

PROPUESTA DÍDACTICA DE REFLEXIÓN - ACCIÓN

EN TORNO AL 25N

DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA
VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES



Edita:



Autoría: InteRed.

Ilustración: Adaora Onwuasoanya Martínez.

Diseño y maquetación: Yvonne Fuertes.

Fecha: Julio 2024.

ISBN: 978-84-121198-8-6.

Financia:



Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID), con cargo al convenio «Alianza 4.7 por una ciudadanía global: cumplir nuestro compromiso en 2030» (2022/PCONV/000319)»

El contenido de dicha publicación es responsabilidad exclusiva de InteRed y no refleja necesariamente la opinión de la AECID.

PRESENTACIÓN



Para este 25 de noviembre queremos centrar nuestra propuesta en un elemento crucial para un desarrollo saludable a lo largo de todas las etapas de la vida y clave desde nuestra apuesta como InteRed por una coeducación transformadora: **la educación emocional**.

La educación emocional nos permite entender cómo nos sentimos, nos enseña a poder comunicarlo, a gestionar nuestras emociones y a reconocer las de las demás personas y a comprender cómo se sienten. También marcan fuertemente nuestros aprendizajes y vivencias, que no son neutros, sino que están también atravesados por emociones, y estas influyen fuertemente en cómo los percibimos y vivimos. Trabajarlas desde la infancia nos permite identificar y poner nombre a las emociones que nos atraviesan, comprender sus causas, gestionarlas y tomar decisiones y actuar de la mejor manera para nosotras/os/ mismas/os, las personas que nos rodean y con el entorno para establecer relaciones positivas. La educación emocional también nos enseña la importancia de pedir ayuda para gestionar los conflictos cuando las emociones nos desbordan. Por ello, es un elemento básico de la convivencia, de la resolución de conflictos y también, de la prevención de las violencias machistas.

Tradicionalmente la socialización de la masculinidad pasaba por no expresar las emociones y encajar con un estereotipo de hombre valiente, fuerte, líder, exitoso... Este modelo de masculinidad determina que las emociones hacen parecer débil, sensiblero y "femenino". No encajar con estas características y esconder emociones ha negado la posibilidad de vivir de otras formas más positivas la masculinidad y ha generado sufrimiento y afectado a su comunicación y relaciones sociales a lo largo de generaciones. Además, ha hecho que la expresión de la emocionalidad no tenga valor y sea considerada negativa, siendo asociada a las mujeres desde la asimetría y la desigualdad. Desde la coeducación, se busca devolver la importancia de que niños, adolescentes y hombres puedan experimentar y expresar sus emociones de forma positiva para su propio bienestar y el de las personas con las que se relacionan cotidianamente como una contribución fundamental a la igualdad y a la prevención de las violencias machistas.

¿Te parece importante? Acompáñanos en esta nueva propuesta de reflexión - acción.

A través de cuatro actividades diseñadas por etapa educativa trabajaremos esta habilidad ajustada al nivel madurativo del alumnado para contribuir a su desarrollo como motores de cambio hacia sociedades más igualitarias, donde el cuidado de la vida ocupe el núcleo central y la erradicación de las violencias machistas, una de las metas de la Agenda 2030 de Desarrollo Sostenible, sea una realidad.

Esta propuesta nace del trabajo que InteRed viene desarrollando en el marco de la prevención de las violencias machistas, los ecofeminismos, la pedagogía de los cuidados, la educación transformadora y en concreto de la campaña #TOCAIGUALDAD. Esta campaña tiene por objeto la promoción en la juventud de una actitud crítica, reflexiva y activa en relación a las desigualdades y violencias específicas que viven las mujeres por el hecho de serlo, apostando por una hoja de ruta coeducativa desde cuatro ejes de actuación:

- El cuidado de las personas y del planeta.
- El reconocimiento de la diversidad de identidades.
- La promoción de una educación afectivo-sexual respetuosa y de calidad.
- La prevención de las violencias machistas.

Nuestro enfoque desde la coeducación nos habla de la importancia de desmontar las creencias arraigadas en la mente de las personas que perpetúan y legitiman las violencias machistas, por ello, desde la campaña #TOCAIGUALDAD, se sigue la ruta I.D.A., “identificar, desmontar y actuar”. Es un camino que guía la reflexión- acción y que ayuda al alumnado a desnaturalizar la violencia, entender las causas que la sostienen y perpetúan, y a considerarse como un agente de cambio, a nivel personal, pero también de forma colectiva, con sus pares, su familia, en su entorno educativo y social.

Las actividades de la propuesta de este año están pensadas para trabajar en torno a elementos de prevención de las violencias machistas desde un enfoque socioafectivo, con un fuerte componente de pensamiento crítico y movilización, muy necesario en la actual coyuntura que vivimos hoy en día.

CONTEXTUALIZACIÓN

25N



El **25 de noviembre** se celebra el ***Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer***, en aras de visibilizar y denunciar la violencia sistémica y sistemática que sufren las mujeres en todo el mundo por el hecho de serlo, y de exigir a los diferentes gobiernos e instituciones, medidas efectivas para combatirla.

¿POR QUÉ UN 25 DE NOVIEMBRE?

Las hermanas Mirabal: Patria, Minerva y María Teresa, conocidas como '*Las Mariposas*', fueron asesinadas el 25 de noviembre de 1960 por su actividad en la lucha a favor de la democracia contra Rafael Leónidas Trujillo, dictador de la Republica Dominicana entre los años 1930 y 1961.

Minerva y María Teresa (y sus maridos) fueron juzgadas por "*atentar contra la seguridad del Estado dominicano*"; ellos entraron a prisión, y ellas, junto con su hermana Patria, fueron secuestradas y torturadas bajo las manos de unos sicarios enviados por el dictador. Pese a sus múltiples intentos, no consiguieron silenciar este terrible asesinato, y finalmente acabó significando el despertar del pueblo dominicano contra el régimen dictatorial de Trujillo.

20 años después, el movimiento feminista latinoamericano, eligió esta fecha como reivindicación para **exigir la defensa de las mujeres contra las múltiples violencias que viven**. Años más tarde, ya en 1999, esta jornada de reivindicación fue asumida por la Asamblea General de las Naciones Unidas en su resolución 54/134 del 17 de diciembre de 1999.

SESIONES DIDÁCTICAS



EDUCACIÓN INFANTIL El árbol de las emociones.	EDUCACIÓN PRIMARIA Estatuas emocionales.
EDUCACIÓN SECUNDARIA El parlamento de las emociones.	BACHILLERATO Y CICLOS FORMATIVOS El árbol de las violencias de género.

El árbol de las emociones

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Incorporar nociones de educación emocional (expresión de las emociones, autorregulación...).
- Identificar situaciones de convivencia con sus pares que generan diferentes emociones y reflexionar sobre el abordaje de las mismas.
- Comprender la importancia de reconocer y gestionar las emociones para establecer relaciones positivas con las demás personas y con el entorno.
- Comprender la importancia de pedir ayuda cuando una emoción nos desborda o nos vemos involucradas/os en un conflicto que no sabemos cómo resolver.
- Conocer la importancia de que la infancia comparta sus preocupaciones con sus familias y personas adultas de referencia para que reciban orientación sobre cómo gestionarlas y resolverlas.
- Sensibilizar sobre la igualdad de género y la fecha que se conmemora, a través de conocer referentes de mujeres racializadas que aportaron a los diferentes campos del saber.

TEMPORALIZACIÓN

- Una sesión de una hora. Aquí el profesorado podrá adaptar los tiempos en función del nivel madurativo y atencional del alumnado pudiendo realizar la actividad en varias sesiones.

MATERIALES

- Un espacio en el aula.
- Papelógrafos.
- Rotuladores, pinturas y otros materiales para decorar el árbol.

AGENDA 2030

- Eje: Personas.
ODS Principales con los que se vincula: **EJE 5 · Igualdad de Género**

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN INFANTIL

COMPETENCIAS EDUCATIVAS

- Competencia comunicación lingüística.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- Competencia ciudadana.
- Competencia en conciencia y expresión culturales.

DESARROLLO DE LA SESIÓN Y ORIENTACIONES METODOLÓGICAS**IDENTIFICAR****MOMENTO 1
PREPARACIÓN DE LA SEMILLA**

- En formato asamblea se pregunta al alumnado qué son las emociones y si conocen el nombre de alguna de ellas y en qué consisten. De esta manera, se hace una lluvia de ideas para crear una definición entre todas y elaborar un listado de todas las emociones que conocen.
- Se recomienda a las personas docentes tener la silueta del árbol ya dibujada en los papelógrafos de forma previa a la actividad.

DESMONTAR**MOMENTO 2
EL ÁRBOL CRECE**

- La persona docente explica que las emociones se parecen a los árboles, ya que tienen raíces que son las cosas que nos van sucediendo durante el día y que las despiertan, luego experimentamos la emoción como si fuera el tronco del árbol y esa emoción se expresa a través de cómo nos sentimos o de lo que hacemos como si fueran las hojas que salen en las ramas del árbol.
- Se propone al alumnado crear un árbol de las emociones y en varios papelógrafos unidos, la persona docente les presentará la silueta de un árbol dibujada. En el tronco se escribirán los nombres de todas las emociones que hayan identificado. Después, en plenaria aportarán ideas de en qué situaciones tienen esa emoción proponiéndoles completar la frase “me siento triste/alegre... cuando...”. De modo que identifiquen situaciones que les generan determinadas emociones. Así se irá haciendo con las diferentes emociones y sus aportes se irán colocando en las raíces del árbol.
- Después, se hará lo mismo con las hojas. A través de completar la frase “cuando me siento triste/alegre... hago...” se irán completando las hojas del árbol. Así se irán completando las diferentes emociones.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN INFANTIL

- Cuando el árbol esté completo se abordarán con el alumnado las situaciones planteadas en las hojas del árbol, cuáles nos hacen sentir bien con nosotras mismas/os y con las demás personas y cuáles no. Por ejemplo “cuando me siento enfadada/o rompo cosas”, es posible que esta reacción nos haga sentirnos mal porque dañamos algún objeto que nos gustaba, generó tristeza en nuestra familia y asustó a nuestras amistades. Entonces, se propondrán otras opciones para canalizar las emociones que pasen por el bienestar personal y por generar relaciones positivas con las demás personas y con el entorno y la persona docente irá escribiendo las diferentes propuestas alrededor de las hojas en otro color.
- También se explicará alguna técnica de gestión de las emociones en los conflictos, como la propuesta en el programa “Educar para ser” siguiendo los pasos (recomendamos este [vídeo](#) del AFA del Colegio Antonio Machado de Majadahonda):
 - Dar dos pasos atrás y alejarme del conflicto.
 - Respirar y darme cuenta de que estoy enfadado/a.
 - Buscar una persona adulta de referencia y contarle lo que ha pasado.
 - La persona adulta que media valida las emociones de ambas partes y les ayuda a comprenderlas. Después ayuda a resolver el conflicto asignando los roles de explicar y escuchar de forma alterna a ambas partes para poder guiar a las/os implicadas/os en explicar qué sucedió y en encontrar alternativas para resolverlo. A veces se puede involucrar al resto del grupo en aportar soluciones de forma colectiva.
- Es muy importante resaltar en la reflexión final que “no somos las emociones que sentimos”, si no que nos atraviesan, las gestionamos y pasan, por ello hay que evitar utilizar el verbo “ser”. Esto es muy importante para evitar que el alumnado se sienta etiquetado o estigmatizado, las emociones son dinámicas y su gestión es un aprendizaje a lo largo de la vida, las experimentamos, pero no definen qué tipo de persona somos, por eso aprender a reconocerlas y a gestionarlas es tan importante.

ACTUAR**MOMENTO 3
EL ÁRBOL GERMINA**

- Al finalizar la actividad, entre todo el grupo se decorará el árbol con pinturas y otros adornos que se deseen.
- Una vez terminado, se colocará en un lugar visible del centro educativo para compartirlo con toda la comunidad educativa.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN INFANTIL

REFERENCIAS

- Programa educar para ser.

REFLEXIÓN

- Reflexionar sobre lo importante que es identificar qué cosas nos producen determinadas emociones, de cuáles disfrutamos y nos ayudan a establecer relaciones positivas, y qué otras debemos aprender a gestionar para comprenderlas y que sirvan para nuestro desarrollo como persona.
- Entender que no hay emociones buenas o malas, aunque algunas nos generan bienestar y otras se pueden experimentar como desagradables o incómodas, pero todas cumplen funciones y nos dan información y nos ayudan a aprender y a establecer relaciones positivas. Por ejemplo, la tristeza sirve para ayudarnos a atravesar un duelo o hacer comprender a las demás personas que necesitamos ayuda o consuelo.
- Es importante que esta actividad también nos sirva para identificar patrones de socialización diferenciada de género que podamos cambiar. Por ejemplo, si se diera el caso de que observamos que gran parte de los niños expresan la rabia a través de la violencia, o que las niñas la gestionan a través de la soledad y la tristeza. Si esto sucede, nos puede servir para identificar modelos de gestión emocional a trabajar e intentar transformar con el grupo.
- Es importante explicar que cuando experimentamos emociones que nos generan malestar, incomodan o nos desbordan y no sabemos cómo gestionarlas es fundamental pedir ayuda a nuestra persona adulta de referencia. Así nos podrán ayudar a identificar y poner nombre a las emociones que nos atraviesan, a identificar sus causas y a gestionarlas. Las personas adultas también nos pueden ayudar a gestionar los conflictos, que son inherentes a la condición humana, no desde la búsqueda de culpables, si no dando a todas las partes la oportunidad de explicarse, escuchar activamente a la otra parte, fomentar la empatía sobre cómo se sintió la otra persona y también reconociendo y hablando sobre las emociones que estuvieron detrás del inicio del conflicto. Y sobre todo, una vez solucionado el conflicto, cerrarlo para dar la oportunidad a todas las partes de empezar de nuevo en base al aprendizaje adquirido, evitando etiquetas culpabilizadoras del tipo “ese niño es malo” o “esa niña es pegona”.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN PRIMARIA

Estatuas emocionales

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Incorporar nociones de educación emocional (expresión de las emociones, autorregulación...).
- Identificar situaciones de convivencia con sus pares que generan malestar y emociones negativas y abordajes asertivos de las mismas.
- La importancia de que las niñas y los niños compartan sus preocupaciones con sus familias y personas adultas de referencia para que reciban orientación sobre cómo gestionarla y resolverlas.
- Sensibilizar sobre la igualdad de género y la fecha que se conmemora.

TEMPORALIZACIÓN

- Dos sesiones de una hora.

MATERIALES

- Un espacio en el aula.

AGENDA 2030

- Eje: Personas.
ODS Principales con los que se vincula: **EJE 5 · Igualdad de Género**

COMPETENCIAS EDUCATIVAS

- Competencia comunicación lingüística.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- Competencia ciudadana.
- Competencia en conciencia y expresión culturales.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN PRIMARIA

DESARROLLO DE LA SESIÓN Y ORIENTACIONES METODOLÓGICAS**IDENTIFICAR****MOMENTO 1
PREPARACIÓN**

- Se hace una lluvia de ideas previa con el alumnado preguntándoles ¿Qué es una emoción? ¿cuáles conocen? ¿para qué creen que sirven? ¿les parecen útiles? ¿alguien sabe qué es la empatía? (Se recomienda hacer referencias a las películas “Del revés”, ya que gran parte del alumnado puede nombrar las emociones a través de los personajes de estas películas).
- Si el alumnado no lo sabe, se le explica que la empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona y entender cómo se siente sin juzgar.
- Después se les explica que vamos a jugar a un juego para practicar nuestra empatía, y poner a prueba nuestra capacidad de adivinar/ leer las emociones de otras personas.

**MOMENTO 2
LA PUESTA EN ESCENA**

- Se divide a la clase en dos grupos, a uno le vamos a decir en secreto una emoción. Luego, cada grupo, se pondrá en una línea mirándose entre sí, de modo que queden en parejas conformadas por un miembro de cada grupo.
- El grupo al que le hemos dicho la emoción la representará través de una estatua muda, la persona que tienen en frente la calcará como si se tratase de un espejo.
- Tras unos minutos, el equipo imitador intentará adivinar cuál era la emoción de su compañera/o. Se hacen varias rondas alternando los roles entre cada grupo.
- En esta fase recomendamos que se pregunte al alumnado individualmente, ya sea señalándoles o tocándoles en la cabeza, cuál es la emoción que estaba representando su compañera/o de enfrente, para así facilitar el debate.
- Las emociones a trabajar serán:
 - Enfadada/o.
 - Alegre.
 - Avergonzada/o.
 - Triste.
 - Aburrida/o.
 - Asqueada/o.
 - Preocupada/o.
 - Emocionada/o.
 - Enamorada/o.
 - Nerviosa/o.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN PRIMARIA

- Tras cada ronda, se preguntará a ambos grupos si saben qué significa la emoción representada, completando sus ideas para crear una definición. Al grupo que la representó se le preguntará qué tipo de gestos o acciones utilizaron para representarla y si les resultó fácil o difícil representar esa emoción. Al grupo al que le tocó imitar se le preguntará si les resultó fácil o difícil adivinar la emoción y qué gestos de su compañera/o fueron claves para identificarla.

DESMONTAR

MOMENTO 3
REFLEXIÓN CONJUNTA

- Después de varios momentos de interacción se parará la dinámica y todas las personas volverán a colocarse en círculo y se reflexionará en plenaria a través de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué os ha costado más, representar la emoción o tratar de adivinarla para imitarla?
 - ¿Hay alguna que no habéis logrado adivinar?
 - ¿Hicieron algo que os hizo gracia?
 - En la vida cotidiana, ¿solemos fijarnos en cómo se sienten las personas con las que convivimos cotidianamente como nuestra familia, nuestra profe o nuestras amigas/os? ¿hacemos algo al respecto (por ejemplo, si detectamos que están tristes o asustadas)?
 - ¿Hay alguna emoción sobre la que nos cuesta más hablar?
 - ¿Hay alguna emoción que nos cuesta más entender cuando la vemos en otra persona?
- Recogemos las respuestas y se explica al alumnado la importancia de las emociones, cómo a veces cuesta identificarlas y sólo las sentimos, pero es muy importante observarlas y ponerles nombre. Sobre todo, poder compartirlas y hablar de ellas para que las demás personas que nos rodean puedan entendernos, ayudar a calmarnos, acompañarnos o prestarnos ayuda dependiendo de la emoción. También la importancia de prestar atención a cómo se están sintiendo las demás personas para empatizar, comprender por qué actúan de una determinada manera y también poner en valor esas emociones. Esto es fundamental para cuidar nuestro propio bienestar, comunicarnos adecuadamente y establecer relaciones positivas con las demás personas y con el entorno basadas en una comunicación saludable, en los cuidados y el respeto.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN PRIMARIA

ACTUAR

MOMENTO 3
MUESTRA COLECTIVA

- Entre todas y todos se creará un fanzine sobre las emociones, cada persona del grupo escogerá una emoción de la que le apetezca hablar y mediante dibujos y frases explicará la emoción, cómo reconocerla y qué pueden hacer las demás personas para ayudarme a gestionarla, creando una página del fanzine por alumna/o. Después, la persona docente lo encuadernará y sacará copias para compartirlo con las familias y con el resto de la comunidad educativa del centro.
- Si les cuesta elegir una emoción porque a veces el lenguaje que se tiene sobre educación emocional es bastante limitado, se puede proyectar o llevar impresa una rueda de emociones. Proponemos un par de ejemplos:
 - [Rueda de las emociones ejemplo 1.](#)
 - [Rueda de las emociones ejemplo 2.](#)
- Recomendamos al personal docente revisar este material de referencia sobre la elaboración de [fanzines](#).

REFLEXIÓN

- Hablar de las emociones que nos pasan por el cuerpo nos da la oportunidad de compartirlas, de estar alegres juntas/os, consolarnos, reír, o calmarnos y resolver un conflicto que nos generó malestar. También de que las emociones siempre se mantengan en un tamaño adecuado, porque si se invisibilizan o se hacen pequeñas, puede ser difícil darnos cuenta de lo que estamos sintiendo o expresárselo a las demás personas, o si es demasiado grande, podemos perder el control sobre ellas y generar malestar. Conocer las emociones, nos ayuda a mantenerlas en el tamaño que necesitamos para estar bien. También contribuye a que nos conozcamos mejor, a nosotras mismas/os y también a las demás personas.

El parlamento de las emociones

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Observar qué asociaciones tenemos con las diferentes emociones.
- Comprender cómo todas las emociones tienen una función para el bienestar personal y colectivo.
- Reflexionar sobre la importancia de la autorregulación y la gestión emocional.
- Reflexionar sobre cómo se construyen vínculos saludables en las relaciones.

TEMPORALIZACIÓN

- Dos sesiones de una hora cada una.

MATERIALES

- Notas adhesivas (tres colores).
- Papelógrafo con las preguntas que deben de responder en los post-its.
- Rotuladores, bolígrafos.
- Etiquetas con las cuatro emociones (enfado, alegría, tristeza y miedo).
- Cartulinas para las narrativas.
- Cámara de fotos del móvil para fotos de las foto narrativas.

AGENDA 2030

- Eje: Personas.
ODS Principales con los que se vincula: **EJE 5 · Igualdad de Género**
EJE 4 · Educación de calidad

COMPETENCIAS EDUCATIVAS

- Competencia comunicación lingüística.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- Competencia ciudadana.
- Competencia en conciencia y expresión culturales.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN SECUNDARIA

DESARROLLO DE LA SESIÓN Y ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

IDENTIFICAR

MOMENTO 1

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

- Para generar un espacio que rompa con las emociones que vinculan al espacio “clase”, nos permitimos construir una disposición del espacio que nos facilite otro tipo de ambiente.
- La clase se divide en cuatro grupos y a cada uno se le dará un papelógrafo que en horizontal estará dividido en dos secciones. Se entregará a cada grupo un rotulador que va a tener la persona responsable de escribir. Se explica que en cada sección se dirá un concepto y tienen que poner 6 términos relacionados. Cuando finalicen tienen que gritar “stop”. Se leen los conceptos en alto y se proclama un “grupo vencedor” de cada ronda. Los conceptos para relacionar serán:
 - Felicidad.
 - Amor.
 - Ansiedad.

DESMONTAR

MOMENTO 2

EL PARLAMENTO DE LAS EMOCIONES

- Manteniendo los mismos cuatro grupos formados en la dinámica anterior, a cada grupo le corresponde una emoción que tienen que defender en un “parlamento”.
- Inicialmente se les pregunta si conocen las emociones primarias y a través de una lluvia de ideas se intenta que aparezcan todas (alegría, miedo, enfado, tristeza, asco y sorpresa). Se explica que son las emociones primarias porque de ellas parten otras más complejas, pero que forman parte de “la familia emocional” de una de las primarias.
- Se les propone el siguiente escenario: *La humanidad está cansada de sentir, no puede más, estamos agotadas. Así que se reúnen las/os representantes de las emociones de los seres humanos y deciden que sólo van a poder sentir 3 emociones.*
Para decidir cuál de ellas NO van a poder sentir, les proponen hacer un debate. Cada grupo representará a una emoción y debe de reflexionar sobre por qué su emoción es necesaria para la humanidad, preparándose también para los argumentos que pueda recibir de otros grupos que critiquen su emoción.
 Las emociones a defender serán:
 - Alegría, enfado, tristeza, miedo.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN SECUNDARIA

- Tras 5 minutos de reflexión grupal, cada grupo tendrá que elaborar una defensa de 2 minutos y elegir a una persona (o como mucho a 2) como representante. Estas personas serán las encargadas de presentar al resto su defensa. Es importante dejar para el final la emoción “miedo” y quizás iniciar la actividad con la defensa de la “alegría”.
- Después de cada intervención se permite un espacio de reflexión, como guía proponemos las siguientes cuestiones.
 - **Alegría:**
 - ” ¿Para qué sirve?
 - Facilita la creación de vínculos.
 - Acompaña en la búsqueda de propósito, de sentido.
 - **Enfado:**
 - ” ¿Para qué sirve? Para poner límites, para cuidarnos.
 - Permite la reflexión sobre los deseos propios, lo que fomenta la autonomía, la emancipación.
 - Acompaña la movilización, a través de la rebeldía, la indignación, la no aceptación. Sobre todo, cuando es colectivo.
 - ” ¿Cómo se expresa? ¿Cuesta enfadarse?
 - ” ¿A quién se le permite enfadarse?
 - **Tristeza:**
 - ” ¿Para qué sirve?
 - Facilita la autorreflexión.
 - En el acompañamiento de procesos de duelo, de pérdida, facilita la consciencia del valor de las cosas/momentos/personas (nostalgia, recuerdo).
 - Fomenta sentimientos como la vulnerabilidad (interdependencia), la empatía.
 - Moviliza el apoyo de las personas cercanas.
 - **Miedo:**
 - ” ¿Para qué sirve? Permite responder a situaciones que pueden ser dañinas para la persona.
 - Permite episodios de huida, pero también de bloqueo (que pueden ser positivos porque a veces son reflexivos).
 - ” ¿Cómo se expresa?
 - ” ¿Quiénes lo expresan?
 - ” Miedo a otras personas, a lo diferente, entendido como amenaza. A lo que puedes perder, especialmente promovido por el individualismo (competición, confrontación, sentido de propiedad).

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · EDUCACIÓN SECUNDARIA

- La reflexión final para acompañar es que todas las emociones son necesarias, que percibir las como negativas o positivas, depende mucho del entorno social que creemos, y de lo que nos permitamos sentir y expresar. Esto se da de manera diferencial porque está influido por variables como el género, la raza y la clase social.
- Si da tiempo, se puede hacer una votación sobre a qué emoción echar, y por qué la mayoría ha decidido esto, *¿quizás es una emoción complicada de sentir y expresar en nuestro entorno actual?, ¿dificulta la creación de grupos?*

ACTUAR

MOMENTO 3 FOTO NARRATIVAS

- Para cerrar la sesión se propone al alumnado trabajar por grupos una fotonarrativa a cerca de una de las emociones trabajadas. Podrá hacerlo fuera de clase y para ello tomarán una fotografía que la represente y crearán la narrativa detrás de ella. En una segunda sesión, cada grupo expondrá su fotografía y compartirá la narrativa en plenaria. Al finalizar, las fotos y las narrativas se convertirán en una muestra colectiva que se coloque en un lugar visible del centro educativo.
- Se recomienda al profesorado revisar previamente este material de referencia sobre cómo guiar un proceso de [fotovoz](#).

REFLEXIÓN

- Se reflexionará con el grupo sobre la importancia de reconocer las emociones, su autorregulación y gestión para el bienestar personal y también colectivo. Además, se conversará sobre como emociones como el miedo y la ira están en la base de los discursos de odio y cuál es la relación entre la educación emocional y las relaciones de pareja saludable (tener una buena comunicación, escucha activa, empatía, reconocer cómo nos sentimos y expresarlo, comprender los sentimientos de la otra persona, los cuidados como base central, respeto...) en aras de prevenir violencias machistas.

El árbol de las violencias de género

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Abordar las causas profundas (estructurales) de la violencia de género, los tipos de violencias, sus consecuencias e impactos y diferenciar entre causas profundas y “factores contribuyentes”.
- Reflexionar sobre cómo se construyen vínculos saludables en las relaciones.
- Acompañar en la adquisición de un compromiso activo y en la conciencia de agencia frente a las violencias de género.

TEMPORALIZACIÓN

- Dos sesiones de una hora.

MATERIALES

- Papelógrafos.
- Rotuladores.
- Material de consulta para profesorado: [Propuesta de reflexión para trabajar en grupos de hombres.](#)

AGENDA 2030

- Eje: Personas.
ODS Principales con los que se vincula: **EJE 5 · Igualdad de Género**

COMPETENCIAS EDUCATIVAS

- Competencia comunicación lingüística.
- Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- Competencia ciudadana.
- Competencia en conciencia y expresión culturales.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · BACHILLERATO Y FP

DESARROLLO DE LA SESIÓN Y ORIENTACIONES METODOLÓGICAS**IDENTIFICAR****MOMENTO 1****PREPARACIÓN**

- La facilitadora introduce el concepto del Árbol de la violencia de género, explica que a través de la imagen del árbol y sus distintas partes vamos a abordar los conceptos clave y causas estructurales de las violencias de género.
- Se recomienda llevar varios papelógrafos unidos ya para que el árbol se dibuje/construya colectivamente.

MOMENTO 2**EL ÁRBOL DE LA RAÍZ A LAS HOJAS**

- Se pide a las personas participantes que enumeren lo que ellas creen que son las causas de las violencias de género y se van poniendo en la base a la vez que se van dibujando las raíces.

Dependiendo de la preparación del grupo sobre el tema, las personas participantes pueden responder a la pregunta mencionando vocabulario que no es propiamente “causas profundas”: algunas de ellas pueden ser tipos, consecuencias o factores contribuyentes. En este caso, se van anotando estas palabras en otro lugar, en la posición correcta (ramas, hojas, tronco, tiempo/clima).

- A continuación, se pide que mencionen los tipos de violencias que conocen, y se ponen en tronco y ramas y se dibujan estos. Es importante que previamente a la actividad, el profesorado tenga presentes los tipos de violencias de género más habituales entre adolescentes, preguntar y mencionar por las ciberviolencias, las muestras de control y celos gestionados desde el control, etc
- Después se pregunta por la consecuencias e impactos de las violencias, cuáles conocen y se dibujan las hojas.
- Finalmente, se les pide que mencionen factores contribuyentes y se dibuja el sol, la lluvia, el viento.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · BACHILLERATO Y FP

DESMONTAR

MOMENTO 3

PUESTA EN COMÚN Y REFLEXIÓN

- La reflexión abordará preguntas del tipo:
 - ¿Qué te ha parecido más significativo de la identificación de las raíces del Árbol de las violencias de género?
 - ¿Ha quedado clara la diferencia entre causas profundas y factores contribuyentes? ¿Por qué crees que a menudo se confunden?
 - ¿Cómo crees que abordar estas causas profundas puede contribuir a prevenir la violencias de género?
 - ¿Ha habido alguna manifestación concreta que te parezca más frecuente o preocupante? ¿Por qué?
 - ¿Te sorprendieron algunas de las consecuencias mostradas?

DEFINICIONES Y EJEMPLOS PARA GUIAR
LA SESIÓN PARA LA FACILITADORA

Antes de empezar, hay que tener en cuenta que el profesorado puede completar o ampliar estas definiciones, e incluso preguntar al alumnado sobre otras que conozcan, términos en inglés relacionados con violencias: grooming, gaslighting, etc

- **Violencia de género:** cualquier tipo de daño perpetrado contra una persona o grupo de personas debido a su sexo, género, orientación sexual y/o identidad de género, ya sea de hecho o percibida. La violencia de género se basa en un desequilibrio de poder y busca el control. Se lleva a cabo con la intención de humillar y hacer que una persona o grupo de personas se sientan inferiores y/o subordinadas. Puede ser sexual, física, verbal, psicológica (emocional) o socioeconómica, entre otras.
- **Raíces - Causas profundas:** las raíces son las causas fundamentales de las violencias de género: son las actitudes y prácticas de discriminación de género de una sociedad. Normalmente, los géneros se colocan en roles rígidos y posiciones de poder, a menudo con personas socializadas como mujeres y otros géneros en una posición subordinada en relación con las personas socializadas como hombres. Estos roles de género “aceptados” refuerzan el supuesto de que los hombres tienen poder de decisión y control sobre el resto de las personas. Ejerciendo la violencia de género, los agresores buscan mantener privilegios, poder y control. Además de esto, mencionamos también entre las causas profundas el hecho de que estas situaciones pueden verse reforzadas en contextos de falta de concienciación sobre los derechos humanos, la igualdad de género, y la democracia, y de medios pacíficos de resolución de conflictos. Entre las causas se incluyen: abuso de poder, desigualdades de género,

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · BACHILLERATO Y FP

patriarcado, roles y estereotipos de género, heteronormatividad, capacitismo, binarismo de género.

- **Clima / Temperatura - Factores que contribuyen:** si bien las desigualdades de género y el abuso de poder son las causas fundamentales de todas las formas de violencias de género, otros factores pueden influir en el tipo y el alcance de las mismas, aumentando la vulnerabilidad. Los factores contribuyentes se confunden a menudo con las causas, pero es importante distinguirlos. Entre los factores que contribuyen a ello figuran: uso/abuso de drogas; desigualdades económicas; falta de educación; falta de apoyo social, de las instituciones, de las familias; ausencia del estado en un territorio.
- **Ramas - Tipos de violencias de género:** El tronco y las ramas del árbol representan los diferentes tipos de violencias de género que pueden darse. Se pueden agrupar en cuatro categorías generales (emocional/psicológica, física, sexual, económica), que ascienden hasta convertirse en las ramas del árbol. Los tipos de violencias de género pueden ser fuera del entorno virtual y dentro de este e incluyen:
 - Violencia psicológica: intimidación, el acoso, el acecho, el control, la coacción, el aislamiento, el insulto verbal, etc.
 - Violencia física, que utiliza la fuerza física. Incluye golpes, patadas, puñetazos y más.
 - Violencia sexual, que se refiere a actos sexuales realizados sin el consentimiento de la otra persona. Incluye la violación, la agresión, la trata de seres humanos, la conducta sexual verbal no deseada, etc.
 - Violencia económica, que se refiere a actos que causan daños económicos. Incluye la restricción de los recursos financieros, los daños a la propiedad, la privación, la limitación del empleo, etc.
- **Hojas - Consecuencias de la violencia de género:** las hojas son las consecuencias de las violencias de género para las víctimas o supervivientes y su entorno, y son de gran alcance: desde las consecuencias físicas hasta las emocionales y psicológicas.
 - Consecuencias psicológicas: sentirse avergonzada, ansiosa, deprimida, pérdida de apetito, dificultad para asistir a la escuela o estudiar, etc.
 - Consecuencias físicas: problemas de salud, autolesiones, ITS, embarazos no deseados, etc.
 - Funcionales: cambiar una ruta o eliminar un perfil en una red social.
 - Consecuencias sociales: exclusión, rechazo o aislamiento por parte de la familia, las amistades.

SESIÓN 25 NOVIEMBRE · BACHILLERATO Y FP

ACTUAR

MOMENTO 4
PODCAST

- Se divide al alumnado en grupos y cada grupo deberá crear un guion sobre los hallazgos que consideren más relevantes sobre las violencias machistas. Después utilizarán ese guion para grabar un podcast en el que una o dos personas harán de entrevistadoras/comentaristas y el resto de invitados/as y comentarán los aspectos claves que consideren, así como lanzarán un mensaje en el marco del 25N. Después este podcast se difundirá a través de la web y RRSS del centro educativo para compartirlo con toda la comunidad educativa.
- Se recomienda al profesorado revisar previamente este material sobre la realización de [podcast](#) para guiar su elaboración.

REFERENCIAS

- “Fichas de actividades. Guía para educadores y educadoras”, proyecto LOVE ACT, Viviendo una educación sexual positiva e interseccional para la prevención de la violencia de género, financiado por la Unión Europea.

REFLEXIÓN

- Se reflexionará sobre los aspectos más llamativos del árbol y qué tanto lo han visto en su vida cotidiana. También se hablará sobre cómo es una relación saludable y cuáles son sus características. Es importante abordar qué papel juegan las emociones en la forma en la que nos comportamos y establecemos relaciones.
- También es clave abordar el papel que juegan las emociones y la masculinidad tradicional para comprender las raíces de las violencias machistas:

*El modelo de masculinidad hegemónica **niega y censura la emocionalidad**, en consecuencia, los hombres **NO han sido entrenados en la gestión de sus emociones** (Identificar - Reconocer - Expresar), lo que tiene efectos en su forma de relacionarse con sí mismos y con las demás personas. La falta de entrenamiento en identificar y gestionar emociones lleva a lo que se denomina **“transmutación de sentimientos”**: esto es, a **reconvertir** aquellos **sentimientos** que tenemos **prohibidos** o sancionados porque son incompatibles con ser un hombre “de verdad” (temor, frustración, inseguridad...etc.), en **sentimientos de ira** generalmente (emoción que sí está permitida) y de su expresión a través de la agresividad. De ahí que los cauces de resolución de conflictos sean más agresivos que dialogantes. ([Propuesta de reflexión para trabajar en grupos de hombres](#). InteRed).*

