th> <th colspan="2">IMPACTO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Acciones</td> <td>Recursos Humanos</td> <td>Difusión</td> <td>Ingresos</td> </tr> <tr> <td>Cronograma</td> <td>Recursos materiales</td> <td>Evaluación del impacto</td> <td>Aprendizajes</td> </tr> </tbody> </table>	OBJETIVO		IMPACTO		Acciones	Recursos Humanos	Difusión	Ingresos	Cronograma	Recursos materiales	Evaluación del impacto	Aprendizajes
OBJETIVO		IMPACTO											
Acciones	Recursos Humanos	Difusión	Ingresos										
Cronograma	Recursos materiales	Evaluación del impacto	Aprendizajes										

* Adaptado de Pineda, Teresa. Toca Igualdad. Guía para la Movilización Social. InteRed. 2022. Disponible de forma gratuita en <https://intered.org/es/recursos/guia-para-la-movilizacion-social>

D) ACCIONES	
<p>Objetivo</p> 	Llevar a cabo las actividades previstas para alcanzar los impactos sociales y los aprendizajes educativos previstos.
<p>Desarrollo</p> 	<p>Por acción no entendemos sólo el momento social o de calle si hubiera, sino toda la actividad previa que es preciso llevar a cabo, por ejemplo, ensayos, carteles, guiones, etc.</p> <p>Según la edad y la naturaleza de la acción, nuestra forma de acompañar al grupo variará. Sin embargo, lo que sí se mantendrá en todos los casos, es que la persona facilitadora velará por cuestiones como el cumplimiento de las decisiones tomadas, la motivación, la participación, la seguridad, la evaluación...</p>

E) EVALUACIÓN	
<p>Objetivo</p> 	Reflexionar y dejar constancia de los logros, impactos y aprendizajes alcanzados, desde una perspectiva de desarrollo personal, grupal y social.
<p>Desarrollo</p> 	<p>La evaluación deber ser multifocal de modo que se vean reflejadas las principales variables planificadas y que se han trabajado en la acción. Reflejará los ítems a evaluar tanto sobre el alcance del impacto de la acción, como sobre la calidad de la ejecución y los aprendizajes adquiridos. Pondremos especial atención a la motivación generada en el grupo, a la percepción de transformación social y de aprendizaje, así como a las emociones generadas individualmente. Para ello nos apoyaremos en la información que estas personas han facilitado a lo largo del proceso.</p> <p>Para la evaluación cualitativa del proceso, cada persona podrá escribir, pintar, dibujar, modelar o expresar por el medio que más le interese, la respuesta a estas preguntas. Se compartirán en el grupo y se hará una reflexión desde el respeto y el cuidado a la vivencia individual de cada participante, teniendo presentes las emociones generadas y las capacidades desarrolladas.</p>

F) ACCIONES	
<p>Para finalizar, realizaremos un acto de cierre como grupo, donde podemos optar por una actividad lúdica, algún baile, expresión o una celebración más informal, dependiendo de las posibilidades del contexto y teniendo en cuenta la adecuación al grupo. Si se quiere profundizar en esta acción, puede hacerse una dinámica de cierre y recogida de las expuestas en el BLOQUE VI: Recoger lo vivido y afianzarlo de <i>Jugar y actuar nuestras armas para la paz</i> (https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/jugar-y-actuar-nuestras-armas-para-la-paz-juego-teatral-y-procesos).</p>	

Guía para
formaciones
EXTENSAS





Introducción

Esta guía quiere facilitar la planificación de formaciones de unas 20 horas de duración que tengan como objetivo ampliar la capacidad docente para prevenir las violencias machistas y hacerlo con mirada de Ciudadanía Global. Está pensada para que pueda adaptarse fácilmente a grupos de profesorado, educadoras y educadores que trabajen con público infantil o juvenil.

Se trata de un itinerario más extenso que el que hemos presentado en la primera parte de este documento para que pueda complementar esos tres pasos de Identificar-Desmontar-Actuar con los cuatros ejes que constituyen la propuesta de InteRed «Toca Igualdad», que son: el cuidado de las personas y del planeta, reconocer y celebrar la riqueza de la diversidad de identidades, una educación afectivo sexual respetuosa y de calidad y la prevención de las violencias machistas.

Conforme a estos cuatro ejes, los contenidos de la formación son:

1 PONER EN EL CENTRO EL CUIDADO DE LAS PERSONAS Y DEL PLANETA

- a. Definición de cuidados
- b. Cuidados para la sostenibilidad de la vida (personas, planeta)
- c. Trabajo de cuidados como trabajo reproductivo, frente al trabajo productivo.
- d. Crisis de cuidados y crisis eco-social
- e. Socialización diferencial de género
- f. Corresponsabilidad

2 RECONOCER Y CELEBRAR LA RIQUEZA DE LA DIVERSIDAD DE IDENTIDADES

- a. Definición de igualdad y diversidad
- b. Normatividad
- c. Interseccionalidad (opresiones y privilegios)
- d. Entender las identidades como cambiantes, no esencializadoras

3

PROMOVER UNA EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL RESPETUOSA Y DE CALIDAD

- Qué es la afectividad y la sexualidad
- Buen trato
- Amor romántico
- Relaciones de dependencia
- Lógicas individualistas y de consumo en las relaciones
- Autoestima

4

LA PREVENCIÓN DE LAS VIOLENCIAS MACHISTAS DESDE LA COEDUCACIÓN

- Qué es la violencia de género y qué son las violencias machistas
- Distintos tipos de violencias de género (VDG)
- Conocer las causas de las VDG: desigualdades entre hombres y mujeres, patriarcado, interacción de sistemas de dominación (patriarcal-capitalista-colonial/racista).
- Sororidad

Para llevar a cabo esta formación proponemos seguir una metodología vivencial siguiendo el enfoque socio-afectivo, tal como se explicará al grupo en el bloque primero. En él se proponen cuatro pasos que favorecen que el aprendizaje sea significativo, integrando tres ámbitos del ser humano: el corporal, el cognitivo y el emocional. Los cuatro pasos son, como veremos con más detalle, primero inducir una vivencia emocional a la que seguirá una reflexión personal y colectiva sobre su experiencia; tras la cual se le ofrece una teorización que amplía la información sobre la cuestión que se está tratando. Finalmente se dialoga sobre el modo de contextualizar estos aprendizajes de modo que generen transformaciones reales en el ámbito local y global.

A lo largo de esta guía y en cada uno de los bloques seguiremos, de forma un poco flexible, los cuatro pasos que conforman el ciclo de la metodología socioafectiva. En ocasiones, juntaremos la teorización bien con la reflexión colectiva bien con la contextualización. Cada bloque puede llevar de 2 a 5 horas según el tiempo de que se disponga o se quiera dedicar.



Bloque 1

PROVENCIÓN AL GRUPO DE LAS HERRAMIENTAS PARA LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIAS MACHISTAS

Antes de profundizar con el grupo en cada uno de los ejes que conforman la propuesta «Toca Igualdad» es preciso fortalecer su identidad como grupo y proveerle de herramientas que faciliten la comunicación no-violenta y sienten las bases para los diálogos y debates que se producirán a lo largo de la formación y, en definitiva, para prevenir y resolver los conflictos de forma pacífica y no violenta en los procesos coeducativos que implementen en el futuro.

Para llevar a cabo este proceso de provención, proponemos seguir la propuesta «Jóvenes desmontando el Patriarcado»¹¹ disponible gratuitamente en [intered.org](https://www.intered.org) y que recomendamos leer íntegramente antes de impartir la formación. Parte de esta propuesta la vamos a resumir para describir el proceso. En ella encontramos la explicación de en qué consiste la escalera de la provención tal como la explica Paco Cascón:

El término provención se utiliza para hacer referencia a la necesidad de proveer de herramientas - al grupo y a las personas que lo conforman - para transformar positivamente los conflictos. Desde la provención buscamos lograr los siguientes objetivos:

- Crear grupo en un ambiente de aprecio y confianza.
- Favorecer la comunicación en el grupo de participantes.
- Favorecer la toma de decisiones por consenso.
- Trabajar la cooperación.

El trabajo de provención en las formaciones vivenciales de este tipo se divide en dos grandes fases: la creación y cohesión (el ser grupo); y el funcionamiento del grupo (el hacer del grupo), que en este caso será el trabajo de prevención de las Violencias Machistas. La provención es un camino que andamos paso a paso como si se tratase de subir una escalera, trabajar cada escalón será indispensable para avanzar en el siguiente.



A lo largo de este bloque avanzaremos por dicha escalera siguiendo una metodología vivencial con enfoque socio-afectivo, por medio de los cuatro pasos que garantizan que su aprendizaje sea significativo, que son: primero inducir una vivencia emocional a la que seguirá una reflexión personal y colectiva sobre su experiencia; tras la cual se le ofrece una teorización que amplía la información sobre la cuestión que se está tratando. Finalmente se dialoga sobre el modo de contextualizar estos aprendizajes de modo que generen transformaciones reales en el ámbito local y global.

¹¹ Maiques Díaz, Mar y Ocaña Muñoz, Luisa María. «Jóvenes desmontando el Patriarcado». InteRed. 2019. Disponible de forma gratuita en <https://www.intered.org/es/recursos/jovenes-desmontando-el-patriarcado-por-un-mundo-libre-de-violencias-machistas>

► ENCUADRAR EL PROCESO FORMATIVO



Descripción:

Se invita al grupo a iniciar este proceso de formación partiendo de preguntarse ¿Por qué una cuestión como es coeducar para una Ciudadanía Global comprometida por un mundo libre de violencias machistas está en el núcleo de la Educación Transformadora?

Cuando el grupo comparta sus respuestas, la persona que facilita la formación debe mostrar cómo todas las formas de opresión están interrelacionadas. Como elemento central, destacamos las diversas violencias que a nivel global se ejercen contra las mujeres y niñas. Son violencias que tienen causas estructurales, afectan a todas las sociedades, y que se mantienen, y reproducen gracias a la interrelación existente entre todas las formas de opresión.

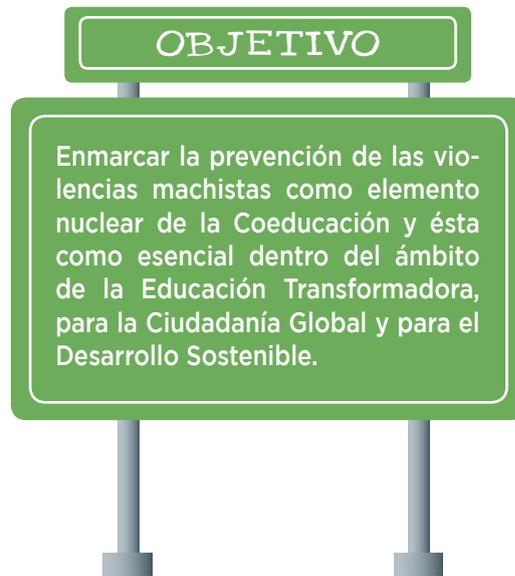
A lo largo de la formación iremos profundizando en todo ello y en cómo nos afecta a nivel personal, grupal, colectivo y social, tanto local como globalmente.

Para ello, vamos a utilizar fundamentalmente dos recursos «didácticos» muy potentes:

- Nuestro propio cuerpo, con toda su historia y lo que ha hecho que en estos momentos sea como es, incluyendo nuestro cerebro y nuestra forma de pensar, nuestra estructura corporal, todos los sistemas que se interrelacionan entre sí y con el mundo... Y todo el potencial que ese cuerpo tiene.
- Un cuaderno en blanco, que les entregamos en este momento y en el que, entre otras cosas, vamos a ir poniendo conciencia sobre qué nos sucede en este proceso: de qué nos damos cuenta en cada sesión que tenga que ver con el sexo, el género, sus desigualdades, sus violencias, los modos de prevenirlas y transformarlas en mi cuerpo, en mi vida, en mi trabajo docente...

Los vamos a poner en juego en distintos momentos y de diversas maneras. Alternaremos momentos de trabajo individual con otros de trabajo grupal de distinto tipo: grupos grandes, pequeños, mixtos, por género... incluso alguna propuesta de movilización social.

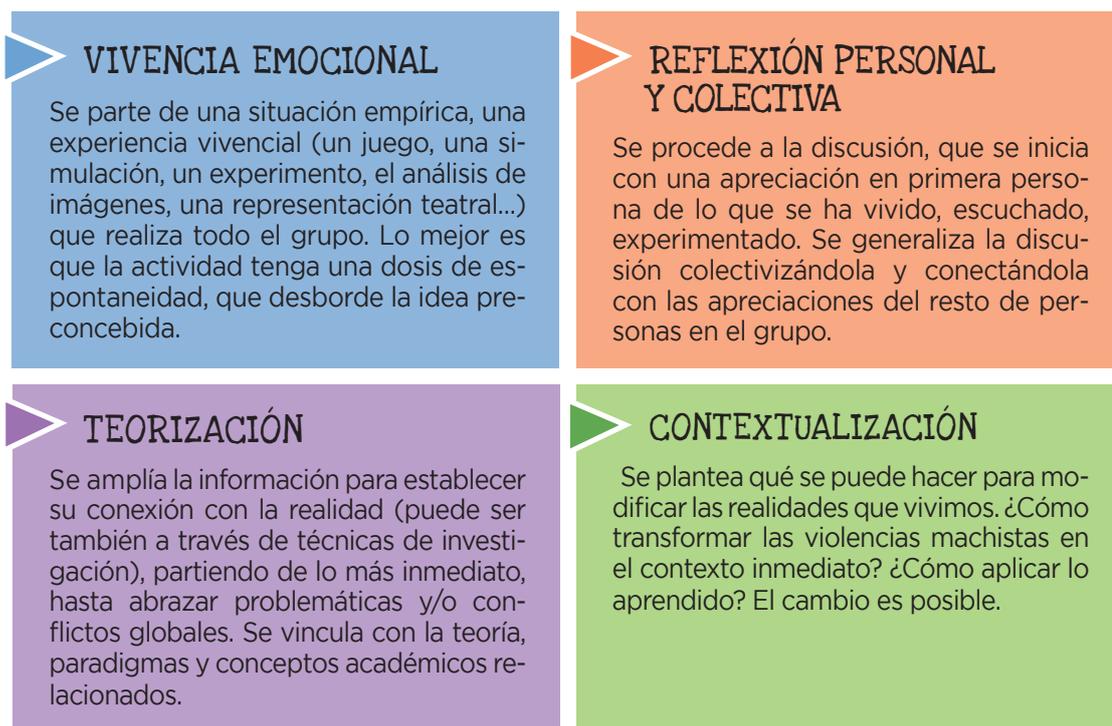
Emplearemos una metodología vivencial que combina el *enfoque socioafectivo* de Rachel Cohen y David Wolsk con el *ciclo de aprendizaje experiencial* de David Kolb. En ambos, se siguen cuatro pasos en los que se potencia el aprendizaje personal y colectivo de individuos que forman parte de un grupo, de modo que cada persona viva una situación empírica, la sienta, la analice, la describa y sea capaz de comunicar la vivencia que se ha producido. Lo que se pretende es combinar la transmisión de la información con la vivencia personal para lograr la aparición de una actitud afectiva; pasar la teoría a través de una experiencia emotiva que haga emerger reflexiones más profundas.



OBJETIVO

Enmarcar la prevención de las violencias machistas como elemento nuclear de la Coeducación y ésta como esencial dentro del ámbito de la Educación Transformadora, para la Ciudadanía Global y para el Desarrollo Sostenible.

Los cuatro pasos se interrelacionan entre sí, todos con el mismo grado de importancia. Son:¹¹



Este ciclo socioafectivo tiene siempre un paso previo y uno final. El momento previo tiene que ver con la activación energética y emocional del grupo, con romper el hielo y centrar la atención en lo que se va a trabajar. Los cierres permiten hacer una recogida (de nuevo, no sólo teórica sino también emocional) del proceso vivido. Son un punto seguido o, según el momento, un punto final.

El proceso consiste, pues, en vivenciar en la propia piel la situación que se quiere trabajar para así tener una experiencia en primera persona que nos permita entender y sentir lo que estamos tratando. El aprendizaje surge a partir de la propia experiencia de los y las jóvenes, de sus emociones, de sus vivencias, llegando a una comprensión integrada de los conceptos y a una construcción conjunta de conocimientos que pasa por la creación de un proceso dinámico y activo de participación que nace del mismo grupo que recibe la formación.

Puesto que se trata de un proceso vivencial, corporal y emocional, es preciso respetar en todo momento unos principios básicos:

- Lo más importante es siempre el cuidado físico y emocional propio personal y de las compañeras y compañeros.
- Hay siempre libertad para participar y compartir sólo lo que se quiera y hasta donde se desee.
- Respetar siempre la confidencialidad e intimidad de este espacio «lo que sucede y se dice en este espacio queda en este espacio».
- Para completar la formación es preciso la asistencia a todas las sesiones. Es un compromiso con el grupo y con el proceso de confianza e intimidad que se está siguiendo.

Para cerrar el encuadre y dar paso a la siguiente actividad anunciamos que; para iniciar un proceso de conocimiento de las violencias machistas, sus causas y mecanismos; primero vamos a realizar un proceso de provención. Sondeamos quién del grupo sabe lo que es, pero en lugar de explicarlo, lo aprendemos aplicando la metodología socioafectiva sobre el propio proceso de provención, siguiendo los pasos de:¹²

Vivencia • Reflexión personal y colectiva • Teorización • Contextualización

12. Op. Cit.

Nuestro nombre



Descripción:

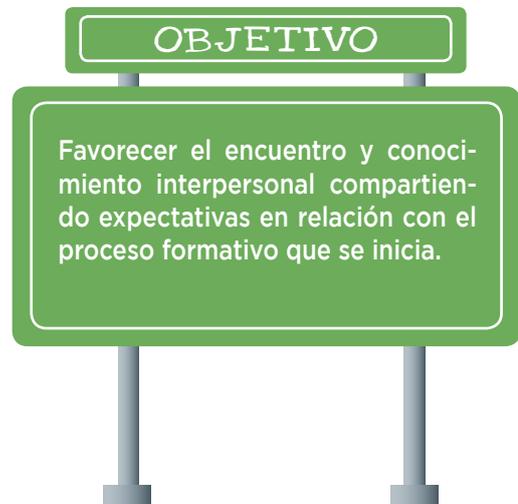
Recordamos que esta formación vamos a trabajar sobre todo con el cuaderno personal y con nuestro cuerpo, incluyendo su historia y su «circunstancia». Así que vamos a empezar con nuestro nombre. Les pedimos que en su cuaderno:

- Cada una dibuja su nombre (el nombre con el que quiere ser llamado en esta formación). Se dibuja con colores, con cuidado y atención a la experiencia que supone para cada cual dibujar su nombre.
- En otra página escribimos:
 - Qué sé sobre su significado
 - Quién decidió mi nombre
 - Por qué decidió ese nombre para mí
 - Qué elementos de género puedo descubrir en mi nombre y en el modo en que se decidió.
- Compartimos esta información en grupos mixtos de unas 3 personas.
- Cada grupo pequeño comparte en el grupo grande sus nombres y qué elementos de género han descubierto.

OBJETIVO

Favorecer el autoconocimiento personal y la presentación ante otras personas tomando conciencia de la socialización de género desde antes del nacimiento.

Cita exprés



Descripción:

Quien facilita pide al grupo que cada persona dibuje un reloj en una hoja de su cuaderno y que ponga en él los números: 12, 3, 6 y 9 (que corresponden a las horas respectivamente).

Posteriormente explica que cada cual va a tener cuatro citas express, una en cada hora de las dibujadas y para ello deben buscar a cuatro personas.

Los temas para abordar en cada cita son introductorios a los cuatro ejes que constituyen la propuesta «Toca Igualdad» pero todavía no demasiado comprometidos, pues aún se está en fase de conocimiento y construyendo la confianza

- **Cita de las 3 introductoria al eje 1:** «¿Qué me ilusiona y qué me preocupa de trabajar la prevención de las violencias machistas con el grupo con que trabajo?»
- **Cita de las 6 introductoria al eje 2:** «¿Qué conozco y ya he trabajado de la Pedagogía de los Cuidados y/o del cuidado de las personas y del planeta?»
- **Cita de las 9 introductoria al eje 3:** «¿Qué diversidad de identidades reconozco en el grupo con que trabajo y cómo me gustaría trabajar esta cuestión?»
- **Cita de las 12 introductoria al eje 4:** «¿Qué me ilusiona y qué me preocupa de trabajar Educación Afectivo Sexual respetuosa y de calidad con el grupo con que trabajo?»

Tras mencionar cuáles van a ser los temas, se informa al grupo que tienen solo 1 minuto para buscar a las personas de las citas. Una vez realizada la búsqueda de personas, se les solicita que se encuentren con la persona con la que se citaron a las 3, luego la de las 6, la de las 9 y la de las 12. Para esta actividad se brinda unos 5 minutos por cita.

Al concluir las citas se abre un espacio de reflexión y diálogo sobre: ¿Qué sucede antes, durante y después de acordar y realizar las citas? ¿Qué genera compartir con personas desconocidas? ¿Cómo se dio el diálogo? ¿Quién inició hablando?

Puede plantearse la pregunta ¿Qué es lo que más me llamó la atención de lo que me contaron en mis citas?, recoger las respuestas en un papelógrafo y abordarlo más adelante.

La burbuja



OBJETIVO

Aumentar la confianza en el grupo, tomando conciencia de las propias emociones y del valor del cuidado.

Descripción:

Se forman grupos de no más de 10 personas, en cada uno de ellos, los y las participantes se toman de las manos haciendo un círculo. Una persona pasa al centro y con los ojos cerrados se desplaza libremente por el espacio.

La invitación para la persona del centro es «muévete como quieras, desde lo que necesites». La idea es que el resto del grupo, haciendo un círculo a su alrededor acompaña el movimiento de quien está en el centro sin tocarla y la protege, cuidándola de cualquier cosa con la que pueda chocar haciendo una cadena con los brazos entrelazados. La burbuja puede variar de ritmo y de dirección en el movimiento, según cómo se mueva quien está en el centro del círculo.

Se le da unos 3 minutos a la persona del centro y se va alternando este rol, sin forzar, sino invitando a que quienes quieran puedan pasar al centro y hacer parte de la burbuja protectora.

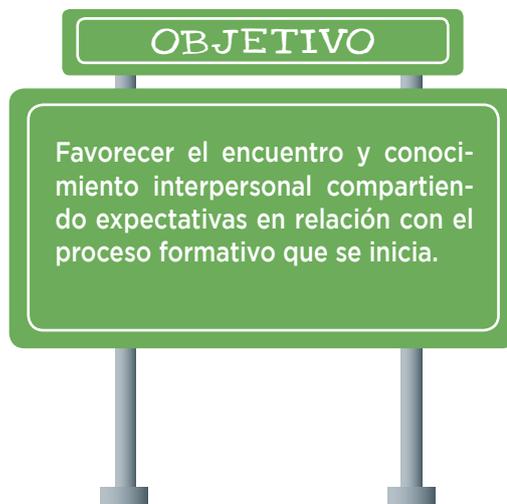
Reflexión:

Cada cual comparte en su cuaderno y si quiere en el grupo cuestiones como: ¿He confiado en el grupo? ¿Qué tanto me ha costado hacer el ejercicio? ¿Cómo me he sentido estando en el centro?, ¿Cómo me he sentido siendo burbuja y protegiendo?

Orientaciones:

Es importante no forzar a nadie a ponerse en el centro ya que la confianza es un proceso personal y cada quien tiene que participar siempre y cuando sienta la confianza en el grupo para hacerlo. Otro aspecto a tener en cuenta, es que el grupo tiene que estar concentrado y en silencio para dar seguridad a la persona que se mueve en el centro.

Escucha activa



Descripción:

Se divide el grupo por parejas (unas serán «A» y otras «B») y se reparten por el espacio. Cada persona recibirá un papelito según sea A o B donde están expresadas unas indicaciones que han de seguir en el ejercicio. Deben leer el papel y guardárselo sin comentarlo, sobre todo, no comentarlo con su pareja. En el momento que todo el mundo tenga su papel, lo haya leído y haya entendido las normas, el ejercicio comienza con las A contando, hablando, durante 3 minutos, algo que les ha pasado en su vida (o en el fin de semana, o en sus últimas vacaciones, etc.). Las B han de escuchar siguiendo las normas que estaban escritas en su papelito. Pasado el tiempo, cambian los roles y son las B quienes cuentan algo durante 3 minutos y las A escuchan según las instrucciones de sus papelitos. Terminado el tiempo, volvemos a un círculo grande común y evaluamos la actividad.

Orientaciones:

Las instrucciones que aparecen en los papeles son completamente contradictorias. Unas personas reciben el papel A donde aparecen escritos varios elementos que conforman la escucha activa y las personas que reciben el papel B tienen que actuar según pautas en contra de dicha escucha atenta.

Las consignas son las siguientes:

Papel A:

- Mostrar interés.
- Mirar a los ojos de la persona que te habla.
- Hacer preguntas sobre el tema de conversación.
- No interrumpir.
- Estar cerca físicamente.
- Acompañar la escucha de gestos que muestren que estamos atendiendo (sonreír, afirmar con la cabeza, «ajá» ...).

Papel B:

- Mostrar poco interés.
- No mirar a los ojos de la persona que nos está hablando. Mirar hacia otros lados.
- Interrumpir de vez en cuando.
- Cambiar el tema hablando de algo que te haya pasado a ti o que pienses en ese momento.
- Mostrar lejanía física.

Reflexión:

Cada cual comparte en su cuaderno y si quiere en el grupo cuestiones como: ¿Cómo nos hemos sentido escuchando y hablando según fuéramos A o B? ¿Este tipo de actitudes que se dan en la escucha, tienen lugar normalmente en la vida diaria? ¿Cómo nos sentimos cuando no nos están escuchando bien o del todo? ¿Cómo nos sentimos cuando sí nos escuchan activa y atentamente? ¿Éramos conscientes de todos estos elementos que forman parte de la escucha (la mirada, la postura corporal, el parafrasear, las preguntas de profundización y entendimiento, etc.)?

Ordenarse en un banco/tronco en el río



OBJETIVO

Poner en práctica dentro del grupo herramientas de cooperación y resolución de conflictos que consoliden la confianza en el grupo y puedan utilizar en posteriores procesos de prevención de violencias machistas.

Descripción:

Se sitúan en fila tantas sillas como personas haya y éstas se subirán encima. Si usamos bancos, debe haber suficiente espacio para que quepan encima del banco o los bancos todos los miembros. Una vez todo el mundo esté arriba, se explica que se deben colocar en orden según los meses de sus cumpleaños, situándose los de enero en uno de los extremos de la fila, siguiendo sucesivamente el resto de meses, hasta llegar a los de diciembre en el extremo opuesto. Nadie podrá bajarse de las sillas o bancos. Las personas que compartan mes deberán tener en cuenta también el día de su cumpleaños, poniéndose delante las personas que sean de los primeros días de cada mes y así sucesivamente, hasta llegar a los últimos días del mes. Cuando crean que ya están ordenados, se va diciendo en voz alta el día y el mes del cumpleaños de cada uno, para comprobar si están bien ordenados o no.

Reflexión:

Cómo ha funcionado el trabajo en equipo: se han ayudado o no, ha habido una organización grupal antes de hacer el ejercicio o cada quién se ha ido moviendo en función de quién tenía al lado suyo, se ha decidido entre todo el mundo o alguien tomó la voz cantante para organizar cómo se iba a actuar, todo el mundo se movía a la vez o se iban moviendo y colocando de uno en uno, etc. Por último, se evalúa cómo nos hemos sentido en relación al contacto físico con las demás personas y cada cual refleja en su cuaderno los aprendizajes de la experiencia.

Orientaciones:

Si no hubiera sillas o bancos, se puede colocar cinta adhesiva en el suelo, haciendo dos líneas paralelas para que se sitúen entre ellas y tengan que moverse pisando siempre el espacio entre las dos líneas, sin poder salirse de ella.

Una variante es que no se pueda hablar, debiendo entonces comunicarse a través de signos y gestos, usando otros canales de comunicación que no sean los verbales. Se apuesta así, también, por favorecer la creatividad en la comunicación.

En vez de ordenarse según los meses de nuestros cumpleaños, se puede elegir ordenarse según únicamente los días del mes en el que nacimos, o según las iniciales de nuestros nombres (siguiendo el orden del abecedario), o según las edades (de menor a mayor), etc. Es muy importante tener cuidado con que nadie se vaya a caer de las sillas o bancos. Personas con tacones o zapatos con plataforma, es mejor que se descalcen. Mientras se realiza el ejercicio, el/ la facilitadora puede estar cerca y, en ocasiones, si lo vemos necesario, dar la mano a personas que puedan tener más miedo por la altura o que sean menos hábiles corporalmente.

► TEORIZAR LA ESCALERA DE LA PROVENCIÓN QUE SE HA RECORRIDO



Descripción:

Conforme hemos explicado al encuadrar el proceso formativo en la actividad 1 vamos a completar el ciclo de la metodología socio-afectiva que hemos iniciado con estas experiencias que hemos vivido. Recordamos el proceso:

1º Vivencia emocional: Recapitulamos el proceso vivido desde que se empezó el taller y se les pide que escriban en su cuaderno de qué se han dado cuenta en cada uno de los pasos que hemos ido dando.

2º Reflexión personal y colectiva: Les preguntamos por qué creen que hemos seguido cada uno de esos pasos, qué diferencias notan en cómo estaban al comienzo del taller y cómo están ahora, qué cambios corporales, emocionales incluso conceptuales se han producido. Les pedimos que los anoten en sus cuadernos. Dialogamos sobre qué creen que queríamos conseguir con cada acción y con el conjunto del proceso.

3º Teorización: Explicamos la escalera de la provención tal como la explica Paco Cascón y la presenta en la guía «Jóvenes desmontando el patriarcado»¹³:

Para aplicar la metodología socioafectiva y garantizar los objetivos transformadores que nos proponemos, es imprescindible comenzar dedicando tiempo y energía a la creación y el fortalecimiento del grupo de jóvenes al cual dirigiremos la formación. Consideramos esto como un punto de partida en todo proceso educativo pues con un grupo constituido y fortalecido las posibilidades de aprendizaje y enseñanza sobre prevención de violencias machistas van a ser mucho más enriquecedoras.

El término provención se utiliza para hacer referencia a la necesidad de proveer de herramientas - al grupo y a las personas que lo conforman - para transformar positivamente los conflictos. Desde la provención buscamos lograr los siguientes objetivos:

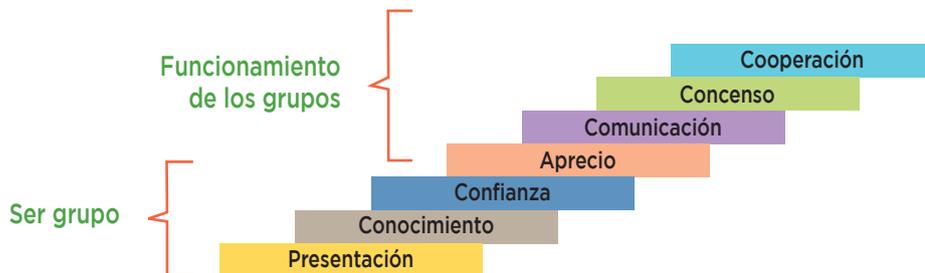
- Crear grupo en un ambiente de aprecio y confianza.
- Favorecer la comunicación en el grupo de participantes.
- Favorecer la toma de decisiones por consenso.
- Trabajar la cooperación.



13. Maiques Díaz, Mar y Ocaña Muñoz, Luisa María. «Jóvenes desmontando el Patriarcado». InteRed. 2019. Disponible de forma gratuita en <https://www.intered.org/es/recursos/jovenes-desmontando-el-patriarcado-por-un-mundo-libre-de-violencias-machistas>

El trabajo de provención en las formaciones vivenciales de este tipo se divide en dos grandes fases: la creación y cohesión (el ser grupo); y el funcionamiento del grupo (el hacer del grupo), que en este caso será el trabajo de prevención de las Violencias Machistas.

La provención es un camino que andamos paso a paso como si se tratase de subir una escalera, trabajar cada escalón será indispensable para avanzar en el siguiente.



Tras esta explicación, recordamos el proceso realizado hasta el momento y les pedimos que designen qué escalón hemos trabajado con cada actividad y completamos o corregimos lo que sea necesario:

BLOQUE 1) PROCESO DE PROVENCIÓN ACTIVIDAD	ESCALÓN
Nuestro nombre y toda su historia	Presentación
Cita express	Conocimiento
Burbujas	Confianza
Escucha Activa	Comunicación
Ordenarse en un banco/Tronco en el río	Cooperación



4º Contextualización: Dialogamos sobre qué importancia tiene la escalera de la provención en los grupos de edad con que trabaja cada cual y especialmente a la hora de abordar cuestiones con tanta implicación personal y social como tiene el tema de las Violencias Machistas. ¿Para qué nos sirve ya de momento lo aprendido hasta aquí?

► CIERRE DE LA SESIÓN



OBJETIVO

Recoger personalmente los aprendizajes adquiridos en este bloque para poder aplicarlos en futuros procesos de prevención de violencias machistas.

Descripción:

Dedicamos los minutos finales a cerrar conscientemente la sesión. Para ello, les proponemos que reflejen en su cuaderno todo aquello de lo que se han dado cuenta en la sesión de hoy, dejamos unos 5 minutos con música de fondo y se invita a que luego sigan escribiendo en casa, si quieren.

A continuación, se hace un círculo en el centro de la sala con las manos en los hombros de las personas que están a los lados. Invitamos a que se miren a los ojos y se reconozcan como compañeras y compañeros de este proceso, afirmando con la cabeza al reconocer a cada persona. Finalmente se sueltan los hombros, dan un paso atrás y a la de tres todas las personas dicen «¡SI!» como forma de afirmar y reforzar el proceso que están llevando a cabo.



Bloque 2

PARTIR DE LO PERSONAL EN DIRECCIÓN A LO SOCIAL

► RECORDAR EL MARCO Y REACTIVAR EL GRUPO: (JDP)

Orientaciones:

Para esta activación y actualización del grupo, proponemos un pequeño proceso de recordar los nombres, activar el cuerpo y la energía grupal y poner el grupo en situación de colaboración. Puede hacerse con un proceso como este, extraído de la guía «Jóvenes desmontando el patriarcado»¹⁴:

Si este bloque 2 se va a realizar varios días después del bloque anterior, es preciso recordar el marco de trabajo pedagógico y volver a activar al grupo y a cada una de las personas que lo conforman. Para ello les recordamos la metodología socioafectiva que estamos aplicando y sus cuatro pasos: vivencia, reflexión, teorización y contextualización. También recordamos la importancia que en este proceso tiene el uso de la herramienta del cuaderno personal en el que ir apuntando todo aquello de lo que se van dando cuenta. No es preciso apuntar los contenidos teóricos ni los metodológicos, pues esos ya están en los materiales de InteRed que tienen disponibles en la web.

OBJETIVO

Recoger personalmente los aprendizajes adquiridos en este bloque para poder aplicarlos en futuros procesos de prevención de violencias machistas.

Recordamos los nombres

Descripción:

Todas las personas forman un círculo, cada cual indica su nombre y le acompaña con un movimiento exclusivo y original. El resto del grupo, al mismo tiempo, repite el nombre y el movimiento de la persona. Terminada la primera ronda completa, se hace otra ronda en que todo el grupo va haciendo sucesivamente y sin interrupción el nombre y el movimiento de cada persona. Completada esta segunda ronda puede proponerse que salga una persona al centro y diga el nombre de alguien del grupo, la persona nombrada rápidamente tiene que hacer su movimiento y repetir su nombre (el de la persona interpelada), si no lo hace en pocos segundos pierde, entonces tiene que salir a la mitad sustituyendo a la/el compañera/o que estaba ahí.



14. Op. cit.

Nombro y cambio de puesto

Descripción:

Se pide a la gente que cambie de sitio y se organiza de nuevo el círculo. Quien facilita comienza estableciendo contacto visual con otra persona del círculo, la nombra y se dirige al lugar que ocupa esa persona. El nombre se pronuncia al mismo tiempo que se hace contacto visual y se desplaza hacia la persona nombrada. Antes de que esta persona llegue al puesto seleccionado, la persona nombrada debe decir el nombre de otra persona del círculo, establecer contacto visual con ella, y desplazarse al lugar que esa persona ocupa. Esto debe ser continuo, sin interrupciones.

Es importante estimular el ritmo continuo de la actividad. Cuando se logre, se hacen dos, tres y hasta cuatro líneas simultáneas; al mismo tiempo, deben estarse desplazando cuatro personas, mencionando un nombre diferente.



Mi relación con los otros nombres

Descripción:

Invitamos a que se den cuenta de cómo se sienten y qué les pasa con estas actividades y lo apunto en el cuaderno: ¿Me cuesta memorizar los nombres de otras personas? ¿Qué siento cuando no me nombran seguido y a otros sí? ¿Qué ha causado el que me nombren mucho, o casi nunca?



Silla zombi

Descripción:

El grupo sentado y dispuesto en sillas distribuidas aleatoriamente por el espacio, una persona voluntaria deja su silla y se levanta, se recomienda que quién comience sea el/la facilitadora. Esta persona debe salir del espacio y entrar caminando lentamente (como si fuera zombi) y buscar sentarse en la silla vacía. Mientras tanto, el resto de personas puede levantarse de su silla y sentarse en cualquier otra, buscando comunicarse y cooperar entre ellas para que la persona que está de pie no logre sentarse. Si lo logra, la persona que ocupaba la silla en la que se sentó debe reemplazarla.

Cuando ya se ha experimentado esta actividad previamente, puede practicarse una variante que consiste en dar un tiempo antes de que entre la persona para que el grupo genere una estrategia. Así mismo, posteriormente se puede poner la regla de que no se puede hablar para así explorar nuevas formas de comunicación.

Al terminar se abre un diálogo colectivo sobre cómo ha sido la generación de estrategias del grupo para impedir que se sentara quien hacía de zombi. ¿De qué formas se comunicaron? ¿Alguien nunca se movió de su silla? ¿Alguien se levantaba mucho de su silla? ¿Cómo se reacciona ante la cercanía de la zombi?



Recordar la provención

Descripción:

Como cierre de este primer grupo de actividades, recordamos la explicación de la provención que vimos en el bloque 1: cómo la hemos ido activando por medio de estas acciones, reforzando la cohesión del grupo, generando un espacio de confianza, afecto, solidaridad y respeto, que nos permite avanzar hacia el ejercicio de identificar, prevenir y abordar las violencias machistas.



▶ INTRODUCCIÓN AL TRABAJO DE VIOLENCIAS

Orientaciones:

Puede introducirse mediante un proceso como este, extraído de «Jóvenes desmontando el patriarcado»¹⁵:

OBJETIVO

Introducir sin excesiva profundización la temática de las violencias machistas para favorecer que todas las acciones que se realizan a partir de ahora van avanzando en su conocimiento y en las herramientas para su prevención.

Stop de palabras

Descripción:

En grupos de aproximadamente 5 personas, se distribuye una hoja y un lápiz y cada grupo le da un nombre a su grupo. Los nombres de los grupos son anotados en el tablero o cartelera por el/la facilitadora. Cada grupo selecciona a una persona que será la encargada de escribir en la hoja de papel.

La actividad consiste en que el/la facilitadora dice una palabra y cada grupo debe escribir 7 palabras que tengan relación con la palabra dicha. El primer grupo que termine, levanta la hoja con las palabras escritas y dice el nombre del grupo, lee las palabras y si están relacionadas, según el criterio de todos los grupos, se le da un punto.

La idea es que se escriban palabras que sirvan para reflexionar a partir de los conceptos escogidos. Una vez se llegue al concepto elegido, se escriban las palabras de todos los grupos en el tablero y se aborda desde ahí el concepto a trabajar.

Esta actividad tiene un doble objetivo: por un lado, sondear los conceptos fundamentales que queremos trabajar y, por otro lado, experimentar y reflexionar sobre el papel de las



15. Op. cit.

dinámicas competitivas, de las emociones y sensaciones que genera y que permiten dejar de lado las posiciones políticamente correctas frente a los conceptos seleccionados.

Para que sean válidas, las palabras deben estar escritas de forma clara y comprensible. Es importante comenzar con palabras generales y comunes, como «viajar», «cocina», «salud» para ir complejizando el ejercicio hasta llegar a los conceptos de conflicto, paz y violencia. Se recomienda concluir en este mismo orden. El orden es de suma importancia pues determinarán la selección de las palabras hecha por los grupos. Se deben dar instrucciones claras y contar con un consenso de grupo pues la dinámica genera tensiones frente a la puntuación.

Trajimos una fotografía de...

Descripción:

Se trata de una actividad de introducción al Teatro imagen. El grupo se sitúa a un lado del espacio, dejando vacío otra parte del espacio que hará de escenario. La persona facilitadora dice «Trajimos una fotografía de...» y menciona un tema. Los y las participantes, voluntariamente, pasan al escenario, dándose el tiempo de observar la composición en proceso, y van completando la imagen de esa situación específica planteada. No todo el grupo debe hacer parte de la imagen, sólo pasan quienes así lo deseen. Luego se le pregunta al público (compuesto por los y las participantes que no están en la imagen) qué ven: en un primer momento la descripción se basa en aspectos formales (ej. personas de pie, en nivel bajo, etc.) para luego dar paso a interpretaciones, descripción de posibles contenidos (ej. si se ven relaciones de poder, si hay agresión, qué emociones predominan, qué están queriendo comunicar de ese contexto específico). También se pregunta quién consideran que tiene más poder en la imagen y por qué; y quién tiene menos.



Es importante invitar a las personas que quieren componer la imagen a observar las propuestas del resto de personas antes de incorporarse a la imagen, así como encontrar posiciones corporales que permitan mantenerlas por un tiempo. Al pedir al público que describa la imagen creada, se recomienda comenzar por lo meramente formal para luego dar paso a las interpretaciones.

Sobre los temas propuestos para hacer imagen, los primeros deben ser cotidianos, lugares para luego dar paso al trabajo sobre conceptos: violencia, paz, conflicto. Conviene repetir en varias ocasiones el concepto «violencia» y específicamente «violencia machista», «violencia de género», «violencia contra las mujeres».

Conforme lo vea conveniente la facilitadora va trabajando las diversas posibilidades de cada imagen: diferentes niveles de lectura, lo obvio y lo que imagino (niveles corporales, relaciones de poder, emociones, equilibrio del espacio). Puede explorar variaciones del teatro-foro y del teatro-imagen con ir dando voz personaje por personaje.

► TEORIZACIÓN INTRODUCTORIA A LAS VIOLENCIAS MACHISTAS



OBJETIVO

Avanzar en el ciclo de la metodología socioafectiva descubriendo y explicando cómo estaban presentes contenidos sobre violencias machistas en el proceso vivido a lo largo del bloque.

Descripción:

Hacemos una puesta en común de qué vivencias emocionales han tenido realizando el teatro-imagen, creando, interpretando y viendo las imágenes... Buscamos encontrar el mayor abanico posible de emociones y, en concreto, buscamos distinguir las emociones generadas por los papeles e imágenes de dominación, de sumisión, de víctima de violencia, de liberación...

Tras un rato compartiendo la experiencia emocional vamos centrando el diálogo en la cuestión específica de las violencias machistas. Tal como hicimos en los momentos 1.4 y 1.5 del itinerario breve, aportamos la teoría partiendo de la definición básica de las Violencias Machistas como «el tipo de violencia que atenta contra las mujeres por el mero hecho de ser mujeres» y aportamos datos extraídos del documento «Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación», disponible en [intered.org](https://www.intered.org)¹⁶.

Mostramos las violencias machistas como un problema histórico de orden global y en el que ya se han alcanzado hitos en todo el mundo y a su vez queda mucho por hacer en todo el mundo. Nombramos las principales herramientas jurídicas para esta lucha, destacando el Convenio de Estambul, que es el Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica. Reconoce la violencia contra las mujeres como una violación de los derechos humanos y aborda la violencia contra las mujeres a través de medidas dirigidas a la prevención de la violencia, la protección a las víctimas y el enjuiciamiento de los autores.

El Convenio contempla como delito todas las formas de violencia contra la mujer: la violencia física, psicológica y sexual, incluida la violación; la mutilación genital femenina, el matrimonio forzado, el acoso, el aborto forzado y la esterilización forzada. Esto implica que los Estados deberán introducir en sus sistemas jurídicos estos delitos.

Completamos la contextualización de esta fase introductoria dialogando sobre cómo se imaginan trabajando la prevención de las violencias machistas en los grupos con que trabajan. De este modo facilitamos que los aprendizajes de los próximos bloques se orienten tanto a su transformación personal como a su trabajo educativo.

Puede complementarse esta contextualización aportando las «claves para la facilitación de espacios formativos sobre violencias machistas» que aporta Otra Escuela en la propuesta «Jóvenes Desmontando el Patriarcado»¹⁷

16. Urbano Molina, Clara y Monjas Carro, María. «Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación». InteRed. 2020. Disponible en <https://www.intered.org/es/recursos/toca-igualdad-una-contribucion-la-prevencion-de-las-violencias-machistas-traves-de-la>.

17. Maiques Díaz, Mar y Ocaña Muñoz, Luisa María. «Jóvenes desmontando el Patriarcado». InteRed. 2019. Disponible de forma gratuita en <https://www.intered.org/es/recursos/jovenes-desmontando-el-patriarcado-por-un-mundo-libre-de-violencias-machistas>

▶ INTRODUCCIÓN AL TRABAJO DE MOVILIZACIÓN SOCIAL FRENTE A LAS VIOLENCIAS MACHISTAS



Descripción:

Iniciamos con una visualización en que les invitamos a cerrar los ojos e imaginarse realizando en un espacio público de la ciudad alguna de las imágenes que han trabajado en el teatro imagen. Les pedimos que se den cuenta de qué sentirían estando en esa situación. Continuamos la visualización imaginando a distintas personas que son testigo de la imagen, personas diversas que les afecta de forma diversa. Imaginamos que de algún modo esas personas se ven afectadas por la experiencia y lo comparten en sus casas, en su escuela, con sus amistades, en su trabajo... Y que de algún modo todas se conmueven y a su vez se lo cuentan a otras personas y así se va extendiendo el deseo de transformar la realidad y la desaparición de toda forma de violencia contra las mujeres. Les invitamos a que estén un par de minutos saboreando esa sensación. Tras los cuáles les proponemos que se imaginen en ese mismo sitio haciendo una performance con el grupo con que trabajan, no hace falta que se imaginen cómo es la performance, sólo imaginarse haciéndola. Y de nuevo imaginarse a nuevas personas que lo observan, se emocionan y lo comparten con su gente. Dejamos ahora un minuto para saborear la sensación, tras los que animamos a abrir los ojos tomando conciencia de que la transformación social no es tan sencilla, pero en cierta medida sí hay algo auténtico en eso que hemos visualizado.

Partiendo de esa vivencia emocional, les explicamos en qué consiste la movilización social con el apoyo de esta presentación de nuestra compañera de InteRed, Teresa Pineda: <https://view.genial.ly/61e4a01b1cb3c70d26b567dd/presentation-movilizacion-social> incluyendo el vídeo disponible en la última página.

Abrimos un diálogo sobre la posibilidad y pertinencia de hacer movilización social con los grupos con que trabajamos... Concluimos que, si lo que falta es capacitación, vamos a buscar completarla con esta formación que estamos haciendo.



OBJETIVO

Completar el ciclo de la metodología socioafectiva aplicando su cuarto paso: contextualización imaginando como sería movilizarse, cada cual, en su contexto social, frente a las violencias machistas.

Bloque 3

PONER EN EL CENTRO EL CUIDADO DE LAS PERSONAS Y DEL PLANETA

► VIVENCIA EMOCIONAL EN TORNO A LOS CUIDADOS

Al igual que en los bloques anteriores, seguimos aquí la metodología socioafectiva generando una vivencia emocional sobre la cual teorizaremos más adelante.

Crecer con cuidados



Descripción:

Esta actividad se lleva a cabo en cuatro momentos y para llevarla a cabo, utilizaremos la propuesta didáctica de InteRed «Crecer con cuidados. El juego de la jenga»¹⁸, disponible en [intered.org](https://www.intered.org).

Primer momento: Repartimos a cada participante dos tarjetas de las 45 disponibles con cuidados frecuentes en diversos momentos de la vida. Les pedimos que de las dos tarjetas elijan aquel cuidado que en estos momentos resulta más significativo para su vida. Quien quiera, puede libremente compartir cuál es ese cuidado y por qué en estos momentos es significativo. También se pide que algunas personas compartan qué tarjetas les ha tocado con cuidados que no son en absoluto significativos para su vida. En grupo reflexionamos sobre si realmente no es relevante o si lo ha sido para sostener nuestra vida en el pasado y/o puede ser en el futuro.

Segundo momento: Llevamos a cabo el juego tal y cómo se propone en la guía didáctica, utilizando una Jenga, una torre formada de 54 fichas de madera apiladas de 3 en 3, como metáfora de nuestro modelo de desarrollo y de la crisis de cuidados que afecta a nuestra civilización. Si fuera necesario porque el público no

OBJETIVO

Generar experiencias emocionales en relación con la propia vivencia de dar y de recibir cuidados y en relación con la crisis de cuidado que provoca nuestro sistema socioeconómico, al tiempo que se inicia la toma de conciencia de la deuda de cuidados que tenemos con otras personas y colectivos.

18. De Blas, Alicia. «Crecer con cuidados. El juego de la jenga». InteRed. 2012. Disponible de forma gratuita en <https://www.intered.org/es/recursos/crecer-con-cuidados-el-juego-de-la-jenga>

los conociera, habría que presentar, antes de comenzar a jugar, algunos conceptos imprescindibles para contextualizar el juego, como son: trabajo, trabajos productivos y trabajos de cuidados, empleo, mercado, crecimiento... Es especialmente relevante presentar la idea del iceberg, disponible en la guía, como representación la visibilidad y valoración que cada tipo de actividad recibe en nuestra sociedad.

Tercer momento: Explicamos el concepto de deuda de cuidados como *la relación entre el tiempo, el afecto y la energía que las personas reciben para atender sus necesidades y las que aportan para garantizar la continuidad de otras vidas humanas. El balance de esa deuda sería negativo para la mayor parte de los hombres, que consumen mucha más energía cuidadora de la que aportan. Para la mayor parte de las mujeres, por el contrario, el balance sería altamente positivo, lo que representa un serio riesgo para su salud y bienestar, así como un obstáculo permanente en su desarrollo personal y su participación ciudadana.* A continuación, repartimos todas las tarjetas entre las personas participantes. Les invitamos a que se levanten y caminen por la sala preguntando a otras personas por las tarjetas que tienen y apuntamos en una página izquierda de nuestro cuaderno los cuidados que hemos recibido y en la página derecha aquellos que damos o queremos dar. Dejamos 5 minutos para intercambiar información de las tarjetas y luego dejamos otros 2 ó 3 para que completen cuidados que no han salido, pero son relevantes.

Cuarto momento: Tras finalizar los momentos anteriores, conviene cerrar con un rato de tranquilidad en que, con música de fondo puedan reflejar en sus cuadernos aquello que descubren en relación con los cuidados que reciben y los que dan y hacer un dibujo que exprese el agradecimiento a alguna persona o personas que le han cuidado, por ejemplo, con ceras en su cuaderno,



Deuda de cuidados



OBJETIVO

Profundizar en la toma de conciencia de la deuda de cuidados que tenemos con otras personas y colectivos.

Descripción:

Tras realizar la actividad 1.1 «Crecer con cuidados», damos un paso más profundizando en el concepto «deuda de cuidados» y cómo se expresa en la vida de las personas que participan en la formación. Para ello, hacemos pequeños grupos de unas 5 personas, segregando grupos de hombres y de mujeres. En cada grupo, quien quiera, con libertad, pone en común el trabajo personal de la actividad anterior empezando por mencionar quiénes son las personas que más cuidados nos han dado y más tareas de cuidados hacen en nuestro entorno, dándonos cuenta de cómo en su amplia mayoría son mujeres. Se puede también compartir o no lo que se ha aprendido en la actividad anterior y/o los dibujos que se han hecho. Partiendo de la experiencia compartida y ampliándolo con lo que conocemos del sistema socio-económico, cada grupo formula entre 5 y 10 conclusiones que saca sobre la deuda de cuidados, sobre las propias deudas personales y sobre las históricas deudas de cuidados: de los hombres con las mujeres, con las generaciones que nos preceden, con las personas explotadas en otros lugares del mundo de cuyo trabajo nos beneficiamos...

Mientras se ponen en común las conclusiones, cada persona puede completar en su cuaderno aquello de lo que se da cuenta en relación con los cuidados, sumando lo que haya visto sobre la deuda de cuidados.

Si se dispone de tiempo, conviene que cada grupo pequeño construya una pintura colectiva de agradecimiento a quienes les han cuidado, partiendo de las ideas de sus dibujos personales y completándolos con las ideas compartidas. Las pinturas pueden quedar expuestas hasta el final de la formación.

Ahondar en el cuidado por medio del cuento



1ª Parte: Kamshibais y otros cuentos de InteRed

Descripción:

El cuento es una herramienta educativa muy potente que, aunque tenemos asociada a edades tempranas, en realidad es posible usarlo en todas las edades con las correspondientes adaptaciones y con las temáticas y estilos literarios correspondientes a cada edad. En esta actividad proponemos varias formas de utilizarlos empezando con Educación Infantil y evolucionando hasta Secundaria. Por tanto, puede adaptarse en función del claustro o grupo al que se imparta la formación.

La actividad comienza contando el kamashibai «Una ciudad de cuidados»¹⁹, dialogando sobre su argumento y reflexionando sobre cómo afectan y se afrontan los cuidados en la política (entendida ésta como la construcción colectiva de la «polis» u organización de la comunidad).

Mostramos los escenarios y personajes para recortar y usar para poner en práctica actividades didácticas, que están disponibles en <https://www.intered.org/es/recursos/una-ciudad-de-cuidados>

Trabajamos por separado con el profesorado de cada etapa educativa. Con el del segundo ciclo de Educación Infantil dialogamos sobre nuestras propuestas para abordar esta cuestión en cada uno de los bloques de contenido correspondientes a esta etapa y les pedimos que pongan en común nuevas ideas y posibilidades de trabajo con el cuento:



Conocimiento de sí y autonomía personal

Mediante el diálogo y el intercambio de experiencias, el grupo reflexiona sobre qué cuidados necesitan, cuáles pueden darse a sí mismas, cuáles pueden hacer individualmente, cuáles pueden hacer en grupo y qué cuidados necesitan recibir. Mediante el juego simbólico y el lúdico-teatral se pueden reproducir escenas de cuidado presentes en el cuento y las que hayan aparecido en el diálogo, dando lugar a otras nuevas y reforzando aprendizajes referidos a su conocimiento y autonomía.

OBJETIVO

Tomar contacto y experimentar con los elementos característicos de la Pedagogía de los Cuidados, aplicándolos mediante el uso de cuentos.

19. Puede descargarse en <https://www.intered.org/es/recursos/una-ciudad-de-cuidados>, pero conviene contarle con el kamashibai original impreso.



Conocimiento del entorno

En las mismas actividades de diálogo y lúdicas mencionadas anteriormente, se comparte el conocimiento que tienen del entorno escolar y de sus hogares, reflexionando e imaginando cómo se puede cuidar el entorno y obtener de él lo necesario para una vida sana y sostenible.

El cuento permite conocer cómo es la toma de decisiones democrática, la importancia de la participación de la infancia en las cuestiones que les atañen con conciencia de qué decisiones pueden tomar (expresando sus deseos y negociando con sus iguales) y cuáles no pueden aún tomar (por ejemplo, las relativas a su seguridad). Supone una oportunidad para que el grupo pueda decidir algún tipo de iniciativa que suponga una mejora ambiental en el centro, por ejemplo, plantar semillas o algún árbol en el patio, crear un huerto escolar, hacer y decorar una papelería extra para alguna zona del centro en que se acumule más basura, ...



Lenguajes: Comunicación y representación

Las mencionadas acciones lúdicas y de diálogo son también oportunidades para avanzar en los lenguajes según el momento en que se encuentre cada grupo y cada niña o niño. Pueden decorarse letras para hacer sencillos carteles que expresen cuidados que quieren para ellas y para el centro «MENOS HUMOS», «MÁS JARDINES», «MENOS COCHES», «MÁS BICIS», «MÁS PLANTAS».

Para la expresión plástica proponemos fotocopiar las láminas o descargar los escenarios y personajes de la página web de InteRed <https://www.intered.org/es/recursos/una-ciudad-de-cuidados> e invitar a crear pueblos, barrios, ciudades en que se cuide la infancia: niñas y niños jugando, parques, fuentes, ... Puede pintarse, recortar y pegar o usar las técnicas plásticas que se consideren oportunas según las características del grupo y sus integrantes.

Con el profesorado de Educación Primaria, dialogamos sobre las posibilidades de trabajo conforme a cada una de las competencias básicas. Para ello pedimos a siete personas que cada una lea la propuesta de trabajo para cada competencia.



Comunicación lingüística

En relación a la expresión oral, las posibilidades van desde la creación y narración de historias derivadas del cuento al diálogo creativo necesario para reflexionar sobre qué cuidados necesitan a su edad, cuáles pueden darse a sí mismos, cuáles pueden hacer en grupo, qué cuidados necesitan recibir, qué transformaciones de cuidado pueden hacer en su entorno.

En cuanto a la expresión escrita, y siempre en función del momento en que se encuentre cada grupo y cada niña o niño, pueden realizarse individual y colectivamente diversos productos desde hacer carteles para el centro y el barrio hasta hacer escritos dirigidos al ayuntamiento en defensa de la participación infantil y el cuidado del medio ambiente.



Competencia plurilingüe

Asociada a cada imagen, el cuento dispone de su texto correspondiente en cinco lenguas. Son párrafos breves y sencillos comprensión, que favorecen que la infancia pueda entrar en contacto con lenguas y culturas distintas de la familiar, fomentando en los niños y niñas las actitudes de respeto y aprecio por la diversidad lingüística y cultural, así como el interés por el enriquecimiento de su repertorio lingüístico, como señala la LOMLOE, promoviendo de este modo el diálogo y la convivencia democrática.



Competencia matemática y Competencias básicas en ciencia, tecnología, e ingeniería

Se desarrollan en el proyecto al tiempo que se resuelven las cuestiones científicas que se quieran trabajar en relación a los distintos temas que se abordan en el cuento: alimentación, contaminación, urbanismo, economía... Al desarrollarlos se profundiza en cómo aplicar los conocimientos científicos y la tecnología para dar respuesta a las necesidades de cuidados propias y de todos los seres humanos y no utilizarlos para el beneficio personal, sino para el bien común. Apoyándose en el argumento del cuento, se pueden utilizar semillas para desarrollar esta competencia al tiempo que se crea un entorno local y global más hermoso y saludable. Por ejemplo, pueden utilizarse las semillas para ser plantadas, pero también para medir unidades, a modo de ábaco, y todos los contenidos del área de matemáticas relacionados con las unidades.



Competencia digital

Entendemos que en Primaria el acceso a los recursos informáticos debe ser muy limitado y protegido. En los procesos descritos pueden utilizarse tanto para obtener información de los organismos oficiales (ayuntamiento, consejería, ministerio...) o de ONGS de desarrollo como InteRed)



Competencia personal, Social y de aprender a aprender

Si se realiza un proyecto transformador de aprendizaje con mirada global en relación a este cuento, el alumnado aprende a adquirir los aprendizajes necesarios para su cuidado personal, para asumir responsabilidades en el cuidado colectivo, para exigir su participación en la toma de decisiones, para conocer y comprender la realidad sobre la que tomar decisiones.



Competencia ciudadana

Muy ligadas al protagonismo infantil, esta propuesta favorece la capacidad de participar de manera activa, participativa y democrática en la vida social y cívica. Se realiza por medio del análisis crítico del entorno poniendo el foco en los cuidados y cómo muchos de los hábitos de vida y consumo que tenemos son dañinos para la salud, el medio ambiente y la justicia social a nivel local y global. El cuento muestra e invita a crear modos de vida alternativos en que se dé prioridad al cuidado de las personas y la naturaleza.



Competencia emprendedora

En coherencia con las competencias sociales y cívicas mencionadas, el cuento invita a asumir los compromisos y las iniciativas para emprender transformaciones efectivas en el entorno local para poner el cuidado de la vida en el centro de las decisiones. Al trabajarlo por medio de un Proyecto transformador con mirada global, este se convierte en una empresa, entendida como define la RAE «Acción o tarea que entraña dificultad y cuya ejecución requiere decisión y esfuerzo», en la que se requiere la iniciativa del alumnado para llevarlo a cabo.



Competencia en conciencia y expresión culturales

El formato del cuento para su uso a modo de kamishibai permite dar a conocer esta forma tradicional de expresión cultural que combina la expresión oral (el arte de contar cuentos) y la expresión plástica de las láminas. Se propone realizar nuevas láminas para ampliar o modificar la historia, pudiendo descargar los escenarios y personajes de la mencionada página web²⁰. Además, si se trabaja mediante un proyecto, se pueden desarrollar otras formas de expresión artística como, por ejemplo, elaborando carteles en defensa del cuidado de las personas y el medio ambiente, realizando acciones lúdico-teatrales de calle en el centro y su entorno.

Tras leer cada competencia, se dialoga sobre cómo podría incluirse en un posible proceso de aprendizaje por proyectos o en cada asignatura:

Del mismo modo que se ha trabajado con este cuento «Una ciudad de Cuidados» puede trabajarse con otros cuentos de InteRed como «Aquatika»²¹ o «El misterio del chocolate en la nevera».

2ª Parte: Cuidar es otra historia.

Descripción:

Esta segunda parte presenta otro modo de trabajar con los cuentos, en este caso con los tradicionales, aplicando en el grupo la propuesta didáctica «CUIDAR. Es otra historia»²² que tiene como objetivo fortalecer la conciencia personal y ciudadana sobre los cuidados como eje central de nuestras vidas y sociedades, cuestionando el modelo capitalista patriarcal que genera injusticias y desigualdad de género por la falta de corresponsabilidad en los cuidados. Este recurso no se remite al juego de reglas, sino que es una apuesta por el juego como experiencia lúdica, formalizada y guiada, con un sentido también creativo y pedagógico (en línea con la ludopedagogía). Es decir, propuestas de juego expresivo, narrativo, teatral, que ponen en marcha las habilidades que consideramos valiosas para desarrollar cualidades de cuidado y que nos permiten trascender los límites de lo conocido y probar experiencias personales de empatía, de comprensión, de diálogo y de autoconocimiento.

En el recurso planteamos varias propuestas de trabajo para distintos niveles y edades. Puesto que anteriormente hemos puesto el acento en Educación Infantil y Primaria, ahora lo hacemos en Secundaria, sabiendo que también está disponible para trabajar con más pequeñas/os y con mayores. Reproducimos aquí literalmente algunos párrafos del recurso para poder dinamizar la sesión, se necesitan también las *Cartas del juego - Cuidar es otra historia*²³

Se hacen grupos de alrededor de 8 personas. Se sitúan en el suelo, en círculo. Se les explica que va a presentar unas cartas sobre personajes que pueden cuidar, descuidar,

20. <https://www.intered.org/es/recursos/una-ciudad-de-cuidados>

21. Aguado, G y Navarro, J. «Aquatika». InteRed. 2018- Puede descargarse en https://www.intered.org/es/recursos/busqueda?search_api_views_fulltext=aquatika&field_pub_publico=All pero conviene contarle con el kamishibai original impreso.

22. Álvarez, M. y Navarro, J. «Cuidar es otra historia». InteRed 2020 Puede descargarse en <https://www.intered.org/es/recursos/cuidar-es-otra-historia>.

23. Navarro, J. «Cartas del juego - Cuidar es otra historia» InteRed 2020 Puede descargarse en <https://www.intered.org/es/recursos/cuidar-es-otra-historia>

necesitar cuidados o impedirlos. En cada uno de los grupos reparte 8 cartas boca abajo, una por persona y se les invita a mirar la carta en secreto, sin mostrarla ni comentarla. Es importante que nadie más la vea. En silencio, tienen 1 minuto para mirar su carta mientras piensan qué ven en la carta y qué les hace sentir. Después las cartas se colocan de nuevo en el centro del círculo boca abajo, sin mostrarse, y se mezclan.

Ponen las cartas boca arriba, sin que se sepa de quién era cada una. Tienen que elegir a una persona del grupo que empieza el juego. Esta persona, con todas las cartas a la vista, dice la frase que ha pensado sobre su carta. El resto del grupo tiene que adivinar a qué carta se refiere. Por lo tanto, la frase debe referirse a esa carta, pero sin ser demasiado evidente ni describir lo que aparece en ella, si no haciendo referencia a las emociones que genera. Cuando la adivinan por consenso, cambian el turno a otra persona, hasta que se hayan descubierto todas las cartas. Naturalmente, la última será obvia, pero la persona dice igualmente cuál era su frase o palabra para esa carta.

A continuación, cada grupo debe elegir en consenso una de las 8 cartas para seguir investigando sobre ella. La carta elegida se queda en el centro del círculo, y las demás cartas se retiran.

Se invita a cada grupo a hacer una estatua, es decir, una postura corporal que represente la carta que han elegido. La estatua se puede crear con personas en distintas posiciones o teniendo todas la misma. Cada grupo representa su estatua mientras el resto de la clase lo observa. Se les pregunta ¿Cómo os sentís al representarla?

A continuación, se invita al grupo a distribuirse por el espacio y tomar una postura cómoda y cerrar los ojos. Se recomienda poner una música suave. Acompaña con la voz para poner la atención en la respiración y en cómo el aire va llenando el pecho y toda la zona del abdomen, dando tiempo para que cada persona se sitúe en su respiración. A continuación, con la palabra, lleva a cada grupo a la imagen de su carta.

Imagínate que eres ese personaje, o uno de los personajes, que aparecen en tu carta. ¿Quién eres? (silencio) ¿Dónde estás? (silencio) ¿Qué hay a tu alrededor? (silencio) ¿Qué sientes, o qué piensas? ¿Qué te está pasando?».

Después deja un pequeño espacio vacío y vuelve la atención al presente, diciendo «Dentro de poco vas a abrir los ojos de nuevo. Haz 3 inspiraciones profundas, y dejas que tu cabeza y cuello se muevan ligeramente. Luego abre los ojos despacio.»

Cada grupo debe preparar una escena sobre la carta que eligieron. A partir de la carta, la escena ha de abordar un problema, un conflicto o dificultad de cuidado. Lo ideal es que sea el propio grupo el que aporte el tema y defina los asuntos o los conflictos. El objetivo es que la escena permita visibilizar los problemas sobre los cuidados, no las soluciones; la escena es una manera de poner el tema ante el grupo grande y poder hablar en común sobre las propuestas que se les ocurran.

Para la presentación de escenas, un grupo sale al escenario (una zona separada que se haya designado previamente). Representan su escena. Cuando terminan, el público aplaude. El grupo queda de pie en el escenario, frente al público, y cuentan qué querían representar con su escena, qué mensaje querían comunicar. Se ayuda a comentar con preguntas aclaratorias: - ¿Qué hemos visto? ¿Qué pasaba? ¿Qué cuidados aparecían? ¿Qué necesitaban los personajes?

Intentamos también fomentar la reflexión sobre la dimensión de ciudadanía global y de género. ¿Hay gente en el mundo que tiene este tipo de situaciones, estos desafíos? ¿Cómo nos imaginamos sus dificultades de cuidado? ¿Ocurre igual para hombres y para mujeres?

¿Qué estructuras o instituciones están implicadas? En esta parte puede aportar las nociones más específicas de cuidado (crisis, deuda, cadenas de cuidado, interdependencia, ecoddependencia, conflicto capital/vida, enfoque de género; ver Glosario), a propósito de los asuntos que el grupo está planteando.

Una vez hecho esto, se pregunta al público qué final creen que sería deseable para la escena presentada. Conforme va actuando cada grupo, se van aportando los correspondientes contenidos.

Se pide a cada grupo que ponga un título a su escena y se recogen los títulos en la pared. A continuación, se reparten los textos impresos correspondientes a las cartas de cada uno de los grupos que hicieron escenas, que están disponibles en el anexo *Cada carta tiene su historia*²⁴, y si es posible, el cuento completo. Cada grupo trabaja por separado leyendo su texto y comparando con la escena presentada: ¿en qué se parece cada escena al cuento de su carta, y en qué se diferencia? ¿Hay alguna propuesta distinta en el relato?

Recogen en un papel cuáles serían sus propuestas de cuidado y cuáles aparecen o se deducen de la historia que han escuchado.

Después los grupos cuentan al grupo grande la historia que va con su carta, su análisis de las diferencias, y una conclusión final con sus propuestas de cuidado.

En círculo, se abre un espacio de reflexión final sobre la dimensión global de los cuidados ¿Qué está pasando en el mundo con el tema de los cuidados? ¿Qué ocurre en esta sociedad para que se generen estos conflictos sobre los cuidados? y su relación con las violencias machistas y con las desigualdades de género.

Por último, de pie en el círculo, cada persona dice una palabra que le sugiera las emociones o aprendizajes que le ha aportado esta sesión.

En otro momento, quizás tras un descanso o al día siguiente, conviene establecer un diálogo sobre las posibilidades que da el trabajar con los cuentos y/o este recurso didáctico de «CUIDAR. Es otra historia».

Si se ve conveniente porque la mayoría de las personas participantes en la formación trabajan con adolescentes y las actividades anteriores les hayan resultado más infantiles, puede trabajarse en este momento también el Cómic «La Herencia»²⁵.

24. Álvarez Ruiz, M. «Cada carta tiene su historia». Anexo al recurso «Cuidar es otra historia». InteRed 2020 Puede descargarse en <https://www.intered.org/es/recursos/cuidar-es-otra-historia>

25. Santomé, J. M. y 3TrisTras. «La herencia». InteRed. 2016. Puede descargarse en <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/la-herencia-un-comic-para-actuar-con-cuidados>

► TEORIZACIÓN SOBRE LOS CUIDADOS COMO ELEMENTO NUCLEAR DE UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIAS MACHISTAS

La pedagogía de los cuidados



OBJETIVO

Profundizar en el conocimiento teórico de los elementos característicos de la Pedagogía de los Cuidados y en la comprensión de su importancia en el conjunto de la Coeducación y específicamente en la prevención de las violencias machistas.

Descripción:

Se entrega a cada persona una copia impresa de la infografía sobre la Pedagogía de los Cuidados²⁶ que luego podrá pegar en su cuaderno:

Se explica detalladamente cada uno de los conceptos que aparecen en la infografía y la relación existente entre ellos.

Si el grupo y/o la persona que lo facilita quieren profundizar en la teoría, pueden presentarse y/o entregarse estos documentos de InteRed cuya autora es Alicia de Blas:



- «Pistas para un modelo de vida sostenible» <https://www.intered.org/es/recursos/pistas-para-un-modelo-de-vida-sostenible>
- «La revolución de los cuidados. Tácticas y estrategias» <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/la-revolucion-de-los-cuidados-tacticas-y-estrategias>

26. La infografía, así como el artículo completo, pueden descargarse en <https://www.intered.org/pedagogiadelos cuidados/es/marco-teorico/>

Paneles sobre cuidados de la exposición ¡Toca Igualdad!



Descripción:

Reforzamos la teorización por medio de los paneles de exposición ¡Toca Igualdad! Con el primer panel tomamos conciencia del concepto de deuda de cuidados planteando quién nos ha hecho esas tareas en nuestra vida y cómo los trabajos de cuidados son una parte clave de nuestra economía y se corresponden con el trabajo reproductivo que, frente al trabajo productivo, ha sido y sigue siendo infravalorado e invisibilizado: es por eso que el primer paso en la construcción de mundos que pongan la vida en el centro es visibilizar a quién nos cuida, valorar y visibilizar el trabajo de cuidados, y aprender y empezar a cuidar entre todas y todos, repartiendo por igual la responsabilidad de poner la vida en el centro, y sostenerla.

Con el segundo panel comprendemos que la desigualdad y la crisis de cuidados es consecuencia del modelo de desarrollo en que vivimos, basado en el individualismo, la acumulación de propiedad privada, la explotación del planeta y las personas, etc.

Con el tercer panel conocemos algunas acciones de tipo colectivo que se están llevando a cabo en todo el mundo para crear un mundo donde pongamos la vida en el centro. Descubrimos también acciones que se pueden llevar a cabo en nuestra Comunidad Educativa

Contextualización de la pedagogía de los cuidados



OBJETIVO

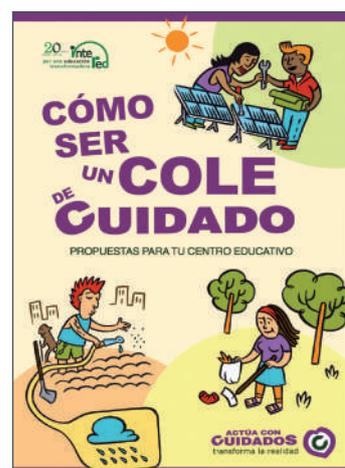
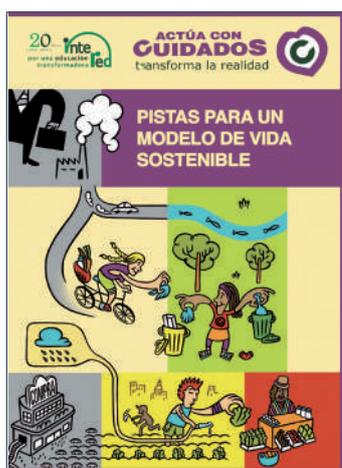
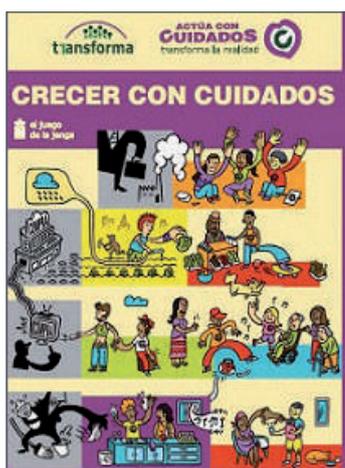
Capacitar a las personas participantes en la formación para poner en práctica la Pedagogía de los Cuidados en los contextos y con los grupos con que trabajan en la actualidad y/o en el futuro.

Descripción:

Para la contextualización conviene hacer grupos por edades y etapas educativas. En ellos se dialoga sobre cómo se puede aplicarse la Pedagogía de los Cuidados en los grupos con que trabajamos. Este diálogo no se pone en común en el grupo grande, pero sí conviene que cada persona apunte las conclusiones de su grupo en su propio cuaderno personal.

Se presenta a todo el grupo los materiales que InteRed ha publicado para hacer Pedagogía de los Cuidados, puesto que en ocasiones los de una etapa son útiles también en algunos momentos con otras edades.

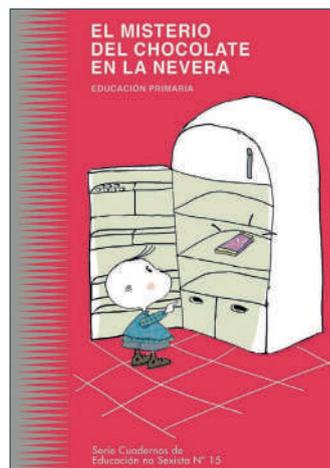
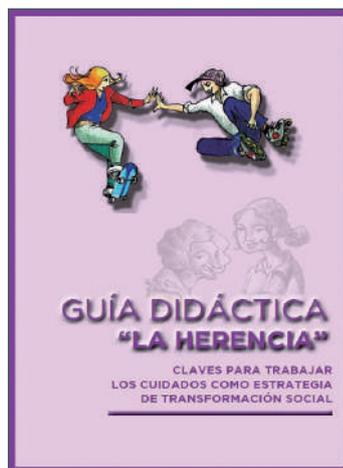
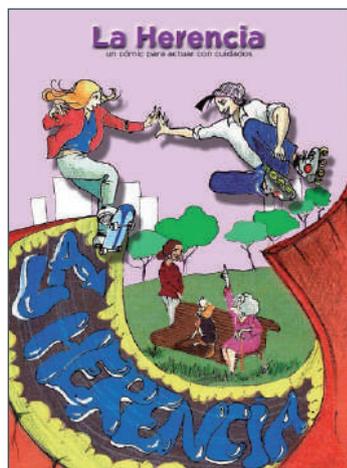
Tras la presentación cada grupo pequeño profundiza en los materiales propios de su etapa educativa y en cómo podrían utilizarlos en los procesos que con ellos están llevando a cabo.



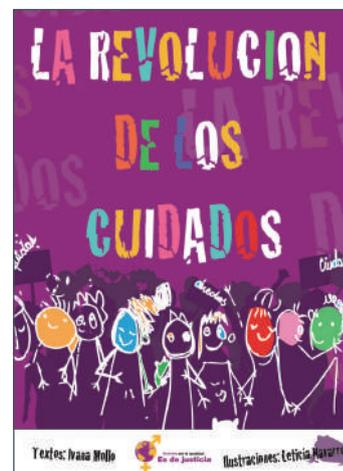
CRECER CON CUIDADOS. <https://www.intered.org/es/recursos/crecer-con-cuidados-el-juego-de-la-jenga>

PISTAS PARA UN MODELO DE VIDA SOSTENIBLE. <https://www.intered.org/es/recursos/pistas-para-un-modelo-de-vida-sostenible>

CÓMO SER UN COLE DE CUIDADO. <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/como-ser-un-cole-de-cuidado-propuestas-para-tu-centro-educativo>



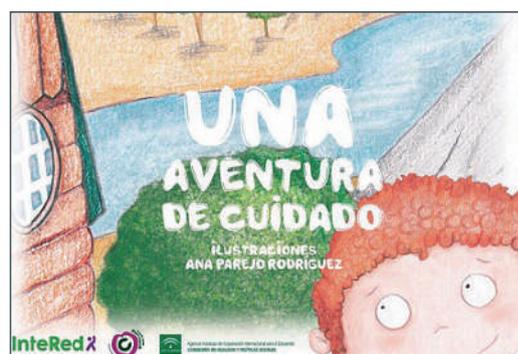
LA HERENCIA. UN CÓMIC PARA ACTUAR CON CUIDADOS. <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/la-herencia-un-comic-para-actuar-con-cuidados>
GUÍA DIDÁCTICA «LA HERENCIA». <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/guia-didactica-la-herencia>
EL MISTERIO DEL CHOCOLATE EN LA NEVERA. <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/el-misterio-del-chocolate-en-la-nevera>



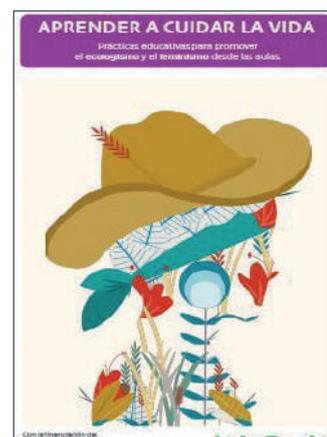
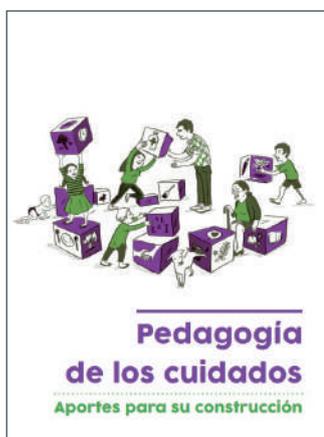
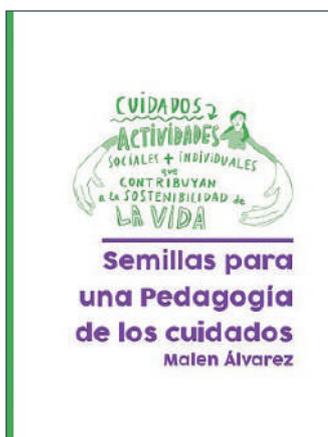
LA REVOLUCIÓN DE LOS CUIDADOS. TÁCTICAS Y ESTRATEGIAS <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/la-revolucion-de-los-cuidados-tacticas-y-estrategias>
LA REVOLUCIÓN DE LOS CUIDADOS. <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/la-revolucion-de-los-cuidados>
AL OTRO LADO DEL CUIDADO. <https://www.intered.org/es/recursos/unidad-didactica-al-otro-lado-del-cuidado>



CUIDAR ES OTRA HISTORIA. <https://www.intered.org/es/recursos/cuidar-es-otra-historia-0>
AQUATIKA. <https://www.intered.org/es/recursos/aquatika>



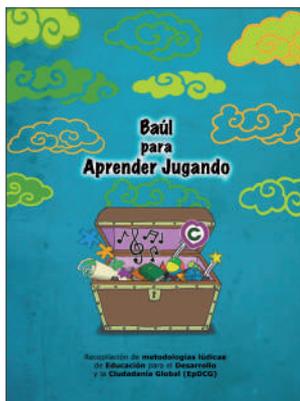
UNA AVENTURA DE CUIDADO. <https://www.intered.org/es/recursos/una-aventura-de-cuidado>
UNA CIUDAD DE CUIDADOS. <https://www.intered.org/es/recursos/una-ciudad-de-cuidados>



SEMILLAS PARA UNA PEDAGOGÍA DE LOS CUIDADOS. <https://www.intered.org/es/recursos/semillas-para-una-pedagogia-de-los-cuidados>

PEDAGOGÍA DE LOS CUIDADOS. APORTES PARA SU CONSTRUCCIÓN. <https://www.intered.org/es/recursos/la-pedagogia-de-los-cuidados-aportes-para-su-construccion>

APRENDER A CUIDAR LA VIDA. <https://www.intered.org/es/recursos/aprender-cuidar-la-vida>



BAÚL PARA APRENDER JUGANDO. <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/baul-para-aprender-jugando>

¡CUIDADO! EN PELIGRO. <https://www.intered.org/es/recursos/juego-de-cartas-cooperativo-cuidado-en-peligro>

2.4 Video fórum «Pistas para un modelo de vida sostenible»



Descripción:

Con el video-fórum sobre el documental «Pistas para un modelo de vida sostenible», que puede verse en www.youtube.com/watch?v=LZxwFjXvER4, se completa la contextualización y por tanto cerramos el ciclo de la metodología socioafectiva, no sólo de los contenidos relativos a la Pedagogía de los Cuidados, sino de todo lo que se ha estado trabajando en relación con el cuidado de las personas y del planeta como uno de los cuatro ejes que conforman la campaña «Toca Igualdad». Al igual que en las actividades anteriores, contamos con el apoyo del cuaderno para tomar notas y extraer, tanto durante el visionado del documental como en el debate posterior.

OBJETIVO

Completar la contextualización de la Pedagogía de los Cuidados ampliando la mirada más allá del contexto educativo y comprender cómo el hecho de poner la vida en el centro supone una inversión de los principios y consecuencias de un sistema socioeconómico mercantilista, patriarcal y colonialista.

Bloque 4

RECONOCER Y CELEBRAR LA RIQUEZA DE LA DIVERSIDAD DE IDENTIDADES

▶ EXPOSICIÓN «TOCA IGUALDAD». PANELES SOBRE DIVERSIDAD



OBJETIVO

Iniciar un proceso de metodología socioafectiva tomando conciencia personal de nuestras diferencias con las personas que nos rodean en los contextos en que participamos y cómo algunas de esas diferencias hacen más fácil o más difícil la vida, dependiendo de cada caso.

Descripción:

Enmarcamos el proceso sobre la riqueza de la diversidad indicando que, al igual que con los temas anteriores, también en este vamos a seguir la metodología socioafectiva. Para ello, vamos a utilizar recursos que están diseñados para trabajar con adolescentes, pero que trabajaremos con la profundidad correspondiente a personas adultas.

Por eso, comenzamos trabajando los paneles referentes a ella de la exposición «Toca Igualdad. ¡Toca coeducar!» que puede consultarse y descargarse en <https://www.intered.org/tocaigualdad>. Lo hacemos conforme se explica en su guía didáctica, disponible en <https://www.intered.org/es/recursos/guia-didactica-exposicion-toca-igualdad>, en que se explica:

Iniciamos el proceso con el objetivo de aprender a visibilizar nuestras diferencias, sin entrar a juzgarlas. Lo hacemos con el apoyo del panel de IDENTIFICAR de la exposición correspondiente al eje de reflexión-acción de Diversidades:



Empezamos identificando las diferencias que hay entre los dos paisajes que en él aparecen. A continuación, vincularemos las diferencias encontradas con los diferentes aspectos que se recogen en la nube del centro del panel, explicando cómo las personas nos diferenciamos según diferentes rasgos de edad, etnia, género, diversidad funcional, nuestro nivel de salud, nuestro aspecto físico... y, sin embargo, estas mismas diferencias que nos distinguen en cada uno de estos aspectos condicionan nuestras vidas, ¿por qué? En muchos casos, las diferencias son contextuales a un lugar o situación concreta, y a veces las diferencias pueden cambiar a lo largo de la vida (no nos quedamos estáticamente en ellas...)

Así, a continuación, invitaremos a cada persona a hacer en una reflexión sobre cómo cada una y cada uno de nosotros/as somos distintos y distintas a las personas que nos rodean. Propondremos que, individualmente, cada persona mire a su alrededor y reflexione sobre aquellos aspectos que la diferencian de sus compañeras/os y dejamos un tiempo para hacer este ejercicio por escrito en su cuaderno a nivel individual y privado) y cómo algunas de estas diferencias les hacen más fácil o más difícil la vida, dependiendo de cada caso.

Tras estos dos momentos de pararnos a pensar en los rasgos que nos diferencian, trabajaremos, bien en plenaria, bien por grupo, la siguiente pregunta: ¿Crees que todas las diferencias son valoradas del mismo modo o piensas que unas son mejor valoradas socialmente que otras? ¿puedes poner algún ejemplo y explicarlo?

Podemos servirnos de los dibujos del inicio para, comparando las parejas de personajes que son diferentes, pensar si unos rasgos sociales suponen unas ventajas o desventajas para las personas a la hora de disfrutar en libertad sus vidas.

Ejemplo:

Paisaje 1: la pareja que lleva el carrito de bebé son dos mujeres, podemos pensar que son posiblemente una pareja de lesbianas, las dos madres del bebé.

Paisaje 2: la pareja que lleva el carrito de bebé es un hombre y una mujer, posiblemente una pareja heterosexual, los dos madre y padre del bebé.

Pregunta: ¿Cuál de estas dos parejas crees que tiene más privilegios/dificultades en sus vidas por ser como son (lesbianas/heterosexuales) en general y a la hora, por ejemplo, de ser madres/padres? ¿puedes explicar por qué?

De esta misma forma, podemos seguir preguntando de qué forma creemos que pueden determinar las oportunidades que tenemos en la vida las distintas diferencias que encontramos entre estos dos paisajes: por ejemplo, si comparamos la pareja de mujeres mayores del paisaje 1 con la pareja de dos jóvenes del paisaje 2, preguntaríamos: ¿qué pareja de las dos crees que lo tiene más «fácil» en la vida y por qué? ¿en el mundo que vivimos, tienen más facilidades las personas mayores o las jóvenes?

A partir de este ejercicio de comparación y búsqueda de las diferencias, podemos seguir el diálogo preguntándonos por las dificultades que tienen en nuestra sociedad aquellas personas que son migrantes o con diversidad funcional, frente al resto de personas que no presentan estos rasgos identitarios.

► SONDEANDO MI IDENTIDAD



Descripción:

La identidad es un concepto complejo que se estudia desde diversas ciencias. Está íntimamente relacionada con la pregunta «¿Quién soy?» Está compuesta por diversos elementos que nos van definiendo como persona: algunos aspectos son externos y pueden ser percibidos por otras personas, mientras que otros son internos y no se ven; algunos son permanentes desde nuestra concepción y otros son dinámicos y cambiantes a lo largo del tiempo; algunos aspectos son individuales y otros sociales, etc.

En el sistema socio-económico en que vivimos las diferencias en función de los rasgos identitarios dan lugar a desigualdades sociales que otorgan privilegios y opresiones, hacemos un proceso de indagación sobre cuáles y cómo son nuestros rasgos identitarios.

Para ello vamos a seguir de forma muy reducida un proceso más complejo que se desarrolla en el Manual de género y autoestima llamado «Recorre tu laberinto»²⁷ y su correspondiente guía²⁸

El proceso va a ir avanzando en las siguientes etapas:

- Autoimagen
- Autoconcepto
- Autoaceptación
- Autoidentidad de género
- Autoestima
- Asertividad
- Ciudadanía

OBJETIVO

Llevar a cabo un proceso de indagación y toma de conciencia de los propios rasgos identitarios, especialmente los de género, que permita experimentar personalmente cómo se construyen, qué capacidad se tiene para decidir sobre ellos, cómo las diferencias que generan los rasgos identitarios dan lugar a desigualdades sociales que otorgan privilegios y opresiones, qué riqueza nos aporta la diversidad de identidades, etc.

NOTA: Recuerda que dispones de las definiciones de estos y otros conceptos en el glosario del inicio de la guía.

Autoimagen

Tras dialogar sobre lo que significa el término «avatar» y buscar su definición, invitamos a que cada cual dibuje su avatar en su cuaderno. Va a ser un recurso al que volveremos varias veces. Tras dibujarlo dejamos otro tiempo para plantearse:

27. Caínzos Rodríguez, María Paz. «Recorre tu laberinto. Manual de género y autoestima». InteRed. 2015. Puede descargarse gratuitamente en <https://www.intered.org/es/recursos/recorre-tu-laberinto-manual-de-genero-y-autoestima>

28. Disponible en <https://www.intered.org/es/recursos/recorre-tu-laberinto-guia-metodologica>

- ¿Qué partes de tu cuerpo destacaste más o menos? ¿Por qué?
- ¿Qué emociones expresas en el dibujo? ¿Por qué?
- ¿Qué ropas lleva puestas TU avatar? ¿Por qué?
- ¿Qué está haciendo TU avatar en el dibujo? ¿Por qué?
- ¿Qué es lo que más te gusta de TU avatar?
- ¿Qué quieres compartir en el grupo y que no quieres compartir en relación con TU avatar?

Autoconcepto

Invitamos a hacer en el cuaderno una relación de características que tienen y hasta qué punto creen que la sociedad les otorga o quita privilegios por ello y respecto a quién:

¿Tu sexo? ¿Tu edad? ¿Naciste en España? ¿Eres de piel blanca? ¿Tienes problemas de salud?

¿Tienes algún tipo de discapacidad? ¿Qué estabilidad tenía el hogar en que te criaste? ¿Cómo es tu familia? ¿Eres el/la mayor, mediano/a, pequeño/a de tu familia? ¿Cuántos idiomas hablas? ¿Eres deportista? ¿Tocas algún instrumento? ¿Eres una persona religiosa?...

Es importante saber cómo somos, pero también es importante saber que en función de las respuestas a esas preguntas tenemos más fácil o más difíciles muchas cuestiones en la vida. El autoconcepto no sólo se constituye de la autopercepción, también de la imagen que los demás nos devuelven sobre nosotros y nosotras mismas. En general está condicionado por las condiciones de vida, como mujer u hombre, del lugar en que vives, de tus necesidades, de las personas con las que vives... También tienen que ver con todo el mundo de la vivencia y la conciencia emocional, que es la «Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar un clima emocional en un contexto determinado», que tiene que empezar por poder reconocer y gestionar tus emociones... Tanto presentes como pasadas. La conciencia emocional está íntimamente ligada a la conciencia corporal.

Por eso vamos a apuntar en nuestros cuadernos al menos un momento de nuestra vida que hemos vivido con emociones como son: con alegría, con miedo, con rabia, con tristeza, con vergüenza, con rechazo, con amor...

En cada una ella apuntamos:

- Qué pasó
- Cómo reaccionaste
- Qué edad tenías.

Dedica también un tiempo para detallar no sólo momentos, sino también etapas. Apunta al menos tres etapas de la vida que has vivido con más dificultad y otros tres que has vivido con menos dificultad.

Autoaceptación

Justo a continuación de la etapa de autoconcepto es conveniente hacer un trabajo de interiorización conducente a la aceptación de todas las cosas que nos han pasado en la vida y a cómo hemos reaccionado a ellas. Aceptarnos con nuestras fortalezas y con las cuestiones que queremos mejorar.

Proponemos hacerlo mediante una visualización en un espacio íntimo y agradable (se puede ambientar con velas, incienso, etc.) en que cada persona se sienta en postura y actitud de meditación frente a su cuaderno, por ejemplo, abierto por su avatar. La persona que acompaña el grupo irá guiando la visualizando invitando a que repasen esos momentos

que han apuntado, esas emociones... toda su vida... y la miren con cariño aceptando el modo en que han sido.

Tras la visualización, avanzamos animando a que cada persona apunte en su cuaderno tres características que siente como fortalezas y otras tres que siente como debilidades que tiene. Les invitamos a que, cuando tenga ocasión, le pregunte a alguien de confianza qué tres fortalezas o virtudes ven que tiene y qué tres debilidades o cosas a mejorar, que también las apunte en el cuaderno y compare si se parecen o no a las que había apuntado en su cuaderno.

Autoidentidad de género

Si en el grupo hubiera personas con dudas respecto a los conceptos, la persona formadora debe clarificar aquellos relacionados con el sistema sexo-género, el binarismo, diferencias-desigualdades, estereotipos y roles de género, modelos hegemónicos, marcas hegemónicas de género, identidad autoasignada, asignada y optada.

Cada persona reflexiona y apunta en su cuaderno situaciones en que no ha podido hacer algo que quería porque se suponía que era propio del otro género. También dedicamos un rato a reconocer qué marcas hegemónicas de género nos descubrimos y apuntarlas en el cuaderno, ya sean grandes marcas o pequeñas.

En grupos pequeños, de unas cinco personas, diferenciados de hombres y mujeres dialogamos sobre los momentos que libremente se quiera compartir y las marcas que nos reconocemos. Si en el grupo hay confianza, se puede dejar un rato para que dentro del grupo se sugieran unas personas a otras si pudieran tener alguna marca.

Al final este bloque y comenzar el siguiente visualizaremos un vídeo que profundiza en la diversidad afectivo-sexual, de momento nos centramos en el trabajo personal y más adelante aportaremos la explicación teórica y el diálogo grupal.

Autoestima

Apuntamos en el cuaderno algunos de los referentes que tenemos y hemos tenido en el pasado, personas a las que nos gustaría parecernos en algunas de sus características. Pueden ser personas reales o de ficción. Anotamos cuál es su nombre, por qué te llama la atención, en qué quieres parecerle a esa persona...

Tomamos conciencia de que la autoestima es el quererse, el valorarse a una/o misma/o, y respetarse tal y como se es, aceptando sus fortalezas y sus debilidades.

Este sentimiento no nace de repente; sino que desde pequeñas/os se va aprendiendo y desarrollando sin darse cuenta, con los primeros pasos, con la familia, en la escuela, con las decisiones que se van tomando...se va construyendo al recorrer la vida. Cuando se toma conciencia de algo «bien hecho» va creciendo la autoestima. Y al contrario, al juzgar algo como «mal hecho» eso puede hacer bajar la autoestima.

Por eso, vamos a recordar en el cuaderno a una persona que nos haya valorado positivamente, con lo que ha podido contribuir a subir nuestra autoestima y otra persona que nos haya juzgado negativamente. ¿Cómo sucedió? ¿A qué edad?

La autoestima global depende de muchas dimensiones y su valor global dependerá de la importancia relativa que cada persona le dé a cada dimensión, y aquí nuevamente vuelven a aparecer las influencias del sistema heteropatriarcal... por ejemplo: «Si no encajas con los cánones de belleza imperantes en tu sociedad y cultura parece que no vales nada» y eso es mentira.

Asertividad

Ponemos en práctica dos técnicas, la primera se denomina «Mamá Pingüino – Bebé Pingüino» y la reproducimos aquí tal como figura en el material «Jugar y Actuar»²⁹ que puede descargarse en intered.org.

Trabajamos todos y todas juntos. Partimos del círculo, dados de la mano. Explicamos que somos una colonia de pingüinos. La persona que tengo a mi derecha es mi madre o mi padre y la de la izquierda mi bebé. De esta forma, todas somos madres/padres e hijas/hijos al mismo tiempo en nuestra colonia. Explicamos que los pingüinos padres y las pingüinos madres suelen irse a buscar alimento dejando a sus bebés en la colonia. Cuando vuelven, para poder encontrarse, cada cría grita un determinado sonido, que su padre o su madre reconoce, y así la pueden encontrar para alimentarla, aún en medio de la tremenda multitud que es la colonia.

Nosotros, nosotras formamos esta colonia de pingüinos, así que cada bebé inventa un sonido propio que le permita ser encontrado y se lo dice a la mamá-papá al oído para que lo pueda reconocer. Una vez acordados todos los sonidos caminamos y, cuando estamos distribuidos por el espacio, todo el mundo cierra los ojos.

El objetivo del juego es conseguir que el círculo quede como al principio, agarrados de las manos, con tu madre o padre a la derecha y tu bebé a la izquierda. Cuando encuentras a tu madre, padre o bebé lo agarras por el brazo hasta que todo el mundo esté en su lugar. Todas las crías (es decir, todos los y las participantes) emiten sonido al mismo tiempo. De esta manera, como todos somos bebés al tiempo que madre o padre, cada persona tendrá que emitir sonido al mismo tiempo que escucha para encontrar el sonido de su criatura.

Claves para el desarrollo del juego:

- *Durante el ejercicio, sobre todo durante la parte del ejercicio en la que permanecemos con los ojos cerrados, es necesario cuidarse. Así que pediremos a los/las participantes que se muevan lentamente.*
- *No tenemos prisa para encontrarnos.*
- *Hay grupos y personas a quienes les cuesta permanecer con los ojos cerrados. Les podemos ayudar proporcionando vendas o pañuelos con los que cubrir los ojos.*
- *Cuando caminemos por el espacio, para encontrar a nuestra familia, lo haremos con los brazos cruzados por delante del pecho. Así tendremos un paragolpes protector en caso de choques. Al terminar el ejercicio es muy importante una ronda de reflexión donde cada persona pueda expresar la experiencia y las emociones que vivió durante el ejercicio.*

La segunda se denomina «Soy libre» y la reproducimos aquí tal como figura en el libro «La alternativa del juego II»³⁰

Por parejas. Una de las personas se coloca detrás de la otra, mirando las dos en la misma dirección. La rodea con sus brazos tomando con su mano izquierda su mano derecha y viceversa, de manera que le mantiene los brazos cruzados. Tira con fuerza, mientras que la otra persona por métodos legítimos intenta soltarse. Cuando lo consigue o se cansa, se cambian los papeles. Luego se dialoga ¿Cómo se han sentido en ambos roles? ¿Cómo han sentido el papel de la fuerza física? ¿Y el estar aprisionados?

29. Opus. Cit.

30. Seminario de Educación para la Paz. «La alternativa del juego II». La Catarata. 1997.

Explicamos que la asertividad tiene que ver con la afirmación y la seguridad personal. Consiste en ser fieles a nuestros deseos, necesidades y valores; no decir lo que las otras personas quieren oír para quedar bien; sino expresar lo que realmente pensamos, sin ofender ni violar los derechos de las otras personas. Tiene que ver con el empoderamiento y, por tanto, guarda mucha relación con el género. Para una buena comunicación asertiva, no sólo tenemos que hablar con nuestra voz, sino también con nuestro cuerpo: nuestras manos, nuestros ojos... Y también tiene que ver con escuchar para que realmente haya un diálogo, y con la respuesta que damos, sabiendo que no consiste en ver quién gana, sino en que triunfe el respeto mutuo.

De este modo, los pasos de una comunicación asertiva son:

- 1. Escucha a las personas, y di lo que piensas, sin dejarte arrastrar por el enfado u otra emoción.*
- 2. Habla de ti, diciendo «yo»*
- 3. Describe las cosas como suceden, sin exagerarlas ni despreciarlas.*
- 4. Pide ayuda o expresa claramente lo que necesitas*
- 5. Aprende a decir «NO»*
- 6. Cuida de no ofender o humillar a otras personas*

«Cuidadanía»

Denominamos este paso como «ciudadanía» para integrando los conceptos de «cuidados» y «ciudadanía» y completamos en él lo que ya se ha trabajado sobre cuidados en el bloque anterior, de modo que cada persona tome conciencia de la huella de cuidados y la deuda de cuidados en su vida, adoptando ante ellas una actitud de responsabilidad. Para ello les pedimos que repasen hora por hora el día anterior y apunten en una columna qué hicieron cada hora marcando en cada una de ellas, que acciones hicieron para cuidar a otras personas, animales o cosas. En otra columna detallan qué cuidados recibieron cada hora y de quién... También buscando qué cuidados invisibles hay detrás de lo que hacemos en cada hora del día, qué cuidados hicieron falta para que haga lo que hago en cada momento.

Tras tomar conciencia dialogamos en pequeños grupos segregados por sexo, para aumentar la conciencia de cómo, aunque todas las personas recibimos cuidados, en función de unas condiciones y privilegios se tiene una mejor o peor calidad de cuidados. Compartimos cuál es y cómo nos sentimos cada persona con nuestra deuda de cuidados en relación con otras personas, el otro sexo, otras generaciones, personas de otros lugares del planeta... Adquirimos un compromiso firme en relación con nuestra responsabilidad de cuidados. Lo escribimos en el cuaderno y lo firmamos.

- Desmontar el amor romántico y otros mitos en torno a la feminidad: fomentar la autoestima, autonomía y sororidad.
- Identificar las violencias machistas.
- De lo individual a lo colectivo: el paso hacia la Ciudadanía Global.
- El empoderamiento feminista: una estrategia para la transformación social.

Como hemos anunciado anteriormente, al final este bloque y comenzar el siguiente visualizaremos un vídeo que profundiza en la diversidad afectivo-sexual, de momento nos centramos en los contenidos de la exposición, con el apoyo de este cartel. Ahondaremos en el diálogo tal como se propone en la guía de la exposición, partiendo de lo que dicen los personajes que están sentados hablando alrededor del fuego, preguntando al grupo qué opinan de sus ejemplos.

Nuestra facilitación del diálogo puede ser en esta línea (a continuación, un ejemplo a partir de lo que dice la chica pelirroja): «...cómo ser heterosexual no es motivo para que te discriminen» ... y, sin embargo (podríamos seguir diciendo nosotras), si no eres heterosexual, ¡sí que te discriminan!: por ejemplo, si eres lesbiana, o gay. Es decir, ser heterosexual a día de hoy te da una serie de privilegios frente al resto de personas que no lo son, ya que la heterosexualidad es valorada como «lo normal» y «bueno» en nuestras sociedades actuales (aquí podemos aportar datos sobre delitos a nivel global contra la población LGTBIQ+ o bien trabajar en torno a algún ejemplo concreto, como la campaña de la Confederación Española LGBT por la visibilidad LBGTI en el fútbol)³²

De esta forma, visibilizaremos cómo, si bien la diferencia no es en absoluto mala en sí misma, sino que nos ofrece una gran riqueza, a nivel social la valoramos de forma negativa, especialmente si esta diferencia se distancia de lo que consideramos como «normal» o «normativo». Sobre esta identidad normativa ver los rasgos que se indican arriba a la derecha de este panel: blanco, heterosexual, europeo o norteamericano, etc... Así, iremos vinculando las distintas diferencias que van saliendo en el diálogo con las fobias que existen en nuestras sociedades y que nos demuestran cómo seguimos viviendo en un mundo donde valoramos en negativo el ser diferentes.

A continuación, nos dividiremos en grupos y repartiremos dos o tres palabras de la nube de palabras que está en el centro del panel haciendo que cada grupo busque en internet, para luego compartirlo en plenaria, el significado de las palabras que les haya tocado explicar a sus compañeros/as.

Tras esta reflexión, nos detendremos entre todas/os a analizar y comentar los datos por delitos de odio que nos aporta la exposición y a pensar por qué no conocíamos algunas o muchas de las palabras que nos hablan de las diferentes fobias que existen. Finalmente, cerraremos el itinerario con un tercer momento a partir del tercer panel, del paso de ACTUAR. Para ello:

- Haremos una reflexión sobre la importancia de que en nuestra Comunidad educativa aprendamos a visibilizar los distintos delitos de odio que puede haber y cómo, para ello, el primer paso es conocer las distintas fobias que existen para, entre todas y todos, responsabilizarnos de las distintas violencias que ejercemos contra otras personas por el mero hecho de ser distintas (¿quizás podamos crear una comisión anti-delitos de odio? ¿o un protocolo o decálogo de convivencia que reconozca el valor en positivo de aquello que nos diferencia?).
- Leeremos, entre todas y todos, las propuestas de acción y mensajes que nos propone la exposición y sumaremos otras acciones posibles que se nos ocurran para contestar a la pregunta que nos lanza el panel: ¿qué crees que puedes hacer tú para crear un mundo donde todas las personas podamos ser libres para ser quienes somos en igualdad de condiciones?:
 - A nivel individual.
 - A nivel grupal.

32. <http://www.colegas.lgbt/campanas/deporte-2018/#1518710886075-ac1d8c69-21f1>

► CONTEXTUALIZACIÓN DEL EJE DE DIVERSIDAD



Descripción:

Partiendo de los aprendizajes que cada cual ha anotado en su cuaderno, ampliaremos la contextualización tal como se explica en la mencionada Guía de la Exposición «Toca Igualdad. ¡Toca coeducar!»:



Avanzar desde la autoidentidad de género a la incorporación de una mirada interseccional que permita ver cómo las diferencias identitarias dan lugar a desigualdades sociales que otorgan privilegios y opresiones.

Aprender a identificar las diferencias que nos distinguen y cómo éstas son valoradas de manera desigual en nuestra sociedad es el primer paso para poder incorporar en nuestras acciones una mirada «interseccional». Esta mirada nos posibilita tener una visión más realista de cómo unas personas tenemos más/menos privilegios que otras, facilitando así un cambio real de nuestro mundo a favor de todas las personas. Porque no nos vale con identificar solamente un tipo de discriminación, hemos de aprender a mirar de manera «interseccional», atendiendo a los cruces entre diferentes tipos de discriminaciones: por ejemplo, una mujer negra senegalesa viviendo en España sufre un nivel de discriminación y desigualdad mucho más grave que una mujer blanca española que viva en su propio país. Esta precariedad, por ejemplo, puede agravarse si esta mujer presenta una diversidad funcional y/o no tiene recursos económicos.



De esta forma, aprender a ver interseccionalmente ayuda a combatir de manera más eficaz la desigualdad y la discriminación y, por tanto, las distintas violencias. Para poder trabajar este enfoque, pensaremos en plenaria ejemplos de nuestra vida diaria donde vemos necesario aplicar una mirada interseccional, es decir: casos de personas que conozcamos que sufran o imaginemos puedan sufrir a la vez distintos tipos de discriminación a causa de la valoración social negativa de distintos rasgos de su identidad o sus vidas. Para ello, usaremos el gráfico en forma de rueda que aparece abajo a la derecha en el panel de Desmontar, de cara a poder ir concretando distintos cruces entre los posibles diversos ejes de discriminación que ahí se representan (nacionalidad, etnia, religión, género, edad, situación económica, etc.).

Bloque 5

PROMOVER UNA EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL RESPETUOSA Y DE CALIDAD

► EL PUENTE ENTRE EL BLOQUE DE DIVERSIDAD Y EL DE EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL



Descripción:

Enmarcamos el bloque aclarando que lo orientamos con el objetivo de promover una educación afectivo sexual respetuosa y de calidad. Entendiendo que, tal como se explica en el documento «COE-DUCANDO. Hacia una Ciudadanía Global comprometida por un mundo libre de violencias machistas», las emociones, los afectos y la sexualidad están íntimamente vinculadas y son centrales para el desarrollo de las personas a lo largo de todas las etapas educativas desde la infancia. Hablamos de valorar, visibilizar y poner en el centro los afectos, las emociones y la sexualidad que habitualmente quedan relegados en los currículums, frente a la centralidad de la razón y el conocimiento científico dirigidos a crear profesionales que alimenten la rueda de la productividad.

Ante la falta de una educación afectivo sexual de calidad en los espacios educativos y en las casas, niños/as, adolescentes y jóvenes aprenden a relacionarse entre ellos/as en función de los estímulos que reciben principalmente a través de los diferentes medios de comunicación y redes sociales, la literatura, la música, el cine... En este escenario, la pornografía y la cultura de la violación se muestran como los marcos válidos y deseables de conducta para la sexualidad de niños y adolescentes y se relega a las niñas y las adolescentes mediante la hipersexualización de sus cuerpos a convertirse en meros objetos de deseo al servicio de la mirada masculina, sin reconocerles deseos propios ni ninguna capacidad de acción.

Frente a las relaciones de poder que se establecen en el marco de las relaciones afectivo sexuales se ha de trabajar con los chicos para que aprendan a relacionarse desde el respeto y la horizontalidad, no desde el control y la imposición, y con las chicas para que aprendan a identificar sus deseos y a poner límites ante los posibles chantajes de los chicos, además de visibilizar y normalizar la diversidad de orientaciones sexuales.

OBJETIVO

Iniciar un proceso de metodología socioafectiva tomando conciencia de las emociones que nos despierta el contacto con la temática de la educación afectivo-sexual y su relación con lo trabajado en el bloque anterior.

Se trata en definitiva de promover la corresponsabilidad en el ámbito de los afectos y la sexualidad. Que ambos, chicos y chicas, sean respetuosos/as ante los deseos del otro o la otra, que practiquen una escucha emocional activa y se corresponsabilicen a la hora de tomar decisiones que se vinculan con el terreno afectivo sexual que comparten.

Se trata, en definitiva, de promover la corresponsabilidad en el ámbito de los afectos y la sexualidad, y de ofrecer una educación afectivo sexual que contrarreste los estímulos que reciben hoy la infancia y la juventud a través de los medios de comunicación, las redes sociales y la pornografía.

Sondeamos cómo se sienten sabiendo que vamos a aplicar a este tema el enfoque socio-afectivo que ya conocen de los temas anteriores. Les pedimos que apunten las emociones, primero las suyas, seguidas de las de otras compañeras y compañeros. Dejamos un par de minutos de silencio para que saboreen esas emociones, observen cómo son y cómo es tenerlas. Recordamos que el cuaderno va a ser una herramienta fundamental también en este bloque y en él es importante recoger todo aquello de lo que nos vamos dando cuenta. No es preciso apuntar la teoría pues ya está disponible en los materiales de InteRed de la campaña «¡Toca Igualdad!».

En esta ocasión, antes de empezar con el proceso del enfoque socio-afectivo propiamente dicho, vemos el vídeo titulado ¿Qué es la diversidad sexual? Explicación fácil³³, que hace de puente entre el bloque de reconocer y celebrar la riqueza de la diversidad de identidades y este de promover una educación afectivo sexual respetuosa y de calidad.

Tras la visualización abrimos un espacio de diálogo para que cada persona pueda explicar qué sensaciones le produce el vídeo. No es un espacio de discusión ni de intentar convencer a nadie de nada, sino de compartir sensaciones personales ante el video. Si fuera preciso, sólo la persona que dinamiza el grupo aclara los conceptos que sea necesario.



33. <https://www.youtube.com/watch?v=1QbTZYiQ6BA&t=177s>

VIVENCIA EMOCIONAL

Universo de emociones. Introducción al arte terapia aplicada a la coeducación



Descripción:

Este tiempo es un breve espacio para enmarcar el proceso socio-afectivo que vamos a llevar a cabo, explicando que toma elementos de la arteterapia, tal como lo propone Inmaculada Sánchez Márquez en su propuesta «Universo de emociones»³⁵ que sistematiza los procesos que en InteRed hemos llevado a cabo en centros educativos y con grupos de mujeres. Está disponible en intered.org y, por tanto, no es preciso tomar nota del proceso metodológico sino simplemente de la experiencia personal que a lo largo de él se va teniendo. En las próximas actividades. Reproduzco con pequeñas adaptaciones la propuesta que en dicha publicación se describe.

Aplicar a la educación elementos del arteterapia, no conlleva, ni se puede pretender, realizar terapia personal ni de grupo. No pretendemos pues utilizar la parte «terapéutica» del Arteterapia sino la de facilitación de espacios y actividades de autoconocimiento y empoderamiento a través del proceso de creación. El camino de la creatividad, la expresión artística y sus procesos nos permiten indagar en nuestra manera de sentir, pensar y actuar. Se trata pues de un camino donde ir al encuentro de una/o misma/o, junto a otras personas que serán un espejo, a las que escuchar con respeto y a las que contar desde la sinceridad. En esta ocasión exploramos la expresión artística en relación con nuestra afectividad y sexualidad con una mirada de prevención de violencias machistas para después adaptarla y aplicarla a los grupos con que trabajemos. Trabajarlo en grupo nos permite la visibilización de nuestras realidades personales, relacionarlas con nuestras realidades grupales y comunitarias, asumiendo que depende de nuestra movilización y creatividad la transformación de las mismas. Nos encontramos pues ante un encuentro que es triple, un viaje de ida y vuelta: individual, grupal y comunitario desde el lenguaje de la expresión creativa.

34. Sánchez Márquez, Inmaculada. «Universo de emociones». InteRed. 2014 Puede descargarse gratuitamente en <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/universo-de-emociones-experiencias-de-arteterapia-y-cuidados-para-la> .

35. Ibid.

OBJETIVO

Enmarcar el proceso socio-afectivo que se va a realizar y cómo toma elementos de la arteterapia, tal como desarrolla Inmaculada Sánchez Márquez en su propuesta «Universo de emociones».²⁹

Creación del círculo de interiorización



OBJETIVO

Aportar al grupo las indicaciones, principios, normas, límites y motivación necesarias para desarrollar este proceso con herramientas de arteterapia.

Descripción:

El grupo se sienta en círculo situando en el centro una vela, incienso y los materiales plásticos que van a usarse, que pueden ser:

- Papel continuo.
- Folios blancos y de colores.
- Tempera (en los botes de tamaño más grande posible). Colores básicos: amarillo, azul, rojo, verde, blanco y negro.
- Pinceles de diversos tamaños.
- Cartulinas.
- Cajas de ceras.
- Cajas de lápices de madera.
- Lápices.
- Pellas de barro.
- Pegamento en barra.
- Tijeras.
- Plastilinas.
- Lanas.
- Vasos de plástico para enjuagar los pinceles.
- Vasos de plástico para poner la témpera.
- Bayeta para limpiar.
- Rollo de papel higiénico o de cocina para limpiar.
- Bolsas de basura
- Conchitas de la playa, palitos, hojas, piedras...
- Objetos que no se usen
- Cuerdas
- ...

Al comenzar la sesión hay que dejar claras ciertas ideas, premisas y normas. Son las «reglas del juego» con las que funcionamos. Sirven por un lado para aclarar ideas y objetivos sobre qué vamos a hacer, dado que es normal que las personas se lo pregunten, que hayan escuchado la palabra «Arteterapia» pero no saben lo que es. Por otro lado, hay que asentar las bases de cómo se pueden o no hacer las cosas, que todas las personas tengan claro qué se espera o no de ellas.

Se trata de ideas que hay que ir repitiendo cada cierto tiempo, reforzándolas. Poco a poco, si podemos hacer proceso, las personas las interiorizarán y no habrá que repetirlas.

Algunas son:

- No hemos venido a aprender sobre arte o a dibujar bien. Todo lo que haga estará bien hecho, porque esto no es una clase de manualidades ni clases de arte. La persona que facilita no tiene por qué saber ni dibujar, bailarina ni ser artista.
- Por ello mi obra/creación no tiene que quedar bonita. A pesar de esta consigna muchas personas suelen decir «yo no sé dibujar», «me ha quedado fatal» ... Es importante recordar entonces esta consigna y la siguiente.
- Lo importante es lo que mi obra signifique para mí. Nadie va a interpretar la obra de nadie. Esto es fundamental en el caso de no ser arteterapeuta cualificada-o, y aun así hay corrientes arteterapéuticas que no parten de la interpretación.
- Me permito el bloqueo, el no saber qué hacer y sentirme «en blanco», si me sucede. Aconsejamos a quien facilita la sesión, no atosigar a la persona a que «haga, a que dibuje». Aceptar que existen momentos de vacío y que son necesarios. Alentar con la mirada o con un «ánimo, tú puedes», «si te bloqueas no pasa nada, sólo respira», «te animo a que cotillees los materiales, cojas uno y veas qué pasa» ...
- Me digo a mí misma/o «Yo sé hacerlo, yo puedo hacerlo». Recordar esta consigna cuando se observe a una persona que se bloquea, y aun así, no forzar a nadie.
- Me permito disfrutar esta sesión y abrirme a lo nuevo que me traiga.
- Indago en los materiales que hay, me permito descubrirlos, «cotillearlos».
- Contaré de mí o de mi obra hasta donde me apetezca, y si no quiero hablar me acojo al «pasapalabra».
- Escuchamos con respeto a quien habla. Ponemos nuestra energía y atención en la persona que esté compartiendo su obra/vivencia. Sólo una persona puede hablar por vez, lo cual a veces es más complicado con personas adultas que con menores. Para ello tenemos el truco del objeto «mágico», «de la palabra», o como se desee nombrar. Puede ser una pelota pequeña, un objeto cualquiera e incluso una bola de papel. Quien tenga el objeto en sus manos podrá hablar y el resto de personas escuchará. Cuando estamos ante un grupo al que le cuesta hablar, el lanzar el objeto al azar permite ir facilitando los turnos de palabra.
- Respetamos a las demás personas y a su obra. No nos reímos o la calificamos, ni en positivo ni en negativo. Importante recalcar que no se valore en positivo tampoco, porque no se trata de un lugar para dar calificaciones o alabar la belleza de una creación. Recordamos que no es una clase de arte ni de manualidades, y que los objetos que creemos hablarán de nosotras/os, sin importar en absoluto su apariencia.
- Durante la sesión me cuido a mí misma/o pero también cuido a las demás personas. No haré nada que no me apetezca, aunque he de recordar el «yo sé, yo puedo». Esta libertad de hacer o no hacer hay que expresarla con cuidado, porque no se trata de invadir en el uso de mi libertad. Ese cuidarme y cuidar a las demás será tanto a nivel físico (por ejemplo, cuando hay ejercicios de movimiento) como emocional.
- Confidencialidad de lo que se diga o haga en la sesión. Cuando termine no hablaremos de terceras personas. Lo que suceda en la sesión queda en la sesión.
- Recogemos los materiales utilizados y limpiamos la sala entre todas/os. Con el alumnado a veces es difícil que se responsabilicen de la limpieza del lugar tras terminar cada sesión y del orden de los materiales, influenciado porque generalmente debe marcharse rápido para la siguiente clase o para el recreo. Las personas adultas sí se suelen responsabilizar de esto, pero de todos modos es conveniente hacerles partícipes de la necesidad de que todas y todos cuidemos y guardemos los materiales y limpiemos la sala.
- Mi obra me pertenece, haré con ella lo que desee al finalizar la sesión. Puedo llevármela, colgarla en la sala si así lo estipulamos en grupo y se ve como conveniente por la persona que dinamiza, pero también puedo romperla, regalarla... Algunas personas olvidan o abandonan su obra en la sala (adolescentes que la tiran al suelo...), lo cual puede ser un dato interesante sobre el que prestar atención en la evolución de la persona.

Recomendamos que las normas puedan ser consensuadas con el grupo, y que entre todas las personas se puedan crear algunas que faciliten el buen sentir y comodidad. Por ejemplo, con personas adultas suele ser importante acordar que los móviles han de permanecer apagados en la medida de lo posible, y si no pudiera ser por causas mayores en silencio (aun así, el modo vibrador suele escucharse y molestar en momentos importantes de la sesión).

Relajación-visualización guiada



Descripción:

Puede ir precedida de un pequeño trabajo de expresión corporal si la persona que dinamiza el grupo se siente segura con el lenguaje del cuerpo que es una de las formas más básicas de comunicación.

Ayuda a desbloquear, activar, desinhibir, tener conciencia corporal y sobre todo ayuda a disfrutar con el juego. Conviene focalizar el movimiento y la conciencia corporal a la zona de la cintura, experimentando todos sus posibles movimientos. También conviene promover movimientos que ayuden a abrir el pecho y favorecer la respiración. De este modo se activa la conciencia afectivo-sexual en el propio cuerpo y con el trabajo corporal se crea un buen clima de concentración para empezar a trabajar todas las personas desde un mismo punto.

La relajación-visualización guiada ayudan a desprenderse de lo que sucede en el aula, patio o en nuestra vida cotidiana, centrarse en el momento presente y poder concentrarse en aspectos que ayudarán a la creatividad en la realización de la obra artística. Es el momento de «contar un cuento» que cada persona puede intentar imaginarse, utilizando diversas músicas de carácter relajante o tranquilizador y si es posible apagar las luces de la sala. Se puede realizar con las personas tumbadas o sentadas en el suelo. Es importante indicarles que cierren los ojos o se los tapen durante esta parte del «cuento»-visualización guiada³⁶.

OBJETIVO

Avanzar en el proceso de interiorización previo a la expresión y entrar en contacto con la propia interioridad afectivo-sexual.

36. Cuento extraído de: Sánchez Márquez, Inmaculada. «Universo de emociones». InteRed. 2014 Puede descargarse gratuitamente en <https://www.intered.org/es/recursos/recursos-educativos/universo-de-emociones-experiencias-de-arteterapia-y-cuidados-para-la>.



Cuenta la leyenda que hace muchos, muchos años, cuando una persona de la tribu estaba a punto de hacerse adulta debía pasar una prueba de valor que le dotara de sus primeros conocimientos sabios. La única condición es que nadie debía decidir en qué consistiría esa prueba. La leyenda también cuenta que vivía en la tribu una persona llamada Leuk, con muchas ganas de hacerse mayor y de conseguir que la tribu le aceptara como persona adulta. Había llegado el momento de elegir cuál sería su propia prueba de valor, por lo que durante días y días pensó y pensó. Pero por más que le daba vueltas no se le ocurría qué hacer, qué conocimientos podría adquirir, quién le podría enseñar. Y así fue como se acercó a la chamana de la tribu, que para su sorpresa le dijo que no podía ayudarlo. Leuk se desilusionó un poco, pero entonces decidió visitar al chamán, que le dijo que estaba muy ocupado y que hasta dentro de varias lunas no podía ayudarlo. Preguntó entonces a las personas de la tribu, pero cada una parecía tener otras prioridades. Y esto le hizo sentir que nadie le echaba cuenta, que no era importante en la tribu. ¿Por qué? Se puso triste y le empezó a doler el pecho. Se sentía incómodo, y cuando no pudo aguantarlo más se enfadó, gritó, se desesperó... aunque nadie pareció prestarle atención. Y así, con el entrecejo muy fruncido, el estómago encogido y los puños apretados, comenzó a andar hasta que se alejó del poblado.

Caminó durante tres largos días y tres largas noches, sin más compañía que la luna, el sol y las estrellas. La primera noche pasó del enfado a la negación, gritando a los árboles que no pensaba volver más la tribu y que la prueba de valor era algo estúpido que no necesitaba realizar. Si nadie le quería ayudar, no quería saber nada de las demás personas, que se le antojaban hipócritas y distantes. Mientras, los pájaros del camino lo observaban pasar con sus gritos... La segunda noche, Leuk se sentó al borde de un estanque, era la primera vez que se paraba desde que salió tan enfadado del poblado. Estaba en algún profundo lugar de la selva, con la sola presencia de su reflejo en el agua de un manantial en el que observó sus ojos tristes durante largo rato. En algún lugar desconocido, sin nadie más... De repente sintió que su corazón se encogía, y la soledad y el miedo se apoderaron de su mente. Mientras Leuk miraba su reflejo en el agua, una gota cayó. ¿Venía del cielo o caía de sus ojos? Y entonces, casi sin darse cuenta, se deshizo en lágrimas, permitiéndose sentir el miedo, la soledad y la incertidumbre...

Pasó toda la noche llorando y llorando, y cuando la luna se escondió y el sol comenzó a salir tímidamente, Leuk se rindió y se durmió bajo un árbol. En sus sueños pudo ver extrañas imágenes de planetas y estrellas que escapaban a su control, en un sueño largo e intenso. El tiempo pasó sumido en este mundo inconsciente de sueños, mientras que los pájaros cantaban nerviosos porque el sol ya había salido y la vida continuaba. Cuando Leuk salió de su letargo profundo, los animales aprovechaban la luz y calidez del sol para recorrer la selva de un lado a otro. Leuk sentía los ojos hinchados, le costó abrirlos, pero se sentía descansado. Se acercó con pasos vacilantes hasta el manantial, en

concreto hasta un pequeño recodo de agua que formaba un pequeño remanso. Acercó su cara y observó su reflejo en las limpias aguas. Se sorprendió al darse cuenta de que su cara transmitía serenidad, como si al permitirse transitar sus emociones se hubiera vaciado de la soledad y el dolor de los días anteriores. Recordó lo sucedido, la importancia de pasar la prueba de valor, la negativa de las demás personas a ayudarlo, su marcha del poblado... Todo parecía tan lejano...

Pasado un rato respiró profundamente y decidió darse un chapuzón para quitarse la molesta sensación de los ojos. El agua era clara, limpia, fría, y al salir se sintió con vigor y energía. Se tumbó en la hierba para secarse bajo el sol cálido, cuando al alzar la mirada descubrió que se hallaba al pie de una enorme montaña. «¡Qué grande es!», se dijo Leuk.

Sintió grandes deseos de andar, de explorarla, de averiguar qué habría en su cima, de modo que comenzó a andar, andar y andar. Pero cuando llevaba un buen rato caminando empezó a sentir que el camino se estaba alargando más de lo que esperaba, y el cansancio apareció pronto mientras el sol brillaba con fuerza en el cielo. A veces se sentía desfallecer, cuando unos frutos silvestres aparecían en su camino para reponer fuerzas. Los cogía con agradecimiento a la madre naturaleza y sentía que reponía fuerzas para continuar. En otra ocasión se desesperó, parecía que aquello no tenía fin y se arrepentía de haber cogido ese camino, pero de repente una mariposa juguetona pasó revoloteando como queriendo indicarle por dónde continuar. Se llenó de energía y decidió seguir, interpretando la presencia de este mágico animal como una señal. Y así, un pie tras otro, venciendo sus propias dificultades y confiando en que la vida le protegía, al llegar la noche alcanzó la cima. Llegó casi sin aliento, y se paró a descansar en una roca. Era una noche sin luna, oscura, y el silencio y quietud se habían apoderado de la selva. Cuando por fin recobró la respiración se tumbó hacia atrás, dejando reposar su cuerpo sobre una gran roca. Y... ¡ahí estaba! De repente, lo que tanto había buscado estaba ante sus ojos: el mismísimo Universo. Ante Leuk se abría un festival de estrellas y planetas, cada uno diverso y único. Algunos parecían cambiar de color, otros tenían un tamaño mayor o menor, con distintos brillos, pero todos girando. Y algo increíble era que los diversos planetas parecían estar relacionados entre sí, y bailaban una especie de danza en la que cuando uno se movía el resto también lo hacía. Se fijó largo rato en algunos de ellos, hasta que cada uno parecía recordarle a alguien de la tribu. Sintió dentro de su corazón cómo todas las personas estaban conectadas entre sí y con la naturaleza, bailando una danza ancestral que se remontaba al comienzo del comienzo de los tiempos.

Justo uno de esos planetas le llamó la atención más que ninguno, así que unió sus manos en forma de telescopio y como por arte de magia pudo verlo de cerca: sus colores, sus formas, sus caminos, las estrellas que le acompañaban, sus luces y lugares sombríos. Y entonces Leuk supo al instante que el Universo mismo le hablaba, que había encontrado su planeta, ¡lo había descubierto!

Sin duda alguna había pasado la prueba de valor para convertirse en persona adulta, había transitado sus emociones.

Se había descubierto a sí.



Propuesta de expresión artística



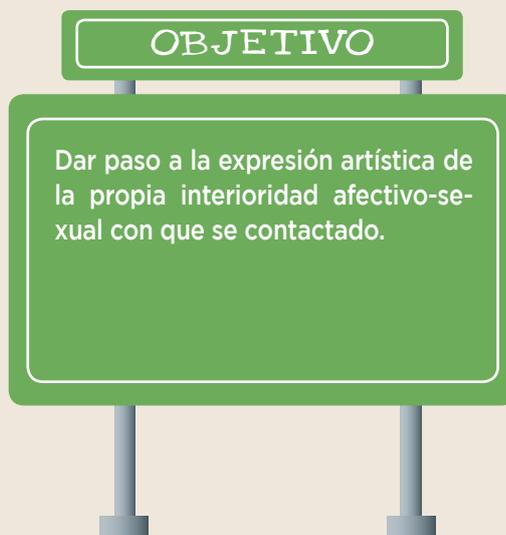
Descripción:

En este momento se indica a las personas que es el momento de la creación, y se indica si se hace de manera individual, por parejas o grupal. Para proponer la creación se les puede hacer una pregunta del tipo ¿Cómo es tu energía afectivo-sexual?, ¿Cómo circula la energía afectivo-sexual en tu entorno? o dejar que, partiendo de la sugerencia de expresar su realidad afectivo-sexual, la persona realice lo que desee en base a lo que ha sentido en la relajación/ visualización guiada/ movimiento... Puesto que el marco ya se ha creado para saber cuál es la temática que estamos abordando, si la persona que acompaña el grupo lo prefiere, puede simplemente indicar que «cada una/o representa lo que su niña/o interior necesita, como quiera».

También se especifica el tiempo que va a durar el trabajo, por ejemplo, de unos 30 minutos. Mientras dura el tiempo de trabajo se pueden utilizar músicas relajantes que acompañan de fondo, que indiquen que estamos en un momento de trabajo y facilite que las personas no hablen demasiado entre sí. En ocasiones hay personas que hablan, que juegan... Hay que fluir en estas circunstancias, valorando que lo importante es que de algún modo avancen en su expresión y que no impidan u obstruyan la creación de otras personas. En ocasiones el juego es una forma de creación, y lo que parece un descontrol forma parte del proceso creador. Las obras pueden ser plásticas, escritas, corporales, en 3D, canciones, poemas... todo es posible en la creatividad!

Mientras toda esta parte acontece es muy importante acompañar al grupo, estar presentes, atender a las personas en lo que necesiten, estar atentas a los procesos que cada una va desarrollando, quién se queda bloqueada, quién se pone en grupo, quién decide estar sola...). De este modo es importante tratar de acompañar a la persona en su desarrollo creativo, ayudando a que no se instale en el bloqueo o la incomodidad a la hora de crear y/o expresarse («no me sale», «no sé qué hacer», «no puedo»). Consideramos que es importante estar al lado de la persona desde una postura sutil, discreta y no invasiva, pero con disponibilidad para alentarla, recordarla que todo estará bien hecho, que sí sabe y sí puede. Y de este modo «favorecer que pueda aparecer aquello que es diferente en cada uno/a, la diversidad de las respuestas, propiciando que surja la singularidad del sujeto y la diversidad en el grupo».

Cuando queden por ejemplo 10 minutos es importante avisar al grupo con un «todavía quedan 10 minutos» para que cada cual sepa que ha de ir finalizando su obra (preferimos el «todavía», en positivo, al «sólo quedan»).



Justo antes de finalizar esta parte se les puede pedir a las personas que pongan un título a su obra, como si fuera una obra de arte de las que se ponen en los museos. Puede escribirse en la misma obra o en un papel aparte. Es importante que, en este momento, antes de pasar al siguiente, se recojan los materiales y ordene un poco la sala. Pero esto ha de realizarse sin que las personas se «salgan emocionalmente» de lo que estábamos haciendo, procurando no hablar demasiado y con prontitud. No dilatar esta recogida ni crear mal ambiente en este momento es importante para que esta fase tenga una continuidad con la siguiente.

Puesta en común de los trabajos y evaluación del proceso creativo



Descripción:

Una vez se termina de realizar las obras, se facilita en grupo el momento para compartir lo vivido durante la creación y comentar el proceso de trabajo de cada persona, de su obra, el título que le han puesto... Es importante que esto se haga en círculo, y que todas las personas puedan verse. Se habla por turnos sobre lo que cada una ha llevado a cabo, y se dialoga sobre los aciertos y/o dificultades con las que se han encontrado en el proceso. Es en este momento cuando es posible relacionar el trabajo plástico o escrito con sus emociones y vida personal, y donde cada opinión y cada interpretación personal eran válidas. No hacemos interpretaciones sobre lo que una obra significa, sino que hacemos preguntas que puedan ayudar a la persona a resignificar su obra y relacionarla consigo misma. El afecto, la escucha y el respeto sostienen esta parte de la sesión. Se acogen todas las emociones que aparezcan, ya sea de risa o de llanto, de miedo, alegría o tristeza. Hay que tener mucho cuidado con lo que se pregunta, que tendrá que estar en relación a los objetivos y tiempos de la sesión, el proceso de la persona, las posibilidades de acogida de lo que la persona pueda expresar. No se trata de una relación de terapia sino de formación. Desde esa conciencia, tampoco es preciso asustarse. Se puede, desde el mayor respeto, cuidados y cariño, continuar explorando si cada persona sabe que es preciso reconocer sus límites y sus virtudes, y todas tenemos algo que aportar al grupo y al mundo.

OBJETIVO

Dar paso a la expresión artística de la propia interioridad afectivo-sexual con que se contactado.

Cierre de la sesión artística



OBJETIVO

Dar paso a la expresión artística de la propia interioridad afectivo-sexual con que se contactado.

Descripción:

En esta parte es importante hacer un pequeño resumen de lo que ha sido la sesión, y de algunas reflexiones que hubieran podido realizarse o hechos significativos. Pero también es importante cerrar a nivel corporal y emocional, por lo que puede realizarse alguna dinámica que facilite acoger el momento en que cada persona está. Hay sesiones en las que se mueven muchos sentimientos, otras en los que no y otras en las que no sabremos qué pudo moverse o no.

Es importante dar las gracias al grupo, y que el grupo se dé las gracias por lo vivido, por la valentía de compartir, por las risas y llantos, por la escucha y el respeto. Se recuerda que todo lo vivido en la sesión queda bajo secreto.

Es el momento de indicar que entre todas y todos vamos a recoger la sala, y recordar que cada persona es dueña de su obra y puede hacer con ella lo que desee. También puede ser un buen momento para pedir permiso para realizar fotos de las obras en caso de que se desee recoger gráficamente lo realizado, explicando previamente a las personas cuál será el fin de esta recogida. Los trabajos que surgen de los talleres son propiedad de cada persona que los ha elaborado, siendo susceptibles de ser guardados, rotos, colgados en la sala o en el aula, regalados.

En cada sesión se pide permiso a las personas para fotografiar los trabajos realizados, como método de registro de la sesión y seguimiento de la evolución. Pero es muy importante que la persona autorice a que se hagan fotografías de su obra. En ocasiones puede ser interesante que sea la propia persona quien la realice, de la manera en que considere. Esta fotografía puede ser también una segunda creación artística.

▶ TEORIZACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DEL EJE DE EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL RESPETUOSA Y DE CALIDAD



Descripción:

Es probable que a lo largo de los diálogos y puestas en común se haya tenido oportunidad de abordar los contenidos relativos al eje de educación afectivo sexual respetuosa y de calidad. En este momento es preciso completar aquellos que no han salido y aportar una mirada de conjunto. Para ello puede trabajarse en torno a los paneles de la exposición «Toca igualdad. ¡Toca coeducar!»

OBJETIVO

Extrapolar los aprendizajes adquiridos en el proceso y complementarlos con los contenidos teóricos que favorezcan la práctica de la educación afectivo-sexual como elemento nuclear de la prevención de las violencias machistas.

Identificar

Internet, la publicidad y la ficción audiovisual tienen gran influencia en cómo vemos la sexualidad, especialmente en la juventud. Los medios refuerzan muchas veces los ideas tradicionales de qué es ser mujer y ser hombre, promueven relaciones utilitarias y el desprecio del propio cuerpo y de las personas con las que nos relacionamos.

El objetivo de la EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL es ayudar a las personas a comprender y relacionarse con nosotros mismos, con nuestros cuerpos, afectos, emociones y con las personas con las que tenemos relaciones de pareja.

NO HAY TRANSFORMACIÓN si se menciona el SEXISMO en la EDUCACIÓN

Desmontar

¿Lequeras una vida libre, en la que te puedes sentir a gusto contigo misma/o?

CAUSAS DE LAS VIOLENCIAS MACHISTAS

ENTRE LOS MANDATOS QUE SE NOS IMPONEN:

- «De las mujeres se espera que sean buenas, que se preocupen por los demás, que sean responsables, que sean madres y que sean trabajadoras»
- «De los hombres se espera que sean fuertes, que sean líderes, que sean responsables, que sean proveedores y que sean trabajadores»
- «En la vida está el llamado a ser responsable, que convierta nuestras relaciones amorosas en relaciones de dependencia, caso de salirnos para las relaciones machistas...»

Actuar

MERECES SER AMADA SIN OCULTAR PARTES DE TI

¿Qué crees que podemos hacer para ser más libres y felices a través de nuestras emociones y nuestra sexualidad?

Apelamos algunas propuestas de acción:

- «No es una sola mujer la que debe ser responsable de la convivencia emocional y el lenguaje en pareja»
- «No es una sola mujer la que debe ser responsable de la convivencia emocional y el lenguaje en pareja»
- «No es una sola mujer la que debe ser responsable de la convivencia emocional y el lenguaje en pareja»

NO PUEDE SER LA MUJER SI TU VIDA PORQUE SON LA MUJER DE LA VIDA

Un modo de hacerlo es formar tres grupos de modo que cada uno prepare la presentación de un panel diferente. Al terminar cada presentación se abre un espacio de diálogo.

Puede completarse la información con la que está disponible en el documento «Coeducando hacia una Ciudadanía Global comprometida por un mundo libre de violencias machistas»

Bloque 6

TEORIZACIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PREVENCIÓN DE LAS VIOLENCIAS MACHISTAS

► ENMARCAR EL BLOQUE COMO CIERRE DE LA FORMACIÓN



Descripción:

Recordamos los cuatro pasos que forman parte del enfoque socioafectivo y que hemos seguido en esta formación: Vivencia; Reflexión personal y colectiva; Teorización; Contextualización. Además de haber empleado este enfoque en cada uno de los módulos, se ha seguido también a lo largo del conjunto de la formación, por lo que es importante cerrarlo con la teorización y contextualización en este bloque final igual que comenzamos con la vivencia emocional en el primer bloque.

Para ello, repasamos todo el proceso vivencial que hemos llevado a cabo a lo largo del proceso haciendo una línea del tiempo que puede expresarse en una pizarra, papel continuo o pegando carteles en la pared. Conviene dejar primero al grupo que con sus recuerdos y consultando sus cuadernos construyan la línea del tiempo, posteriormente puede completarla la persona formadora con aquellos elementos que falten.

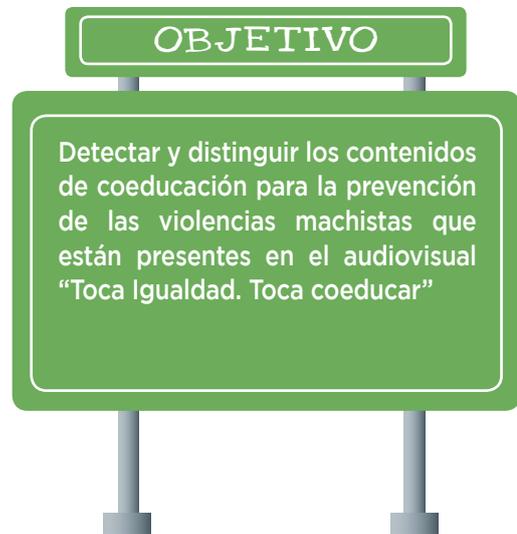
Este proceso vivencial, reflejado en sus cuadernos, se completa ahora con la teorización que está expuesta en el documento «COEDUCANDO. Hacia una Ciudadanía Global comprometida por un mundo libre de violencias machistas» que puede descargarse en <https://www.intered.org/es/recursos/coeducando-hacia-una-ciudadania-global-comprometida-por-un-mundo-libre-de-violencias> por lo que no es necesario que tomen apuntes, pero sí que se descarguen y consulten el manual.

Comenzamos la teorización y contextualización por medio del visionado y posterior diálogo sobre el audiovisual «Toca Igualdad. Toca coeducar»

OBJETIVO

Abordar el último bloque de la formación entendiéndolo como un bloque que, en su conjunto, supone el cierre del proceso que, mediante la metodología socioafectiva, se ha llevado a cabo y, por tanto, en el que realizamos la teorización y contextualización de todo el proceso.

▶ VIDEOFÓRUM DEL DOCUMENTAL «TOCA IGUALDAD. TOCA COEDUCAR»



Descripción:

Primeramente se presenta este audiovisual que forma parte de la campaña de InteRed «TOCA IGUALDAD, para la prevención de las violencias machistas a través de la COEDUCACIÓN» y ha sido realizado con la colaboración de personas de distintas partes del mundo reforzando la idea de avanzar hacia una ciudadanía global por un mundo libre de violencias machistas.

Mientras se ve el vídeo, cada persona va apuntando en su cuaderno una relación o un esquema de los temas que se van abordando en el documental, con la indicación de que dejen un espacio libre a la derecha del texto para que luego podamos ir repasando en qué momentos del proceso se ha ido viendo cada cuestión.

El documental puede verse todo seguido en el enlace: www.youtube.com/watch?v=Ls-rXIZ00a4U, pero recomendamos verlo de forma fraccionada en los tres vídeos que se articulan conforme a los tres pasos de la hoja de ruta de la campaña:

- Identificar: <https://youtu.be/ImYRuVWk2s0>
- Desmontar: <https://youtu.be/OIF5jbxjTVA>
- Actuar: <https://youtu.be/fveiMT1e3aA>

De este modo se puede parar el visionado tras finalizar cada uno de los vídeos y así aprovechar para repasar y completar el esquema de contenidos, aclarar los conceptos que sean necesarios y favorecer el diálogo, corrigiendo las ideas que estén equivocadas, pero sin entrar en discutir las opiniones divergentes, sino exponiendo los datos y elementos del fenómeno de las violencias machistas.

▶ COEDUCANDO HACIA UNA CIUDADANÍA GLOBAL COMPROMETIDA POR UN MUNDO LIBRE DE VIOLENCIAS MACHISTAS



Descripción:

La duración de esta actividad es muy flexible porque se trata de exponer la teoría correspondiente a la prevención de las violencias machistas por medio de la coeducación con una mirada de Educación Transformadora para la Ciudadanía Global. Está disponible en dos documentos con diverso grado de profundidad:



- **«Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación»:**
 - Es un manual pequeño que presenta brevemente los cuatro ejes de la campaña «Toca Igualdad» y la hoja de ruta para trabajarlos:
 - Eje 1:** Poner en el centro el cuidado de las personas y del planeta
 - Eje 2:** Reconocer y celebrar la riqueza de la diversidad de identidades
 - Eje 3:** Promover una educación Afectivo Sexual respetuosa y de calidad
 - Eje 4:** La prevención de las violencias machistas desde la coeducación
 - Puede descargarse gratuitamente en: <https://www.intered.org/es/recursos/toca-igualdad-una-contribucion-la-prevencion-de-las-violencias-machistas-traves-de-la>
 - Para presentar estos contenidos, pero sin profundizar en exceso, puede seguirse, de forma más o menos resumida, el proceso que hemos propuesto en la guía para formaciones breves y valerse del apoyo de la presentación de powerpoint «Formaciones a Claustros en Toca Igualdad-Itinerario Breve» disponible en <https://www.intered.org/sites/default/files/formacionesclaustrrostocaigualdad-itinerariobreve.pptx>
- **«COEDUCANDO. Hacia una Ciudadanía Global comprometida por un mundo libre de violencias machistas»:**
 - Es un extenso manual que aporta un mayor bagaje teórico y se estructura en torno a los 3 pasos de la hoja de ruta coeducadora de la campaña «Toca Igualdad»:
 - IDENTIFICAR** las violencias machistas y sus causas estructurales
 - DESMONTAR** los discursos de poder hegemónicos
 - ACTUAR** desde lo individual a lo colectivo: hacia una Ciudadanía Global por la Igualdad.
 - Puede descargarse gratuitamente en: <https://www.intered.org/es/recursos/coeducando-hacia-una-ciudadania-global-comprometida-por-un-mundo-libre-de-violencias>
 - Lo más enriquecedor sería, sin duda, la lectura detallada de todo el documento y, por tanto, conviene proponérsela y, si es posible, reconocer el tiempo de lectura como parte de la formación impartida.

Si en lugar de la lectura, prefiere trabajarse los contenidos presencialmente con todo el grupo, por ejemplo, mediante un proceso de investigación y/o construcción colectiva, conviene saber que los principales contenidos teóricos presentes en esta formación son los siguientes:

- Las violencias machistas, un problema histórico de orden global
- Evolución y críticas al concepto de género
- Causas de las violencias machistas.
- Desmontar los discursos de poder hegemónicos
- Identificar las violencias machistas
- De lo individual a lo colectivo: el paso hacia la Ciudadanía Global

▶ CELEBRACIÓN DEL CIERRE DEL BLOQUE Y DE LA FORMACIÓN



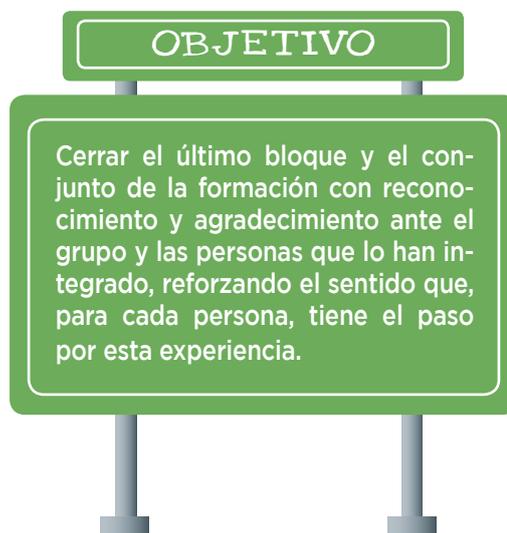
Descripción:

La duración de esta actividad es muy flexible porque se trata de celebrar y dar cierre al proceso recorrido en este último bloque, que ha sido más teórico y necesita complementarse con algo más activo, y con el conjunto de la formación, que ha sido una experiencia potente, creativa y transformadora. Es conveniente que el propio grupo participe en la decisión sobre cómo hacer este cierre y celebración. Si es importante que en algún momento del cierre las personas participantes tengan ocasión de tomar conciencia y expresar el agradecimiento por la experiencia vivida; poder expresarlo ante el grupo en sus conjunto y las personas que lo han integrado. La idea centrar a compartir es sobre el sentido que, para cada persona, tiene el paso por esta experiencia.

Si las personas del grupo no tienen inconveniente, es buena idea dejar un tiempo para hacerse fotografías de las personas participantes y de los productos resultado de los trabajos realizados durante la formación: imágenes de teatro, expresiones artísticas, etc. Frecuentemente se celebra compartiendo algo de comida y bebida que ayude a crear un ambiente de celebración.

Recomendamos terminar con una danza, baile o canción. En concreto, puede cantarse y/o hacerse un karaoke con la canción «Toca Igualdad» que está disponible:

- En audio: <https://drive.google.com/file/d/18B8O124sNBVD9b7zybDFHcCZtNBunC41/view?usp=sharing>
- En vídeo para hacer karaoke: <https://www.youtube.com/watch?v=csP2PLlCPD4>



Un camino de I.D.A. que no tiene vuelta atrás

Su letra dice:

TOCA IGUALDAD

Si estás cansada
De que te digan que vas provocando
Silbidos y piropos por la calle
De tener que ser más guapa que nadie

Si estás cansado
De aparentar ser alto, macho y fuerte
El crack de la consola, de ser el que más mola
Y no poder contar cómo te sientes

Escucha
únete a mi lucha
Buscamos a valientes que se impliquen
No importa si eres chica, chico o chique

Del sur al norte
Del campo a la ciudad
Del barrio a la alcaldía
Por ellos por nosotras
HOY TOCA IGUALDAD

Del sur al norte
Del campo a la ciudad
Aunque quedan mil batallas
Si luchamos juntos
Podemos ganar

Escucha
Y Únete a mi lucha
Yo quiero un compañero
No quiero un carcelero
No necesito dueño

No quiero que nos digan
Qué hacer y qué no hacer
Que el mundo se haga grande
Para dejarnos ser

No luchamos por cambiar dos letras
Luchamos por cambiar millones de ideas
Que nos atan, que nos acorralan
Que nos van cortando poco a poco las alas

Del sur al norte
Del campo a la ciudad

Del barrio a la alcaldía
Por ellas por nosotros
HOY TOCA IGUALDAD

Del sur al norte
Del campo a la ciudad
Del barrio a la alcaldía
Por ellos por nosotras
HOY TOCA IGUALDAD

Escucha
Únete a mi lucha
Si crees que está ganada
Dime por qué de noche
no puede ir sola a casa
Por qué cuando ella opina
se escucha de fondo a un gallina
«Ya está la feminista»
HOY TOCA IGUALDAD

Dime por qué le llaman niña
si se viste de rosa
Si no le gusta el fútbol
le llaman mariconas
Y cómo es la jugada
Si no pillas con nadie
no te quiere tu manada
HOY TOCA IGUALDAD

Del sur al norte
Del campo a la ciudad
Del barrio a la alcaldía
Por ellas por nosotros
HOY TOCA IGUALDAD

Y Cuando puedas caminar
Sin mirar atrás
Será que ya vivimos
En plena libertad

Del sur al norte
BERDINTASUNAREN UNEA DA

Del campo a la ciudad
AVUI TOCA IGUALTAT
HOXE TOCA IGUALDADE

Por ellas por nosotros
HOY TOCA IGUALDAD



