



EDUCAR EN IGUALDAD

**NO ES  
UN  
CUENTO**

**25** ANOS **mujeres**  
FUNDACIÓN



# FICHAS DIDÁCTICAS MICRORRELATOS

AUTORÍA: Sara Flores Andrés  
Raquel Gallego Vega  
M<sup>o</sup> Teresa García del Vello Moreno

EDITA: Fundación Mujeres  
Delegación Madrid  
Calle de Ponzano, 7, 4<sup>o</sup> planta  
28010 Madrid, Madrid  
<http://www.fundacionmujeres.es/>

FINANCIA: Ministerio de Sanidad, Consumo y  
Bienestar Social

COALBORA: Equipo de Voluntariado

AÑO: 2019

# FICHAS DIDÁCTICAS MICRORRELATOS

En el marco del proyecto "Banco de Buenas Prácticas para la prevención de la violencia de género y Educar en igualdad: 'Hacia un Voluntariado 2.0. Por el buen trato'" financiado por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, Fundación Mujeres celebra el V Concurso de Microrrelatos contra la violencia género "No es un cuento. Microrrelatos contra la Violencia de Género en la adolescencia y juventud".

En esta edición se han publicado en la web [educarenigualdad.org/blog/](http://educarenigualdad.org/blog/) un total de 154 relatos, de los cuales 55 pertenecen a la categoría escolar. Este incremento en la participación es muestra de la creciente preocupación y sensibilización de nuestra sociedad ante la problemática de la violencia de género.

El Concurso de Microrrelatos contra la violencia de género tiene una doble finalidad: crear un espacio en el que las personas puedan expresar en formato de microrrelatos sus opiniones y reflexiones sobre la violencia de género en la adolescencia y juventud, y ofrecer a la comunidad educativa herramientas para poder trabajar en las aulas.

Os proponemos las siguientes Fichas Didácticas hechas a partir de los siete relatos finalistas y ganadores de esta V edición, de los cuales tres son de la categoría escolar y cuatro de la general.

[¡Sigamos alzando la voz contra la violencia de género!](#)

Equipo técnico de Educar en Igualdad

## Las princesas cansadas

Hace poco tiempo unas viejas amigas, se reunieron para contarse sus vidas y sus logros.

Rapunzel cansada de su encierro en el castillo escapó y trabaja en un laboratorio.

Aurora harta de ser salvada por el príncipe creó su propia marca de ropa.

Bella exhausta de obedecer a Bestia huye y abre una biblioteca.

Cenicienta cansada de ser mujer escoba deja a la madrastra para crear una empresa de calzados.

Juana cansada de cocinar para Juan dejó su hogar para estudiar hostelería.

Marta que escapó de su encierro donde atendía a su padre y hermanos y pudo trabajar en lo que realmente quería.

Hay que ponerle fin a este cuento de nunca acabar.

*Coporía*

María Crespo Blanco

### OBJETIVOS

- Fomentar el empoderamiento de las mujeres.
- Fomentar la corresponsabilidad reflexionando sobre las obligaciones que se asumen para las mujeres.
- Deconstruir los roles y estereotipos de género.
- Reflexionar sobre los mitos del amor romántico.

### CONTENIDOS

Tema Principal: empoderamiento de las mujeres

Otros temas: corresponsabilidad, roles y estereotipos de género, y trabajo de cuidados.

### METODOLOGÍA

Primero se leerá el relato en alto. Luego se formarán grupos de entre 3 y 5 personas para que reflexionen y contesten las preguntas propuestas.

Se hará un debate colectivo a partir de las respuestas dadas por cada uno de los grupos. Se finalizará con la puesta en común sobre la relación entre el empoderamiento de las mujeres y la ruptura con los roles y estereotipos de género.

**TIEMPO** 50 minutos

### ACTIVIDAD PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE

- ¿Qué tienen en común todas las princesas de este microrrelato? ¿Y en el pasado?
- ¿Alguna de ellas os ha llamado la atención en particular? ¿Por qué?
- ¿Veis alguna similitud con mujeres que conozcáis en vuestro entorno?
- ¿Por qué se caracterizaban las relaciones que rompen las princesas?
- ¿Es común en nuestra sociedad ver a mujeres llevando a cabo las acciones que las princesas realizan en el microrrelato? ¿Y a hombres? ¿A qué se debe?
- ¿Qué otras acciones incluiríais que os parezcan importantes para el empoderamiento de las mujeres?

## Cansada

Cansada; lidiar con la muerte de sus ojos, de vivir con la impotencia. De los gritos, los puñetazos y golpes que repara con flores. Cansada de estar, de ser y sentir; de cada palabra o de esos esos gestos. Cansada de aguantar el peso de los escombros que me cayeron encima cuando ni siquiera yo derrumbe ese edificio, y de estar pendiente de la hora, y el largo de mis faldas, el alto de mis tacones o el color de mi rubor. Cansada de agotarme, de tapar esos moretones que me llegan al alma, de sonreír y pedir ayuda en cada “estoy bien”, de ser vulnerable ante sus ojos, aún siendo más fuerte. Cansada de esas y mil cosas más, me introduzco en la bañera, desnuda, sin maquillaje, yo y mis heridas vamos a ahogarnos juntas en las penas de este amor.

*Rosas Rojas*  
Carlota Coelho de la Rosa

### OBJETIVOS

- Fomentar el empoderamiento de las mujeres.
- Fomentar la corresponsabilidad reflexionando sobre las obligaciones que se asumen para las mujeres.
- Deconstruir los roles y estereotipos de género.
- Reflexionar sobre los mitos del amor romántico.

### CONTENIDOS

Tema Principal: círculo de la violencia de género

Otros temas: consecuencias emocionales y físicas, empoderamiento de las mujeres y expectativas de futuro tras una situación de violencia de género.

### METODOLOGÍA

Primero se leerá el relato en alto. Luego se formarán grupos de entre 3 y 5 personas para que reflexionen y contesten las preguntas propuestas.

Se hará un debate colectivo a partir de las respuestas dadas por cada uno de los grupos. Se finalizará con la puesta en común sobre el la relación entre el empoderamiento de las mujeres y la ruptura con los roles y estereotipos de género.

**TIEMPO** 50 minutos

### ACTIVIDAD PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE

- ¿Qué tienen en común todas las princesas de este microrrelato? ¿Y en el pasado?
- ¿Alguna de ellas os ha llamado la atención en particular? ¿Por qué?
- ¿Veis alguna similitud con mujeres que conozcáis en vuestro entorno?
- ¿Por qué se caracterizaban las relaciones que rompen las princesas?
- ¿Es común en nuestra sociedad ver a mujeres llevando a cabo las acciones que las princesas realizan en el microrrelato? ¿Y a hombres? ¿A qué se debe?
- ¿Qué otras acciones incluiríais que os parezcan importantes para el empoderamiento de las mujeres?

# Lo quiero tanto

Al salir de clase, Víctor me hace sonreír. El corazón se me acelera en el pecho. ¡Es tan perfecto! Lo quiero tanto.

Marina dice que es un pesado. Está siempre quejándose: “te controla mucho”, “otra vez vas con él, ya nunca quedas conmigo”, “¿Cómo que te lee los mensajes?” Lo quiero tanto.

Es protector y un poco celoso.  
“No te pongas eso, que te van a mirar todos” Lo quiero tanto.

Cuando me lo merezco me grita y me llama zorra. Me dice que soy inútil, que sin él no soy nada. Cuando se pone nervioso, sus manos se hacen puños que golpean la pared. Lo quiero tanto.

Un día, se enfada mucho conmigo:  
Un grito. Una bofetada. Una patada. Una paliza. Lo quiero tanto.

Me dice que sin mí él se moriría, pero al final la que se muere soy yo.

*Charlotte Sometimes*  
Eleanor Ramón Joyce

## OBJETIVOS

- Reflexionar sobre los mitos del amor romántico.
- Visibilizar las estrategias de control y manipulación que se ejercen para evitar que una víctima de violencia de género revele su situación.
- Visibilizar la pérdida de la propia personalidad que pueden experimentar las víctimas.
- Conocer las consecuencias de la violencia de género continuada.

## CONTENIDOS

Tema Principal: mitos del amor romántico  
Otros temas: círculo y consecuencias de la violencia de género, y estrategias de los agresores para controlar y manipular a las víctimas.

## ACTIVIDAD PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE

- ¿Son los celos una muestra de amor? ¿Qué significa que nuestra pareja muestre celos?
- ¿Qué pensáis de la manipulación afectiva? ¿Sabríais identificarla si la experimentarais?
- ¿Es violencia que nuestra pareja revise nuestro móvil y/o redes sociales?
- ¿Alguna vez has sentido pena por pasar tiempo con tus amigas en vez de con tu pareja?
- ¿Creéis que el amor lo puede todo y que solo existe una persona adecuada para cada uno y cada una?
- ¿Qué no estaríais dispuestas a soportar en una relación? ¿Y vosotros?
- Que nuestra pareja nos diga qué ropa utilizar o cuanto maquillaje ponernos, ¿es violencia?, ¿por qué?
- ¿Cuándo dejaríais una relación?, ¿por qué?

## METODOLOGÍA

Para la primera parte de la actividad se repartirá a cada participante varios post-its para que escriban palabras relacionadas con el amor romántico que utilicen para designar muestras de que la otra persona les quiere. Irán pegándolos en la pared/pizarra. Se irán leyendo y catalogándolos como positivos o negativos.

Se procederá a la lectura del microrrelato y se debatirá sobre lo anterior, pidiendo al alumnado que justifique sus respuestas y cambiando los post-its de sitio si se llega a dicha conclusión.

**TIEMPO** 50 minutos

# Cuéntame un cuento

¿Cómo podemos, nosotras las princesas, desatarnos de por vida del príncipe al cual siempre nos han atado? El cuento, lamentablemente, se repite a lo largo de la historia. Sin embargo, hemos llegado al punto en el que éste se ha fusionado por completo con la realidad.

Los seres humanos nacen, viven y finalmente mueren. A diferencia del resto, muchas princesas nacen, sobreviven y las matan, infinidad de veces ni siquiera con tiempo para lo segundo. Las mujeres vivimos en una enorme burbuja de la cual solo podemos salir cuando escapamos del castillo, dejemos de esperar a nuestro príncipe o desafiamos las normas impuestas.

Cuándo seamos Mulán y no la bella durmiente será cuando las mujeres no tendremos que sobrevivir, empezaremos a vivir.

FUERO JUZGO

Paloma Lozano Lozano

## OBJETIVOS

- Reflexionar sobre la relación entre el amor romántico y la violencia de género.
- Identificar el amor romántico en los cuentos y películas tradicionales para poder reflexionar de forma crítica sobre su transmisión cultural.
- Visibilizar las consecuencias que la violencia de género puede conllevar en la vida de las mujeres que la sufren.
- Fomentar el empoderamiento de las mujeres.

## CONTENIDOS

Tema Principal: relación entre el amor romántico y la violencia de género.

Otros temas: consecuencias de la violencia de género, empoderamiento de las mujeres, mitos del amor romántico, transmisión cultural del amor romántico.

## METODOLOGÍA

Se dividirá al alumnado en grupos pequeños, entre 3 y 5 personas. Se les pedirá que dibujen en una cartulina el ideal de mujer que ellos y ellas tienen, dando especial importancia a las características personales que le otorgarían a dicha mujer y que deberán escribir en la cartulina alrededor del dibujo.

Posteriormente, se comparan los atributos que cada grupo ha querido destacar, y se reflexiona sobre si se parecen más a 'Mulán' o a 'La Bella Durmiente'. Posteriormente se lee el microrrelato y se debate grupalmente sobre las preguntas propuestas.

**TIEMPO** 50 minutos

## ACTIVIDAD PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE

- ¿Habéis visto Mulán y La Bella Durmiente? ¿Qué diferencias veis entre ambas princesas?
- Las chicas, ¿con cuál os sentís más identificada? ¿Y cuando erais más pequeñas?
- Si pensáis en los cuentos que habéis leído y las películas que habéis visto, ¿se parecían más a Mulán o a La Bella Durmiente? ¿En qué?
- ¿Qué se os ocurre que pueden hacer las mujeres para 'salir del castillo'?
- ¿Qué creéis que pueden hacer los hombres para ser otro tipo de 'príncipes'?
- ¿Qué consecuencias puede tener en la vida de las mujeres vivir en una relación de violencia de género?
- ¿Qué relación tiene lo anterior con la forma en la que vemos las relaciones de pareja?
- ¿Y a su vez con la violencia de género?

# Hoy salí a pensar

Hoy salí a pensar.

Pensé en la tarde que volvió tarde a casa, porque la reunión se había alargado. En todas las reuniones que siguieron. En sus noches trabajando mientras yo me acostaba. Me sentí sola.

Pensé en cómo desaparecían los besos. Uno de cada dos. Dos de cada tres. Me sentí fea. En el salón lleno de amigos suyos viendo fútbol. Me sentí inútil.

Pensé en cuando me dijo que no tenía razón. Que me callara. Me sentí tonta. En la vez que yo estaba cansada, pero él quería aliviarse. Me sentí sucia.

Pensé en el día que gritó que no lo entendía, que no lo escuchaba. Me sujetó el brazo con fuerza. Me hablaba apretando los dientes. Me sentí asustada. En todas las veces que me ha pedido perdón. Me sentí vacía.

Hoy salí a pensar. Y no volví.

DANIEL GRAPES

Blas Martínez Herrera

## OBJETIVOS

- Visibilizar y comprender el proceso de escalada de la violencia de género.
- Reflexionar sobre la culpabilidad que sufren las víctimas de violencia de género.
- Fomentar la detección de las señales que pueden indicar violencia en una relación afectiva y a qué tipo de violencia se refieren.
- Reflexionar sobre los factores que pueden fomentar la ruptura de una relación de violencia de género.
- Fomentar el empoderamiento de las mujeres.

## CONTENIDOS

Tema Principal: escalada de la violencia.

Otros temas: auto-culpabilización de las víctimas, consecuencias de la violencia de género, detección de los indicadores, tipos de violencia y factores para fomentar que una víctima rompa con la violencia de género, empoderamiento de las mujeres.

## METODOLOGÍA

Se leerá el microrrelato en voz alta. Posteriormente, se reflexionará y debatirá grupalmente sobre las preguntas propuestas.

Finalmente, se escribirán los tipos de violencia que se han identificado en las preguntas en la pizarra/pared, y se intentará poner otros ejemplos más que encuentren en su edad, promoviendo que emerjan ejemplos relacionados con el uso de las redes sociales.

**TIEMPO** 50 minutos

## ACTIVIDAD PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE

- ¿Pensáis que todo lo que se narra en el microrrelato es violencia de género? ¿Qué sí y qué no? ¿Por qué?
- ¿Qué tipos de violencia identificáis?
- ¿Qué consecuencias pensáis que puede tener en una mujer todo lo anterior?
- ¿Pensáis que una mujer que es víctima de violencia de género puede sentirse culpable? ¿Por qué?
- ¿Qué pensáis que puede ayudar a una mujer a salir de una situación como esta? ¿Qué podríais hacer si vosotros y vosotras si conocieseis un caso?

# No más caperucitas

Nunca vio más adulto allí que el vendedor. Aún maldice cada día el momento en que entró por primera vez a la tienda de chucherías tras aquella cortina gruesa, áspera y gris como su uniforme de colegio. Solo su cuerpo y el lobo saben lo que pasó: - Guarda silencio, decía cerrando la cortina - ¿qué quieres que te dé hoy? - una nube, decía ella. Tras ella entraban a otros. No sabe cuántos niños comía al día aquel depredador.

“No cojas nunca caramelos de extraños”, le decía su madre. Nadie nunca le explicó nada más.

Dicen que ahora los lobos ya no se esconden tras cortinas y que actúan en manada. A ella le enseñaron a ser buena niña, obediente y disciplinada y eso fue precisamente su ruina. Ya no soporta el dulce.

PANDORA

Corina Torregrosa Lledó

## OBJETIVOS

- Visibilizar la violencia sexual.
- Reflexionar sobre la frecuencia de las agresiones sexuales cometidas tanto por un sujeto como de forma grupal.
- Desmitificar que las agresiones sexuales son cometidas por desconocidos.
- Comprender las diferentes formas en las que se puede sufrir violencia sexual.
- Reflexionar sobre los estereotipos de género y su influencia.
- Comprender los motivos que pueden llevar a las víctimas a guardar silencio.

## CONTENIDOS

Tema Principal: violencia sexual contra menores de edad.

Otros temas: mitos de la violencia sexual, tipos y formas de agresiones sexuales, silencio guardado sobre la violencia sexual, estereotipos de género.

## METODOLOGÍA

Se dividirá el aula en grupos de 3 a 5 personas. A cada uno de los grupos se le dará una copia del relato para que reflexionen sobre lo que quiere transmitir. Se les entregarán post-its a cada grupo para que escriban a qué tipo de violencia creen que pertenece y qué harían en el lugar de la protagonista. En la segunda fase se pegarán en la pizarra/pared y se irán leyendo para abrir un espacio de debate donde puedan responder a las preguntas de reflexión propuestas y compartan si están de acuerdo o no con las deliberaciones a las que han llegado otros grupos.

**TIEMPO** 50 minutos

## ACTIVIDAD PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE

- ¿Qué tipo de violencia identificáis? ¿Creéis que se trata de una violencia continuada?
- ¿Creéis que es habitual que las mujeres sufran este tipo de agresiones sexuales?
- ¿Qué tipo de violencia sexual creéis que es la más habitual?
- ¿Por qué creéis que la madre no especifica lo que le puede pasar si coge un caramelo de un desconocido?
- ¿Creéis que solo cometen agresiones sexuales personas a las que no conocemos?
- ¿Por qué creéis que ella no se lo cuenta a nadie?
- ¿Qué relación tiene lo anterior con 'ser buena niña, obediente y disciplinada'?

# Domadora de leones

Quiere ser domadora de leones, pero no puede calmar a las bestias.

En el umbral de la cocina, con su cerveza favorita y todo el cuerpo temblando, se acerca por la arena del circo hacia su fiera.

Con la mano parpadeando, le acerca el botellín esperando que no se la desgarre, y tiene suerte porque en ese instante el fútbol distrae al león de su salón, evitando que note su dolor y le arranque el corazón.

*Julia*  
Julia Pérez Oñate

## OBJETIVOS

- Reflexionar sobre el círculo de violencia de género y su escalada.
- Visibilizar las consecuencias de la violencia de género continuada, físicas y emocionales.
- Desmontar algunos mitos relacionados con la violencia de género.
- Reflexionar sobre los diferentes tipos de violencia que van más allá de la agresión física, y que se traducen en humillaciones, menosprecio, hostigamiento sexual, etc.
- Fomentar el empoderamiento de las mujeres ante las violencias machistas.

## CONTENIDOS

Tema Principal: círculo de la violencia de género.

Otros temas: consecuencias de la violencia de género, mitos sobre la violencia de género, factores de mantenimiento de una relación de violencia de género y empoderamiento de las mujeres.

## ACTIVIDAD PARA LA REFLEXIÓN Y EL DEBATE

- ¿Qué creéis que se está transmitiendo en el microrrelato?
- ¿Por qué tiene miedo de acercarse a su pareja? ¿Por qué se refiere a él como "fiera"?
- ¿Qué puede haber pasado previamente para llegar a ese punto?
- ¿Qué tipo de violencias creéis que ha podido sufrir ella?
- ¿Por qué creéis que permanece al lado de una persona a la que tiene miedo?
- ¿Qué podemos hacer si nos encontramos en una situación similar?

## METODOLOGÍA

En la primera fase de la actividad se leerá el microrrelato en alto para toda la clase. Posteriormente, se reunirán en grupos entre 3 y 5 personas en los que debatirán sobre las preguntas propuestas. Acto seguido se pondrán en común y se reflexionará de forma conjunta sobre las conclusiones obtenidas.

En la segunda parte de la actividad se pedirá al grupo que reinvente la historia de forma que consideren que se trata de una relación igualitaria. Se pedirá un voluntario y una voluntaria para escenificar el nuevo microrrelato.

**TIEMPO** 50 minutos

## EDUCAR EN IGUALDAD

En el marco del proyecto "Banco de Buenas Prácticas para la prevención de la Violencia de Género y Educar en Igualdad, hacia un voluntariado 2.0 por el Buen Trato". gracias a la financiación del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.

Su contenido es responsabilidad exclusiva de Fundación Mujeres, y en modo alguno debe considerarse que refleja la posición del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.

25 ANOS **mujeres**  
FUNDACIÓN



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD, CONSUMO  
Y BIENESTAR SOCIAL



POR SOLIDARIDAD  
**OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL**