

MANUAL DE EDUCACIÓN EMOCIONAL DESDE UNA EQUIDAD DE GÉNERO PARA EL FOMENTO DE UNA TRANSFORMACIÓN SOCIAL Y GLOBALIZADA DE LA ADOLESCENCIA





1. Presentación de la guía.....	5
2. Introducción	8
3. De la Inteligencia Emocional a la Educación Emocional	11
4. Educación Emocional y Género.....	16
4.1. Conceptos de género	19
4.2. Igualdad de género y vinculación con las injusticias sociales	40
4.3. Violencia contra las mujeres.....	44
4.4. Feminismo y empoderamiento feminista.....	49
5. Taller de Educación Emocional desde una Perspectiva de Género	53
5.1. Sesión 1	55
5.2. Sesión 2	60
5.3. Sesión 3	65
5.4. Sesión 4	71
5.5. Charla devolución.....	80
6. Bibliografía.....	85



1. PRESENTACIÓN DE LA GUÍA

Paz y Desarrollo es una Organización No Gubernamental para la Cooperación y el Desarrollo, fundada en 1991 que de forma global actúa en países empobrecidos y en vías de desarrollo. Nuestra definición abarca toda una serie de acciones vinculadas al respeto de los derechos humanos, instrumentos para el desarrollo endógeno, económico y social que incluyen la perspectiva de género como herramienta clave para conseguir una justicia social y una equidad real entre mujeres y hombres.

Cuando hablamos de desigualdades, es importante tener en cuenta que no todas derivan de las mismas causas, y por tanto, intervenir para la erradicación de las mismas conlleva diferentes procesos, enfocados desde diferentes prismas. El empobrecimiento de los pueblos no sólo se debe a cuestiones económicas, sino también sociales y políticas, que derivan de relaciones de poder entre países, entre territorios, entre mujeres y hombres, entre norte y sur...

Por esta razón, trabajamos día a día por conseguir el bienestar social de las comunidades menos desarrolladas a través de la justicia social, la participación ciudadana y la igualdad de género, que redundarán en el desarrollo de las capacidades de hombres y mujeres.

Nuestra especialización en enfoque de género ha permitido que comunidades de África, América Latina y Asia con las que trabajamos, comprendan la importancia que existe en fomentar dichas

capacidades al margen de roles y estereotipos asignados, para conseguir el máximo desarrollo socioeconómico y político.

Este manual ha sido elaborado por el Área de Educación para el Desarrollo de Paz y Desarrollo en el marco del proyecto financiado por Diputación de Málaga , denominado “150 alumnos/as del IES Capellanía de Alhaurín de la Torre (Málaga) aumentan su consciencia en relación a las causas y consecuencias de las desigualdades de género y mejoran su comprensión en relación al modelo de globalización, a través del desarrollo de una Inteligencia Emocional”.; y en colaboración con el Centro de Psicología AVANZA.

En el podrás encontrar algunas pistas para comenzar a cuestionar, a (des)aprender, a comprender por qué es importante repensar una transformación del paradigma dominante actual, que agrava las desigualdades y propicia guerras, conflictos armados, patriarcado, degradación ambiental... También es una propuesta para comenzar a incorporar las herramientas que en él irás encontrando para trabajar la educación emocional igualitaria en adolescentes, trabajar la equidad de género en el aula y la solución de conflictos desde una perspectiva de género o la coeducación.



2. INTRODUCCIÓN

Desde una perspectiva integradora de la educación, cada vez hay más voces que manifiestan la necesidad de dar instrumentos, herramientas y recursos a niños y niñas, que les permitan crecer en una sociedad globalizada y multicultural. El trabajo en Educación Emocional se hace imprescindible para hacer frente a una sociedad cambiante incluyendo una perspectiva de género integradora y globalizada para favorecer la adaptación ante las desigualdades a las que nos enfrentamos día a día.

La guía que presentamos proporciona una capacitación al alumnado de 1º de ESO, en el conocimiento y aplicación de herramientas cognitivas para el desarrollo de la Educación Emocional sana y aumento de las habilidades sociales desde la visión de una perspectiva de género.

Los contenidos desarrollados en esta guía tratan de capacitar al alumnado en la detección de conductas inadecuadas dotándolos del conocimiento y las herramientas necesarias para dar una respuesta emocionalmente positiva y que ayude a romper los estereotipos de género. A su vez trata de formar jóvenes conscientes que se enfrentan a una realidad donde la violencia de género y las desigualdades sociales, económicas y culturales están a la orden del día.

Esta guía contempla cuatro objetivos de carácter general:

- 1.- Prevenir la violencia en el ámbito educativo desde una propuesta práctica de actividades que tienen como marco de referencia la educación emocional y el desarrollo de las competencias emocionales tanto personal como social con un enfoque desde la perspectiva de género.
- 2.- Promover en el alumnado un conocimiento del mundo emocional y de sus efectos en la regulación de sus relaciones entre iguales y de pareja.
- 3.- Favorecer un mejor clima en el aula a través del desarrollo de competencias emocionales en el alumnado desde una equidad de género.
- 4.- Proponer al profesorado un procedimiento práctico para la actuación en la gestión de los conflictos y en la prevención de la violencia de género.

Desde Paz y Desarrollo, entendemos fundamental contribuir al buen desarrollo de las habilidades sociales de la juventud malagueña y sensibilizarlos/as en una visión desde la perspectiva de género como forma de combatir y disminuir la discriminación por género como mejora de la convivencia escolar.



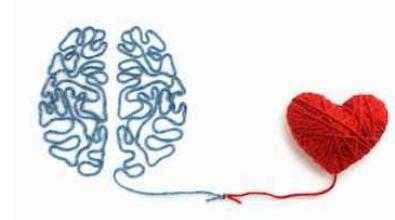
3. DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La Inteligencia Emocional es la capacidad de **sentir, entender, controlar y modificar** estados emocionales en nosotros/as mismos/as y en las demás personas.

La primera pregunta que nos formulamos es **¿Por qué es importante desarrollar la Inteligencia Emocional? ¿Y es necesario incluirlo en el ámbito educativo?**

Son diversos los estudios y las situaciones que demandan una intervención a nivel familiar, educativa y social en competencia de la Inteligencia Emocional.

Los **cuatro pilares de la educación**, en los que se hace clara referencia al mundo emocional son:



Las competencias emocionales y sociales tienen que ser enseñadas formalmente y deben estar ligadas a lo que es cotidiano, a las vivencias y al día a día.

Veamos las características del alumnado emocionalmente inteligente:

**¿ POR QUÉ ES
BUENO TRABAJAR
LA INTELIGENCIA
EMOCIONAL CON
ADOLESCENTES?**

Poseen un buen nivel de autoestima.

Aprenden más y mejor.

Presentan menos problemas de conducta.

Se sienten bien consigo mismos/as.

Son personas positivas y optimistas.

Tienen la capacidad de entender los sentimientos de los/as demás.

Resisten mejor la presión de sus compañeros/as.

Superan sin dificultad las frustraciones.

Resuelven bien los conflictos.

Son más felices, saludables y tienen más éxito.

Veamos cómo hemos trabajado los objetivos y contenidos en el taller:

SESIÓN 1. CONCIENCIA EMOCIONAL.

Se trata de identificar los distintos tipos de emociones, las nuestras propias y en las demás personas ; así como el significado de esas emociones.

SESIÓN 2. REGULACIÓN EMOCIONAL “Asertividad y emociones”.

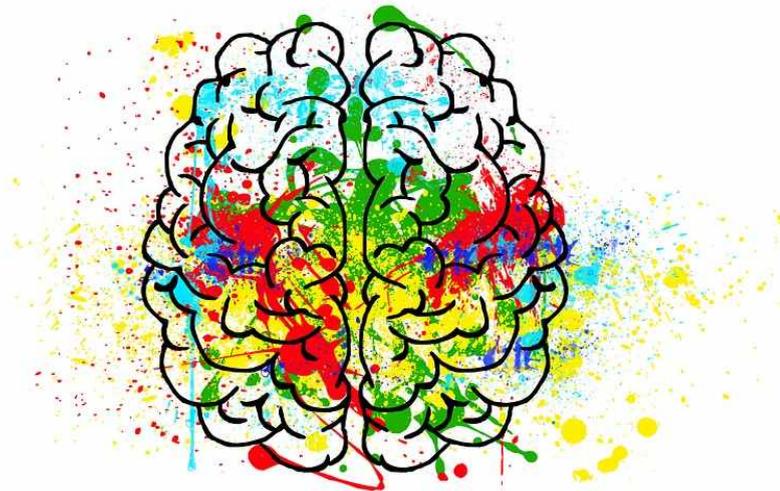
Se trata de saber responder de manera adecuada a las emociones que tenemos y que son emocionalmente intensas como son el estrés, frustración, cansancio, miedo, inseguridad...

SESIÓN 3. AUTONOMÍA EMOCIONAL : AUTOCONTROL Y AUTOCONCEPTO.

Trabajar la confianza en nosotros/as mismos/as, autoestima, pensar positivamente, automotivarnos, tomar decisiones de manera adecuada , responsabilizarnos de forma relajada y tranquila y detectar situaciones de desigualdad de género en el grupo de iguales.

SESIÓN 4. COMPETENCIAS PARA LA VIDA Y EL BIENESTAR : EDUCACIÓN EMOCIONAL Y GÉNERO.

Fomentar habilidades, actitudes y valores para organizar la vida de manera sana ,equilibrada y en equidad de género.



Mi Salud.

Brusa

pantalón

Camis

Reboso

Frio

Sueper

Sudadero

Reboso

toalla

Sueper

...

4. EDUCACIÓN EMOCIONAL Y GÉNERO

Somos seres emocionales y la mayor parte de lo que pensamos y realizamos está guiado por nuestras emociones, a su vez, todos los conflictos tienen un contenido emocional y suelen ir acompañado de unos fuertes sentimientos.

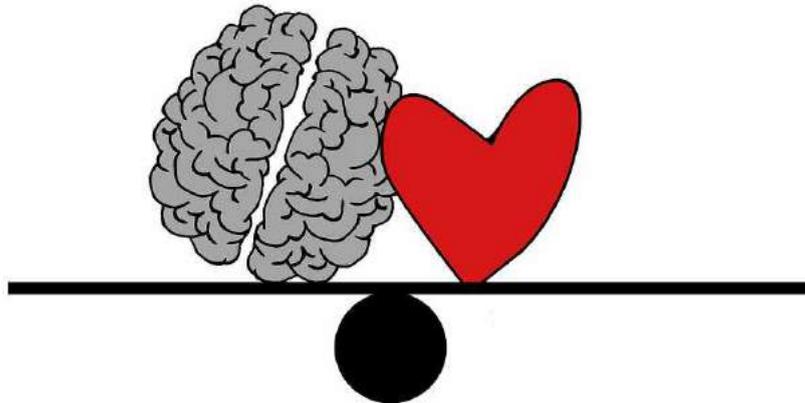
Esta competencia precisa de aprendizajes que hagan posible la autorregulación personal interna, la regulación del encuentro con la otra persona, de ahí la importancia y el potencial para trabajar una sensibilización en igualdad de género y cuestionarnos los roles normativos, hegemónico asignados por la sociedad y el sistema patriarcal en función del género.

En relación con la Educación Emocional, existen unos estereotipos y/o roles ya establecidos con una fuerte vinculación sexista. Un ejemplo claro lo vemos en como a las chicas se les asigna y se les adiestran en el estereotipo del género “emocional” (el sexo sensible que se emociona y expresa sus sentimientos con facilidad). A su vez el chico se le asigna el estereotipo o rol del sexo dominante/fuerte (no lloran y no deben mostrar sus sentimientos).

Como vemos en los ejemplos anteriores, podemos afirmar que existen distintos mundos emocionales contruidos socialmente e impuestos por el patriarcado entre niños y niñas resaltando los roles de género en la socialización e instrucción emocional que se produce desde la infancia,

que genera unos roles sexistas y diferenciación entre chicos y chicas del grupo de iguales.

Desde nuestra propuesta, consideramos a los/as adolescentes como público destinatario principal. Ellos y ellas en esta etapa evolutiva tienen que afrontar fuertes conmociones emocionales, en las que se encuentran con situaciones de micro-machismos y una violencia de género encubierta la cual no saben identificar. Así pues sensibilizar en la comprensión y gestión de las emociones igualitarias beneficia a los/as niños y niñas en gran manera y no sólo en el presente sino que los prepara para el futuro.





4.1. CONCEPTOS BÁSICOS DE GÉNERO

Género vs. sexo

Es importante tener en cuenta que estos conceptos no son sinónimos, sino que se refieren a ideas muy distintas.

Cuando hablamos de sexo, nos referimos a las características físicas y biológicas que vienen determinadas por la naturaleza, y a partir de éste, se nos atribuyen otras características, que conforman el género.

Cuando hablamos de género, nos referimos a un conjunto de características que por socialización, aprendemos tanto hombres como mujeres. Estas características aprendidas que nos definen como personas y construyen nuestra identidad son:

- Comportamientos y actitudes
- Valores y expectativas de vida
- Usos del tiempo y del espacio
- Apariencia y aspecto físico

*“No se nace mujer: llega una a serlo.
Ningún destino biológico, físico o económico
define la hembra humana;
la civilización en conjunto es quien
elabora ese producto intermedio entre
el macho castrado al que se
califica como femenino”.*
Simone de Beauvoir.



Si bien es cierto que en esta última categoría entran las características físicas, sabemos que no todas las características físicas vienen determinadas biológicamente, y que muchas de ellas pueden cambiarse o manipularse.

El género comprende todos estos atributos, que vamos aprendiendo e interiorizando por socialización, y que de igual manera pueden desaprenderse y modificarse. El género funciona como una estructura de poder, al igual que la clase, la etnia o la cultura. Las sociedades están organizadas a partir de determinadas dinámicas de dominio. El género sería una categoría más, que organiza jerárquicamente las relaciones entre hombres y mujeres en cada sociedad. Aceptar que el género jerarquiza la sociedad implica poner de manifiesto que el simple constructo deriva en desventajas sociales para las mujeres.

Estereotipos, roles y mandatos de género

Los estereotipos de género son todas esas ideas, creencias y mitos que asociamos de manera preconcebida a chicas y chicos. Así, justificamos comportamientos, valores, expectativas de vida...

Mujeres y hombres aprendemos por socialización diferentes maneras de ser y estar en el mundo, de comportarnos, de hacer, de transitar. Vivimos en un mundo organizado y sostenido desde la división: bien-mal, norte-sur, blanco-negro, hombre-mujer... El género persiste esta división, visibiliza y hace patente que mujeres y hombres “somos” más diferentes que similares, lo cual sigue dividiéndonos y transmitiéndose por socialización.

Reproducimos estas maneras de ser y estar, porque son las que nos han enseñado y porque salirse de ellas implica de alguna manera recibir castigo social. “Debemos ser” aquello que “se espera” por ser mujer o por ser hombre.

Además, vamos cargando con la mochila de los “mandatos”, lo que debemos ser y hacer en cada etapa de nuestra vida (por ejemplo es muy diferente cómo debemos ser en el colegio, que en un trabajo en la vida adulta). Estos mandatos también están muy diferenciados (ser cabeza de familia y proveer vs reproducción y cuidados de la familia).

¿Cómo derribamos los estereotipos y mandatos de género? Solemos negar la existencia de los estereotipos, o pensar que en nuestro día a día no tendemos a reproducirlos. Eso sería lo ideal, sin embargo, negar que existen o que los reproducimos nos dificulta el cambio. Conseguiremos librarnos de los estereotipos una vez los reconozcamos, los visibilicemos y comenzamos a desaprenderlos.



Androcentrismo

Y es que no sólo se nos socializa de manera tan diferenciada a unas y a otros, sino que además, el valor que socialmente concedemos a los atributos y características del género masculino está por encima del valor que le damos a todo lo relacionado con lo femenino.

Aquí es donde entra en juego el androcentrismo: el varón (blanco, heterosexual, caucásico, económicamente independiente y sin diversidad funcional) es el modelo de referencia universal que establece la normatividad, lo que está bien, a partir del cual se mide y se valora. Es decir, es la visión del mundo y de las cosas, desde el punto de vista teórico y del conocimiento, en la que los hombres son el centro y la medida de todas ellas, ocultando y haciendo invisible todo lo demás, entre ellas las aportaciones y contribuciones de las mujeres a la sociedad.

Una visión androcéntrica presupone que la experiencia masculina sería "la universal", la principal, la referencia o representación de la humanidad, obviando la experiencia femenina. (Palabras para la Igualdad. Biblioteca Básica Vecinal).

Se identifica lo universal y neutro con lo que en realidad es exclusivamente masculino. Conlleva la invisibilización de las mujeres y de su mundo, la negación de una mirada femenina y la ocultación de las aportaciones realizadas por las mujeres.

Patriarcado

Podemos definirlo como sistema de organización social que justifica y mantiene la dominación de los hombres sobre las mujeres en base a una supuesta inferioridad biológica.

Con origen histórico en la familia, el patriarcado se proyecta en este sistema en los puestos claves de poder y ámbitos de la sociedad (políticos, económicos, religioso, educativo, judicial, militar, etc) que se encuentran , exclusiva y mayoritariamente, en manos de varones.

Así, encontramos que todas las culturas, sociedades y comunidades
-desde las más próximas hasta las más lejanas-
el control de los recursos económicos, políticos, culturales,... están en manos masculinas.
El patriarcado es una estructura cambiante que se aloja en todas las sociedades,
adaptándose a las características de éstas y fusionándose a las mismas.

Se convierte así en un sistema, que determina y articula una organización social desigual, desde las relaciones jerárquicas de poder. **¿y que utilizan los sistemas de poder para mantenerse y perpetuarse? La violencia.** El machismo es la consecuencia directa del patriarcado: comportamientos, actitudes y pensamientos que infravaloran y violentan contra mujeres y niñas de todo el mundo.

Alicia Puleo indica que existes dos tipos de patriarcados “ el de Coerción y el de Consentimiento:

“Patriarcado de coerción”, es aquel que mantiene normas muy rígidas respecto a los papeles que deben desempeñar hombres y mujeres y cuya desobediencia puede ser castigada incluso con la muerte. Por ejemplo el caso de las mujeres en Afganistán.

“Patriarcado de consentimiento”, se dan en sociedades más avanzadas. En este caso no se encarcelará ni matará a quienes no cumplan con el rol sexual asignado, sino que será la propia persona quien busque cumplir con el “mandato de género”. Este deseo se asume como libre y propio, se conformará como el modelo de feminidad normativa que vemos en los medios de comunicación y que conforman la nueva configuración del patriarcado. Por ejemplo lo vemos en los estrictos cánones de belleza (anuncios de televisión, sobrevaloración de la juventud, mujeres superwoman que no se agotan y trabajan dentro y fuera de casa...)



Anuncio de televisión,
cánones de belleza femenina.

*“Es sabido que quien tiene el poder
es quien da nombre a las cosas
(y a las personas)”.
Celia Amorós*



Sexismo

Teoría basada en la inferioridad del sexo femenino que viene determinada por las diferencias biológicas entre hombres y mujeres. La construcción de un orden simbólico en el que las mujeres son consideradas inferiores a los hombres, implica una serie de comportamientos y actitudes estereotipados que conducen a la subordinación de un sexo con respecto al otro.

Machismo

El diccionario de la Real Academia Española (RAE) lo define como 'actitud de prepotencia de los varones respecto a las mujeres. El término "machismo" ha evolucionado en su significado. El machismo consiste en un conjunto de ideas, actitudes y comportamientos sexistas que tienen por objeto establecer o mantener el predominio de los hombres sobre las mujeres, tanto en el ámbito público como en el privado. Se da tanto en hombres como en mujeres ya que tiene un fuerte componente cultural y educativo, muy arraigado socialmente e incluso bien visto en diferentes sociedades y épocas.

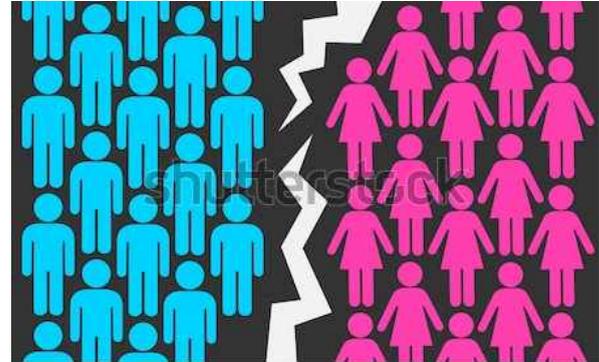
*No es en modo alguno contrario al término 'feminismo'.
Este es un error muy frecuente.*

Micromachismo

No referimos a aquellas acciones cotidianas, sutiles e incluso inconscientes que están normalizadas en la sociedad. Algunos ejemplos de micromachismo podrían ser que el camarero le ponga instintivamente la cerveza al hombre y el refresco a la mujer, aunque él sea abstemio. ○ que al ir a servicio técnico o taller de coche se dirijan al hombre asumiendo que ella no entiende de esas cosas...

Veamos ejemplos de micromachismos:

- Rosa para las niñas y azul para los niños.
- Qué suerte, tu marido te ayuda en casa.
- En el restaurante la cuenta es para él.
- Mujer invisible en el taller de coches.
- Ser madre Vs carrera profesional.
- Corres como una niña.
- Que poco femenina eres.



Misoginia

En los mitos de la antigüedad y en las religiones ya se asociaba a las mujeres con el mal y se las consideraba como 'hombres' incompletos. La misoginia se ha construido a través de los siglos como una ideología reforzada por las posiciones extremas de un gran número de personas intelectuales, artistas, legisladores/as etc. y conlleva actitudes de odio y desprecio hacia las mujeres, a las que se considera claramente inferiores y portadoras de negatividad.



*Un ejemplo son las palabras de Aristóteles:
"La hembra es hembra en virtud de cierta falta de cualidades".*

Las brujas

Cualquier mujer que gozara de cualquier tipo de independencia era considerada bruja.

La iglesia (más concretamente los inquisidores) creía que las mujeres que quedaban fuera del control masculino, o que se mantenían fuera de los roles femeninos impuestos para ellas, eran un peligro para la sociedad.

Las mujeres sin hombres, solteras y viudas, mayores de cuarenta años, podían fácilmente ser consideradas brujas, pero muchas también eran casadas, jóvenes...

Hembrismo

Sería el antónimo del machismo y no feminismo, como normalmente se utiliza tanto en el lenguaje coloquial como en los medios de comunicación. **No existe.**

Empecemos analizando el machismo al cual la RAE define como “ Actitud de prepotencia de los varones respecto de las mujeres”. Pero esto está reforzado por un sistema que lo ampara y sitúa a los hombres por encima de las mujeres, concediéndoles poder, fuerza y palabra (como hemos visto en la definición de patriarcado). Si el hembrismo es el antónimo debería existir un sistema que otorgue unos privilegios y ampare por encima a las mujeres de los hombres y **esto obviamente no existe.**

El hembrismo es un intento desesperado de desprestigiar los movimientos feministas que luchan por la igualdad.



*“ Yo no deseo que las mujeres tengan poder sobre los hombres, sino sobre ellas mismas”.
Mary Wollstonecraft*

Agentes socializadores

Para comprender por qué los estereotipos, mandatos, roles, , machismo, sexismo etc., persisten, debemos conocer los agentes socializadores que los perpetúan.

Escuela

Familia

Religión

Grupo
de iguales

Medios de
comunicación

Lo bueno es que sabiendo que a través de los agentes aprendemos y nos socializamos, también podemos desaprender y transformarlos para que éstos socialicen con otros valores.

Además reconocernos como parte de algunos de los agentes también nos hace reflexionar sobre el rol que tenemos, el referente que creamos, ... lo cual nos lleva plantearnos si reproducimos/perpetuamos o transformamos.

Un ejemplo claro lo podemos ver en los anuncios de perfumes en la televisión.

“ No estoy aceptando las cosas que no puedo cambiar, estoy cambiando las cosas que no puedo aceptar”. Ángela Davis.

Partiendo de estas premisas y entendiendo que de manera impuesta el mundo se divide en mujeres y hombres, también podemos aceptar que el mundo se nos presenta relacionada esta división, pues para poder mantenerse, todo debe estar enfocado para unas o para otros (tareas, responsabilidades, actividades, trabajos...). Si además tenemos en cuenta que el sistema es androcéntrico, aquello que está dirigido a los varones o es masculinizado, tendrá más valor en deterioro de lo feminizado o lo enfocado a mujeres (valoración social, económica, política y cultural diferenciada).

Dentro de esta división del trabajo, por un lado, los **hombres** son considerados **proveedores**, pues se les otorga ese rol, que deben cumplir con empleos productivos (trabajo remunerado y socialmente reconocido en un sistema capitalista), fuera del hogar, es decir, en el **espacio público**.

A las mujeres por otro lado, se les han asignado trabajos reproductivos: maternidad, cuidados (de la salud de la familia, de las personas dependientes de la familia, alimentación de la misma...), mantenimiento de la limpieza y orden del hogar, gestión de la económica familiar... ocupando el ámbito de lo privado. Estas tareas, que podemos llamar trabajo vital gracias al cual se sostienen los sistemas (entendiendo como sistema la familia o un país en su conjunto), asignadas tradicionalmente a las mujeres tienen una valoración negativa, a nivel social y económico.

¿Qué consecuencias tiene esta división a la hora de comenzar en el mundo laboral?

Segregación horizontal

Segregación vertical

Segregación horizontal

El género nos va construyendo, nos influye a la hora de poder potenciar unas capacidades u otras, dependiendo del género en el que se nos coloque. Por ello, mujeres y hombres “tendemos” a elegir ciertas carreras y no otras. Un ejemplo muy claro se encuentra en las aulas de magisterio, enfermería...o ingenierías. Aunque esto poco a poco va “rompiendo” la norma, debemos tener cuidado con no caer en el espejismo de igualdad, y entender que los cambios son lentos y que el paso del tiempo por sí solo no los propicia, si no que somos las personas, desde un cuestionamiento y crítica de lo establecido, quienes vamos transformando al desaprender.



Podemos plantearnos, ¿qué regalos seguimos haciendo a los niños y las niñas que tenemos en nuestro entorno? Los juguetes son clave en la socialización de la infancia y con ellos aprenden, destrezas y habilidades, desarrollan capacidades... ¿perpetuamos o transformamos?

Segregación Vertical

Las mujeres, además de tender a elegir carreras relacionadas con los cuidados y acompañamiento de otras personas (trabajos y empleos que como ya hemos visto no están valorados y son invisibilizados en este sistema patriarcal y capitalista), por imposición social y socialización, somos las primeras en abandonar, perder nuestros empleos, o nuestra promoción laboral a causa de seguir cuidando o volver a los cuidados, ya sea de manera opcional y libre (maternidad) o de manera circunstancial (cuidado de familiares dependientes).



Esto impide a las mujeres seguir ascendiendo a niveles laborales superiores (puestos directivos, cargos con responsabilidades significativas,...), concepto que comúnmente se conoce como techo de cristal.

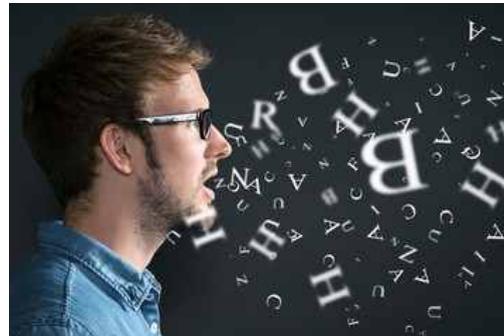
Este concepto, junto con el llamado **“suelo pegajoso”**, nos impide desvincularnos del mandato de las responsabilidades de cuidados, crianza y gestión del hogar. Algo que no se persigue erradicar como responsabilidad en sí misma, sino que es necesario una corresponsabilidad de la sociedad en su conjunto, lejos de mandatos y roles establecidos.

“Existen pocas armas en el mundo tan poderosas como una niña con un libro en la mano”.
Malala Yousafzai.

Mansplaining

Este término proviene de la palabra en inglés “man” (hombre) y “explaining” (explicando), y hace referencia a la tendencia de “algunos” hombres a explicar cosas a las mujeres. **Ojo , cosas que las mujeres ya saben, o incluso son expertas (por ejemplo hombres hablando de la menstruación o el parto) .** Algunos hombres utilizan este discurso de manera condescendiente y paternalista.

El término lo acuñó la escritora Rebecca Solnit que reprodujo una anécdota en la que un hombre se puso a explicarle de que iba el libro que ella misma había escrito.



Violencia de género

Las Naciones Unidas reconocen en 1980 cómo la violencia contra las mujeres es el crimen encubierto más frecuente del mundo. La Declaración de las Naciones Unidas sobre la eliminación de la violencia contra las mujeres define esta violencia 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 las mujeres, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se produce en la vida pública o privada"**.

La violencia que se fundamenta en la supuesta superioridad de un sexo sobre otro, que afecta a toda la organización social convirtiéndose en uno de los más graves problemas políticos y sociales de la actualidad. Sus manifestaciones son muy variadas: desde las más evidentes, los malos tratos físicos y psíquicos, realizados en el ámbito doméstico, a las agresiones sexuales, acoso sexual, violación a las más sofisticadas como la publicidad y los medios de comunicación.



Violencia familiar o doméstica

Toda forma de violencia física, sexual o psicológica que pone en peligro la seguridad o el bienestar de un miembro de la familia; recurso a la fuerza física o al chantaje emocional; amenazas de recurso a la fuerza física, incluida la violencia sexual, en la familia o el hogar. En este concepto se incluyen el maltrato infantil, el incesto, el maltrato de mujeres y los abusos sexuales o de otro tipo contra cualquier persona que conviva bajo el mismo techo.

Sororidad

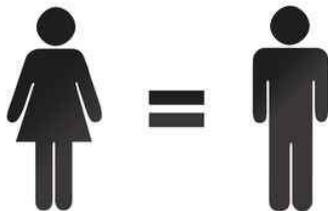
Se trata probablemente del término que con más fuerza han propagado y mimado las feministas en los últimos años. Proviene del latín "soror", "hermana" y alude a la hermandad entre mujeres. Se utiliza para referirse a la relación de apoyo y unión, contrarrestando uno de los estereotipos más arraigados, de que las mujeres son las peores enemigas de otras mujeres. Nada más lejos de la realidad. El movimiento feminista se creó y pervive como una red de relaciones entre mujeres.



Igualdad de género

Teniendo todo esto en cuenta, cuando hablamos de igualdad de género o igualdad entre mujeres y hombres, hablamos de una igualdad en oportunidades, sí, pero también una igualdad de condiciones, de trato, de derechos. Entendiendo las diversidades como algo inherente a las personas y con un valor positivo, no como un factor que genere desigualdad.

Hablamos de una igualdad de poder, no para oprimir al género opuesto, pues no es una guerra de poderes, si no poder para decidir ser, estar y transitar en el mundo lejos de las limitaciones que el género nos imponen Equipotencia, equivalencia, equifonía



El feminismo no se trata de hacer más fuerte a las mujeres. Las mujeres ya son fuertes. Se trata de que el mundo perciba esa fuerza.



4.2. IGUALDAD DE GÉNERO Y VINCULACIÓN CON LAS INJUSTICIAS SOCIALES

La igualdad de género hace referencia a la necesidad de implementar una democracia real que rompa con las injusticias sociales. Si la mitad del mundo no está en las mismas condiciones ni disfruta de los mismos derechos que la otra, no estaremos hablando de sociedades igualitarias y equitativas. Sin igualdad de derechos, oportunidades, trato y condiciones entre mujeres y hombres, niñas y niños, no hay democracia.

Por tanto es la capacidad legal, social y política de mujeres y hombres para movilizar y gestionar todo tipo de recursos en condiciones igualitarias. Sin embargo, sabemos que los mecanismos de perpetuación de la desigualdad y discriminaciones son múltiples, al igual que sus expresiones o manifestaciones: algunas son evidentemente visibles para todas y todos, pero otras, son más sutiles e invisibles. Por tanto, *¿cómo poder identificarlas en nuestra cotidianidad o en nuestra intervención educativa?*

Una de las herramientas que desde el paradigma feminista nos facilita un análisis y acercamiento de las realidades más justa, es la **PERSPECTIVA DE GÉNERO**.

Podemos definirla como categoría o herramienta de análisis e intervención que se aproxima a las realidades desde la mirada de la construcción de los géneros y las relaciones de poder entre éstos.

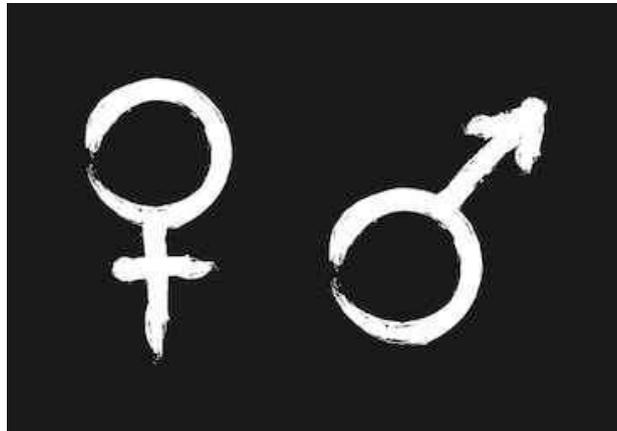
Aunque la incorporación del concepto de “patriarcado” constituyó un avance importante para explicar la situación de las mujeres en el mundo, resultó insuficiente para comprender los procesos que operan dentro de la estructura social y cultural de las sociedades. Fue con este aporte, a finales de los ochenta y comienzos de los noventa y gracias a mujeres feministas antecesoras que fueron elaborando teoría y discurso, que el concepto adquiere consistencia y comienza a tener impacto en América Latina. Entonces las intelectuales feministas logran instalar en la academia y las políticas públicas la denominada “perspectiva de género”, que se establece un marco de análisis teórico y conceptual que nos permite:

- Reconocer las relaciones de poder que se dan entre los géneros, en general favorables a los varones como grupo social y discriminatorias para las mujeres;
- Que dichas relaciones han sido constituidas social e históricamente y son constitutivas de las personas;
- Que las mismas atraviesan todo el entramado social y se articulan con otras relaciones sociales, como las de clase, etnia, edad, preferencia sexual y religión.

Por ello, cuando hablamos de perspectiva de género, no sólo hacemos referencia a este análisis, si no que nos proporciona claves para planificar acciones, intervenir y desarrollar políticas, actividades, proyectos, programas, medidas...pues al ser el género una estructura presente y determinante en todos y cada uno de los ámbitos de la sociedad, no sólo abarcamos la igualdad de

género de manera específica, con acciones y políticas concretas, si no que podemos además hacerlo de manera transversal.

La perspectiva de género además no es una categoría cerrada, sino en pleno desarrollo, que favorece el ejercicio de una lectura crítica y cuestionadora de la realidad para analizar y transformar la situación las personas. Se trata así de crear nuevas construcciones de ser a través de vínculos no jerarquizados ni discriminatorios, por lo que no está supeditada a que la adopten las mujeres ni está dirigida exclusivamente a ellas. Tratándose de una cuestión de concepción del mundo y de la vida, lo único determinante es la comprensión de la problemática que abarca y el compromiso que podemos adoptar para la transformación propia y colectiva.





4.3. VIOLENCIAS CONTRA LAS MUJERES

La herramienta más violenta que utiliza el sistema para perpetuarse es la violencia (como cualquier relación de poder o estado opresor). Así, encontramos múltiples expresiones de violencia contra mujeres y niñas, algunas más evidentes y brutales y otras, más sutiles. Todas, consecuencia de la estructura de género establecida de la que venimos hablando.

Es interesante que no sólo focalicemos la violencia en quien la ejerce como solución al problema, si no ampliar la perspectiva, visibilizando aquellas que vulneran gravemente los derechos humanos de las mujeres, para comprender como aquello que es global tiene un carácter de perpetuación o transformación local.

Feminización de la pobreza

La feminización de la pobreza es una realidad que lejos de ir solventándose, sigue siendo un gran desafío. La teoría feminista lleva tiempo poniendo de manifiesto el creciente empobrecimiento material de las mujeres, el empeoramiento de sus condiciones de vida y la vulneración de sus derechos fundamentales. La sociedad tiende a creer de manera general que la vida de las mujeres están mejorando en todo el mundo, y sus derechos van siendo cada vez menos vulnerados o violados. Sin embargo, las cifras desmienten esta idea, generada desde el *espejismo de igualdad*.

De todos los factores que pueden incidir en que una persona sea pobre, ninguno influye tanto como el género. Las mujeres son las que más sufren la desigualdad y la pobreza, en cualquier parte del mundo.

Sabemos que la pobreza va más allá de la carencia de los bienes necesarios para la supervivencia o de la insatisfacción de las necesidades fisiológicas: la pobreza es la negación de las oportunidades y elecciones esenciales para el crecimiento y la evolución vital de las personas, no sólo en relación a los medios necesarios para la supervivencia sino también respecto a la posibilidad de acceder y disfrutar de todo aquello que nos permite auto realizarnos a lo largo de nuestra vida.

Aunque es imprescindible tener en cuenta otras variables, la desigualdad y la discriminación de género han sido identificadas por las principales agencias e instituciones internacionales como uno de los principales obstáculos al desarrollo humano sostenible. Es imprescindible que tengamos en cuenta, que, las cifras e indicadores socioeconómicos nos muestran que, a pesar de los avances de las últimas décadas, y como consecuencia de la discriminación de género, la feminización de la pobreza está creciendo progresiva y alarmantemente.

Fue la investigadora Diana Pearce en 1978, con su trabajo titulado *The feminization of poverty: Women, work, and welfare*, quien acuñó este concepto. La atención de ese trabajo se centraba particularmente en la descripción, en términos estadísticos, del aumento de los hogares mero de

encabezados por mujeres en los EEUU y la correlación de ese hecho con el deterioro de sus condiciones de vida, en términos de pobreza (por ingresos). De acuerdo con Diana Pearce: “Mientras que muchas mujeres son pobres porque viven en hogares pobres encabezados por varones, un creciente número de mujeres (se) están empobreciendo por propio derecho”. Partiendo de esta base, analiza la posición



desigual en que las mujeres se encuentran ante la posibilidad de obtención de ingresos, algo que hoy en día sigue siendo una realidad: las mujeres reúnen las condiciones que pide el nuevo mercado laboral global: personas flexibles, con gran capacidad de adaptación, a las que se pueda despedir fácilmente, dispuestas a trabajar en horarios irregulares o parciales, a domicilio, etc.

Cuando hablamos de feminización de la pobreza, hablamos de un proceso y no de un estado de cosas en una coyuntura particular. Este concepto pone de manifiesto que la pobreza tiene y tiende a tener rostro de mujer.

Las causas de la feminización de la pobreza nos ayudarán a entender este proceso:

1. El predominio y aumento progresivo de las mujeres en la población pobre.
2. La falta de acceso a recursos, crédito, tierras y la discriminación legal, política, cultural y religiosa, además de la disparidad en el nivel de ingresos económicos y la brecha salarial.
3. Rol reproductivo asignado (mujeres como gestoras del hogar), lo que mantiene a las mujeres en el ámbito privado, lejos de empleos remunerados y socialmente valorados.
4. Menor acceso de las niñas a la educación y la segregación horizontal, además de la vertical (techo de cristal).
5. Las causas de pobreza no se analizan con perspectiva de género, lo que conlleva un sesgo de análisis que dificulta la intervención y la erradicación.

Según datos de Naciones Unidas, el 60% de las personas que pasan hambre en el mundo de forma crónica son mujeres y niñas. Ellas constituyen dos terceras partes de los casi 800 millones de personas analfabetas (y esta cifra no ha cambiado en las últimas dos décadas), ingresan de media un 60% menos que los hombres, poseen menos de un 20% de la tierra cultivable (a pesar de que más de 400 millones de agricultoras producen la mayoría de los alimentos que se consumen en el mundo) y sólo un 50% de las mujeres en edad de trabajar tienen un empleo, frente al 77% de los hombres.



4.4. FEMINISMO Y EMPODERAMIENTO FEMINISTA

Es importante hablar de feminismo. En su doble dimensión, como movimiento social y como teoría política con más de tres siglos de andadura, revisa y cuestiona cada teoría y práctica, que se elabora desde una perspectiva patriarcal. Supone uno de los efectos reflexivos de la modernidad que más ha contribuido al progreso social y político en los últimos siglos, entendiendo el desarrollo humano más allá de lo económico o lo tecnológico.

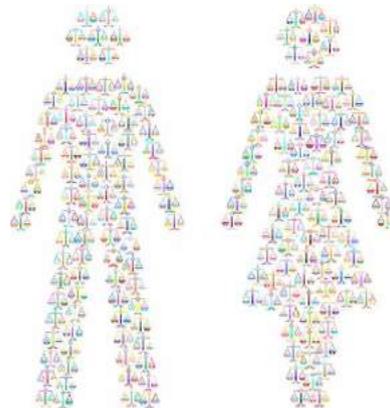
Sabemos que el feminismo no es lo contrario al machismo, pero es la única herramienta que lo combate, pues ensancha los límites políticos y económicos de las democracias, al reivindicar para la mitad de la sociedad la ciudadanía social y política.

Como una ciencia más que analiza, estudia y elabora contenido, el feminismo puede definirse (según Celia Amorós) de la siguiente manera:

Entendemos por feminismo, de acuerdo con una tradición de tres siglos, un tipo de pensamiento antropológico, moral y político que tiene como su referente la idea racionalista e ilustrada de igualdad entre los sexos".

Y es que sin la perspectiva de género que el feminismo aportó como herramienta de análisis e intervención, las realidades se antojan pobres e injustas al obviar que independientemente del lugar geográfico, etnia, cultura, religión o clase social, las realidades de mujeres y hombres son y están muy diferenciadas.

Es importante hablar de feminismo en positivo: como nos cuenta Rosa Cobo, “ha puesto de manifiesto aquellas cuestiones morales y existenciales ocultas desde y por los mecanismos de las instituciones modernas patriarcales y las ha llevado al debate público (sufragio, aborto, sexualidad, reproducción, invisibilidad de la economía doméstica, violencias,...). Este proceso de ampliación de la democracia ha sido posible porque el feminismo ha hecho de la lucha contra la discriminación y de las vindicaciones de igualdad entre mujeres y hombres los pilares que lo definen”.



Es importante hablar de feminismo, pues también nos aporta y facilita la herramienta del empoderamiento, definido como proceso mediante el cual las mujeres, individual y colectivamente, toman conciencia sobre cómo las relaciones de poder operan en sus vidas, adquiriendo autoconfianza, autoestima y la fuerza necesaria para cambiar las desigualdades de género en el hogar y la comunidad a nivel local, nacional e internacional. Pasan de ser víctimas de situaciones de desigualdad y violencia, a posicionarse en el mundo como sujetos políticos que denuncian, inciden y reivindican una igualdad y justicia real.

El feminismo es una forma de vivir individual y de luchar colectivamente.
Simone de Beauvoir



Si quieres saber más sobre el paradigma feminista, sus olas, corrientes, autoras,... ¡consulta la bibliografía que adjuntamos al final de la guía!



5. TALLER DE EDUCACIÓN EMOCIONAL DESDE LA EQUIDAD DE GÉNERO EN EL AULA

El taller que presentamos a continuación, se ha estructurado atendiendo a las necesidades del alumnado de 1º de ESO y en coordinación con el equipo de orientación y el profesorado tutor/a del alumnado con el que se ha trabajado.

El taller se divide en cuatro sesiones de una hora de duración, y cada sesión está relacionada con una competencia emocional a trabajar.

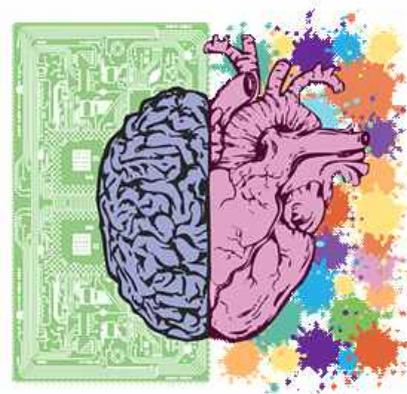
La competencia emocional se divide en dos partes:

Competencias intrapersonales

- Conciencia Emocional
- Regulación Emocional
- Autonomía Emocional

Competencias interpersonales

- Habilidades socioemocionales
- Habilidades de vida y bienestar



Según esta división, hemos repartido las actividades por sesiones. Aunque cada una se representa de forma separada, debemos contemplarlos de forma holística, ya que las competencias están relacionadas entre sí.

OBJETIVOS PEDAGÓGICOS:

- Adquirir una adecuada conciencia de las emociones propias y ajenas en situaciones de desigualdad de género.
- Favorecer el desarrollo de estrategias para la regulación emocional.
- Desarrollar un conocimiento ajustado de uno mismo y una autoestima positiva.
- Enseñar habilidades sociales para cooperar y trabajar en equipo.
- Adquirir habilidades para comunicarse de manera asertiva.
- Aprender a ponerse en el lugar del otro desarrollando la empatía.
- Proporcionar estrategias para resolver conflictos de manera constructiva y desde la equidad de género.
- Identificar e interpretar el lenguaje no verbal.

5.1 SESIÓN 1. CONCIENCIA EMOCIONAL

Objetivo: Se trata de identificar los distintos tipos de emociones , nuestros y en las demás personas, así como el significado de las esas emociones.

Contenidos:

Conocimiento de las propias emociones.

Adquirir un vocabulario emocional.

Conocimiento de las emociones de las demás personas.

Interacción entre lo que sentimos (emoción), lo que pensamos (cognición) y cómo nos comportamos.

Teoría.

¿Qué es la Inteligencia Emocional?

“Definimos la Inteligencia Emocional (IE) como la capacidad de entender, reconocer nuestros sentimientos y los sentimientos de los demás, así como el conocimiento para manejarlos”.



EMOCIONES BÁSICAS O PRIMARIAS:

Las emociones son respuestas o reacciones fisiológicas que genera nuestro cuerpo ante situaciones o cambios que se dan tanto en nuestro entorno como en nosotros mismos. Estas emociones son innatas.

Alegría

Tristeza

Ira/enfado

Miedo

Asco

Sorpresa

EMOCIONES SECUNDARIAS.

Las emociones secundarias son más complejas, por lo que requieren un cierto grado de desarrollo cognitivo en la persona para ser elaboradas. También llamadas emociones sociales, puesto que surgen en contextos de relación con otras personas, es decir están muy influenciadas por los aprendizajes y los procesos de socialización.

Culpa

Vergüenza

Orgullo

Celos

¿Podríamos vivir sin emociones?

¿Es necesario la tristeza o la ira, es decir, las emociones negativas para vivir?

Dinámicas:

Dinámica 1 de presentación: "Me llamo...y soy".

Tema: Autoconocimiento, autoestima, habilidades sociales (saber presentarse, hablar en público, resolver el miedo, ayudar a otras personas)

Objetivo: Saber hablar ante un público y valorar positivamente cualidades personales.

Metodología: El alumnado responde a las siguientes preguntas en una ficha:

- Me llamo:
- Mis cualidades son:
- Dibujo que me represente:

Cuestionario de Educación Emocional

Dinámica 2. ¿Qué emociones conocemos?

Tema: Emociones básicas.

Objetivo: Aumentar el conocimiento sobre la Inteligencia Emocional y cuáles son las emociones básicas.

Metodología: Les preguntamos qué emociones conocen. Podemos guiarlos preguntándole si han

visto la película “Del revés” y empezamos a hablar de que existen 6 emociones básicas:

- Ira.
- Miedo.
- Tristeza.
- Alegría.
- Asco.
- Sorpresa.

A continuación les preguntamos que pongan un ejemplo de cada una de ellas.

En nuestra vida diaria, en las vivencias, siempre nos surgen emociones, sentimientos. Muchas veces no nos damos cuenta pero están ahí. Constantemente estamos pensando, estamos sintiendo algo...

Dinámica 3. Distintas emociones.

Tema: Distintas emociones.

Objetivo: Aprender a identificar emociones. - Saber identificar qué emociones estamos sintiendo en cada momento.

Metodología: Se les explica que cada día sentimos distintas emociones; una emoción surge a consecuencia de otra anterior, y surge en función de la valoración que se haga de esa emoción anterior. Algunas emociones son positivas (alegría, seguridad, felicidad...) y nos hacen sentir bien, y otras son negativas (odio, miedo...) y nos hacen sentir mal. No debemos anular las emociones negativas, porque nos dan información.

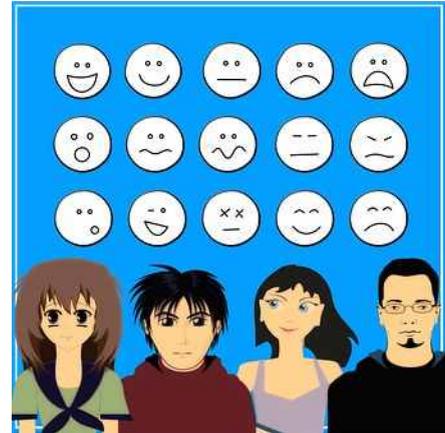


5.2. SESIÓN 2. REGULACIÓN EMOCIONAL “Asertividad y emociones”

Objetivo: Se trata de saber responder de manera adecuada a las emociones que tenemos y que son emocionalmente intensas como son el estrés, frustración, cansancio, miedo, inseguridad...

Contenidos:

- Estrategias de regulación emocional: diálogo interno, reestructuración cognitiva.
- Regulación de sentimientos e impulsos.
- Asertividad.
- Estilos de comunicación.
- Resolución de conflictos



Teoría.

Lenguaje verbal - No verbal

Asertividad

Estilos de comunicación asertiva

La asertividad es la capacidad de defender nuestros derechos y dar nuestra opinión sin ofender y teniendo en cuenta a los demás.

Estilos de comunicación asertiva.

PASIVO

AGRESIVO

ASERTIVO



ASERTIVA	AGRESIVA	PASIVA
"Tu tienes derecho, yo tengo derecho"	"Yo tengo derecho, tú..."	"Tú tienes..."
Directa, firme "¿Cómo crees que podríamos..."	Impone, interrumpe "Deberías hacer..."	Vacilante, cortada, "No te molestes..."
Mirada directa y franca. Gesto firme. Postura relajada. Voz sin vacilación, adecuado	Mirada fija. Gestos amenazantes. Postura hacia delante. Volumen de voz elevado.	Rehúye la mirada. Movimientos nerviosos. Postura recogida. Volumen bajo.
Relaciones positivas. Resuelve problemas.	Viola derechos. Crea tensión.	No consigue los objetivos. Pierde oportunidades. Conflictos personales.



Dinámica 4. Test de estilo de conducta.

Tema: Estilos de comunicación y conducta.

Objetivo: Reconocer los estilos de comunicación y resolución de conflictos.

Metodología: Después de explicar el concepto de asertividad se les reparte al alumnado un test para medir la asertividad en el alumnado.

Se les explica que lo rellenen como los test que ven en las revistas y así pueden ver cómo es su forma de resolución de conflictos y su estilo de conducta.



Dinámica 5. Técnica del paraguas.

Tema: Resolución de conflictos con asertividad.

Objetivo: Conocer y darse cuenta del estilo que el alumnado adopta a la hora de solucionar un conflicto grupal.

Metodología: La dinámica consiste en seleccionar un mínimo de seis alumnados, para que en grupos de tres lleven a cabo la actividad. Se pide al alumnado que se presenten voluntario, que salgan fuera del aula y se les explica al resto de participantes el concepto de asertividad y los tipos de comunicación que una persona puede adoptar.

El alumnado que queda dentro del aula actúa como personas observadoras y deben valorar los tres estilos de comunicación asertiva del alumnado voluntario rellenando una ficha de

observación. Una vez explicada la dinámica, entran a la sala los tres primeros voluntarios/as mientras el resto permanece fuera. Se les pide que elijan una silla donde sentarse y que cojan el sobre que haya encima de dicha silla para que lo lean sin que lo sepan el resto de compañeros/as.

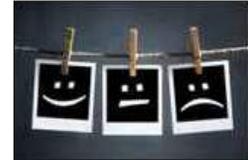
Una vez que los/as tres voluntarios/as han leído el sobre, se les recoge y se les pide que actúen según en consideración del texto que han leído. Pasamos al momento de valorar la clase de asertividad que poseen los/las participantes. Finalizado el desarrollo de la dinámica, se lleva a cabo un debate sobre los distintos comportamientos de las personas voluntarias.

5.3. SESIÓN 3. AUTONOMÍA EMOCIONAL: AUTOCONTROL Y AUTOCONCEPTO

Objetivos: Trabajar la confianza en nosotros/as mismos/as, autoestima, pensar positivamente, automotivarnos, tomar decisiones de manera adecuada y responsabilizarnos de forma relajada y tranquila.

Contenidos:

- Autoconocimiento. Valoración positiva de las propias capacidades y limitaciones.
- Auto-concepto.
- Autoestima.
- Escucha activa.
- Detectar situaciones de desigualdad de género en nuestro entorno.
- Responder de manera adecuada a situaciones que nos sentimos incómodos desde una perspectiva de género.



Teoría:

Autoconcepto es una parte importante de la autoestima. Para aportar una primera pincelada, podemos decir que: El Autoconcepto es el concepto que tenemos de nosotros/as mismos/as.

En primer lugar, una persona es la que cree ella misma que es, este aspecto se considera como autoconcepto.

En segundo lugar, la que las otras personas creen que es; y por último, la que realmente somos,

denominada autoconocimiento.

Para ver la relación que tienen el Autoconcepto y la Autoestima daremos una definición sencilla de ambos términos.

¿Qué es el Autoconcepto?

El autoconcepto es la suma de creencias de una persona sobre sus cualidades personales. Lo que la persona sabe de sí misma y lo que cree que sabe. **Este concepto de sí mismo/a lo vamos formando a lo largo de nuestra vida.**

Es la interpretación de nuestras emociones, conducta y la comparación de la misma con la de otra persona.

¿Qué es la Autoestima?

Una vez que hemos formado un autoconcepto coherente de nosotros/as mismos/as, entonces construimos nuestra autoestima.

La autoestima es básicamente cómo nos sentimos con nosotros/as mismos/as.

Según nuestro **autoconcepto** nos podemos sentir con falta de valía o por el contrario muy válidos.

La autoestima está determinada por el concepto que tenemos de nuestro yo físico. Qué se compone de varios ámbitos: el ético o moral, **el personal, el familiar, el social, la identidad, la autoaceptación, el comportamiento...**

La suma del Autoconcepto y la Autoestima nos lleva al concepto que tenemos de nosotros mismos. Es una **visión de nuestra persona y esta visión va modificándose a lo largo de la vida en función de las experiencias, las circunstancias y el contexto que nos rodea.**

Dinámica 6. Conocimiento de uno/a mismo/a.

Tema: Autoconcepto, autoestima y autonocimiento.

Objetivo: Trabajar el autoconcepto, la autoestima y el autoconocimiento del alumnado y diferencia por sexos.

Metodología: El alumnado debe leer y anotar al menos tres adjetivos que piensen que su madre, padre, amigos/as y ellos y ellas mismos/as destacarían.

Dinámica 7. Te escucho, argumento.

Tema: Desarrollar una actitud de escucha y respuesta mutua.

Objetivos: Desarrollar competencias emocionales de comunicación y detectar situaciones sexistas.

Metodología:

Se explicará la finalidad de esta actividad que consiste en poner en práctica la escucha activa.

- Se plantea un tema para su debate. En este caso planteamos “Las chicas tenemos instinto maternal por ser mujeres y les gustan los niños pequeños”.

Sobre el que cada alumnado ha de adoptar una posición: en contra o a favor de lo propuesto, o adoptar una posición neutral.

Quienes mantengan una posición, sea a favor o en contra, se sitúan en una pared de la clase, quienes defiendan la posición contraria en la pared opuesta, y aquellas personas que están en una posición intermedia se quedan en medio de la clase. Es importante que el alumnado definan su posición y que el grupo de neutrales sea significativamente menos numeroso que los otros dos.

alumnado definan su posición y que el grupo de neutrales sea significativamente menos numeroso que los otros dos.

- Cuando ya se han definido se forman grupos de 6 o 7 personas, integrados por representantes de las tres posturas. El/la representante de la postura neutral actuará de observador de la interacción.

Se les dan las siguientes instrucciones:

Entre todos/as debéis discutir la cuestión propuesta, cada un/a exponiendo sus razones pero intentando convencer a los demás; sobre todo a aquellas personas que mantienen una postura contraria a la tuya. Podéis usar los argumentos que queráis pero debéis respetar esta norma: antes de aportar tu argumento debes resumir lo que ha dicho la otra persona y ella estar de acuerdo con tu resumen. Sólo entonces puedes decir tu opinión y expresar cómo, en qué o porqué estás o no de acuerdo.

La persona observadora (puede ser la facilitadora) debe hacer que se cumplan las reglas; interrumpirá si se habla sin resumir antes y garantizará que el resumen satisfaga a quien

habló primero.

- Transcurridos de 15 a 20 minutos, se pasa a una puesta en común de lo sucedido en cada grupo. Se informa de lo que ha sucedido en cada grupo, especialmente de si se ha cumplido la regla de no interrumpir a las demás personas cuando están exponiendo y si se han respetado los turnos de palabras. Asimismo, refieren si han tenido que interrumpir con frecuencia para recordar que se hiciera el resumen de lo dicho por el compañero/a que ha intervenido anteriormente.

5.4. SESIÓN 4. COMPETENCIAS PARA LA VIDA Y EL BIENESTAR. EDUCACIÓN EMOCIONAL Y GÉNERO

Objetivo: Fomentar habilidades, actitudes y valores para organizar la vida de manera sana, equilibrada y en equidad de género.

Contenidos:

- Estereotipos y Roles de Género.
- Educación Emocional diferenciada.
- Mandatos de Género.
- Aprendizajes emocionales diferenciales.
- Generación de experiencias óptimas en la vida.

Teoría:

¿Se nos educa de la misma manera a los chicos que a las chicas?



Educación emocional diferenciada (Exigencias estereotipos de Género)

ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

CHICAS



Inferior, frágil, emocional y vulnerable



- Cuidadora del bienestar ajeno.
- Predispuesta al amor, la entrega y la renuncia.
- Tiene que ser bella.
- La maternidad como sinónimo de madurez y felicidad.

CHICOS



Racional, autosuficiente, controlador y proveedor



- Tener poder y éxito.
- Audaz y resolutivo.
- Seguro y confiado.
- No cuestionarse a sí mismo, las normas y los ideales grupales.

Cuando hablamos de Inteligencia Emocional y Género, tenemos que pensar que:
NO SE NOS ENSEÑA A VIVIR DE LA MISMA MANERA.

MANDATOS DE GÉNERO

HOMBRE

Ser importante: tener éxito, ser respetado y ganar mucho dinero.

Ser fuerte: implica competir con otros hombres para demostrar sus capacidades.

Ser autosuficiente y valiente:

No tener miedo y si lo siente ocultarlo.

No expresar emociones, menos confianza y seguridad en sí mismo.

Ser agresivo y audaz.

Respetar la jerarquía y la norma.

MUJER

Ser para otros: Su valía está en su capacidad de entrega y servicio a los demás.

Ser incompleta: Necesidad de un hombre para completar su identidad.

Ser vulnerable: Debe mostrar fragilidad y necesidad de apoyo.

Ser obediente: Tranquila y dispuesta a cumplir las normas.

Ser madre: La maternidad como sinónimo de madurez y felicidad.

Ser bella y atractiva.

Ser respetable: La sexualidad y el cuerpo femenino es un santuario y debe ser protegido y cuidado.

Dinámica 8. Qué significa hacer algo “como una niña”.

A continuación se visualiza el siguiente vídeo.

<https://www.youtube.com/watch?v=RqbAhmBiTio>

Objetivos: hacer consciente al alumnado de los estereotipos de género y los micro-machismos que tenemos a nuestro alrededor. Expresiones “como una niña” conllevan una concepción negativa. Es algo malo, una especie de insulto que baja la autoestima de las chicas.

Explicación vídeo.

Durante la transmisión del Super Bowl 2015 la empresa Always presentó un comercial, en el cual se pregunta “¿Qué significa hacer algo como una chica?”

Se trata de un estudio que muestra la **percepción que tienen las personas adultas y niños/as sobre hacer algo 'como una niña'**. A un grupo de personas adultas (hombres y mujeres) se les realiza una serie de preguntas y tienen que contestar gráficamente. La primera pregunta es ¿muéstrame cómo es correr como una niña? Por los resultados da la impresión de que las niñas no saben correr.

La segunda pregunta es “muéstrame como es pelear como niña. Los/as participantes

deben mostrar cómo creen que pegan las niñas, sorprende que tanto hombres como mujeres tengan la misma percepción mala y ridícula de las capacidades de las niñas. La tercera pregunta es: Muéstrame como lanza una niña. De nuevo parece que las niñas no saben lanzar y no tienen fuerza.

En la segunda parte del proyecto participan niñas a las que se les pregunta por las mismas cuestiones, deben mostrar cómo corren, pegan y lanzan las niñas. Se aprecia claramente que las personas adultas y los/as niños/as tienen una percepción distinta de lo que es **“hacer algo como una niña”** las niñas participantes muestran su habilidad para correr, pelear o lanzar una pelota. En ningún caso las demostraciones se parecen a las que han realizado las personas adultas.

Posteriormente se pregunta a una niña: ¿Qué significa para ti que te diga que corras como una niña? La respuesta de la niña es: que debo correr lo más rápido que pueda. La pregunta que nos plantea este video es ¿en qué momento hacer algo como una niña se convirtió en un insulto?

Abrimos un debate con el alumnado quienes indican su opinión.

A continuación se trabaja el concepto de machismo y los micromachismos.

- El **machismo** se manifiesta mediante los roles de género estereotipados.

Ejemplos de frases que reflejan estereotipos machistas:

- «Los niños no lloran.»
- «Dile a tu madre que te limpie esta camisa.»
- «Las mujeres no saben conducir.»
- «Esta chica es una estrecha.»
- «Los chicos son muy agresivos.»

Se les pregunta donde se dan los micromachismo?

Veamos los agentes socializadores que nos influyen:



Dinámica 9: vídeo “Esta chica critica las camisetas de chicas y chicos”

Para finalizar visualizamos el siguiente vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=0r4u5iMNTfk>

Tema: Sexismo en las tiendas de ropa.

Objetivos: Hacer reflexionar al alumnado sobre el sexismo.

Metodología: Visualización del vídeo y cumplimentar la ficha “Veo, pienso y me pregunto”.

Daisy una niña de 12 años cuestiona los distintos mensajes que aparecen en las camisetas, en función de si éstas son para niñas o para niños. A los niños se les invita a cumplir sus sueños, a vivir aventuras y a ser héroes; mientras que a las niñas se les dice “Hey!”.

Explicación vídeo:

La pequeña **Daisy Demonds**, una niña inglesa de 8 años, se ha convertido en la imagen del

momento con un vídeo que ha dado la vuelta al mundo.

Sus críticas hacia los **mensajes sexistas** de la tienda de ropa **Tesco** se han hecho virales al ser compartidas por sus padres a través de las redes sociales.

En el vídeo, Daisy muestra su indignación ante los **lemas sexistas** que mostraban las camisetas de una tienda. "Hey", "Bella", "Me siento fabulosa", eran los lemas que mostraban las prendas de la sección de chicas. Mientras, las camisetas de niños lucían frases como "La aventura del desierto espera", "Piensa más allá", "Héroe".

"No lo encuentro inspirador, ¿qué parte de 'Hey' es la que mola? No lo entiendo. Mira, los chicos tienen 'Piensa más allá', que significa, sé aventurero, vive tus propios sueños... pero, insisto, 'Hey', ¿qué significa? ¿Acaso inspira algo?", critica Daisy en el vídeo que cuenta ya con más de **1,2 reproducciones** a través de Facebook.



5.5 CHARLAS DEVOLUCIÓN DE EXPERIENCIA

Las charlas devolución se realizan una vez finalizado el Taller de Inteligencia Emocional con Perspectiva de Género. Primeramente se hace un repaso de los contenidos trabajados anteriormente en el taller y después se trabajan dinámicas llamadas “Rutinas de pensamiento”. En esta actividad nos centramos en el uso de la educación emancipadora y el pensamiento crítico activo, mediante técnicas llamadas “Rutinas del pensamiento”.

Las rutinas de pensamiento son unos instrumentos que se utilizan en el aula y que contribuyen a generar unos movimientos de pensamiento crítico. Son estructuras con las que el alumnado, de una manera individual o colectiva, inician, discuten, gestionan su pensamiento a la vez que descubren modelos de conducta que permiten utilizar la mente para generar pensamientos, reflexionar y razonar. Son estrategias breves y fáciles de aprender que orientan el pensamiento de los/las estudiantes y dan estructura a las discusiones de aula. Esta técnica facilita y cuestiona pautas de comportamiento normalizadas y promueve la sensibilización del alumnado ante situaciones que les son ajenas.

Metodología:

Primeramente se le pregunta al alumnado ¿Por qué existe la desigualdad en el mundo?

Se puede comenzar con la siguiente introducción: Por desgracia vivimos en un mundo de desigualdades en el que no toda las personas tienen las mismas oportunidades, algo que podemos observar a diario. La educación para los hijos e hijas es fundamental, pero el acceso a ésta varía dependiendo de los recursos económicos disponibles y del contexto social en el que se habita. A pesar del auge que ha habido de la clase media con el desarrollo del estado del bienestar hoy parece que iniciamos un camino hacia la polarización de las clases sociales.

Con los años algunas personas pierden las esperanzas de tener acceso a los estudios superiores. Entre varios motivos existe la necesidad de conseguir trabajo que ayude a obtener los ingresos necesarios para llegar a fin de mes. Los trabajos poco cualificados demandan cada vez más tiempo por una baja remuneración lo que restan capacidad de dedicación a los estudios. Y con ello se inicia una espiral que solo logra agudizar aún más la desigualdad.

Continuamos ese debate enlazando con la dificultad del acceso a la educación para niños y niñas de otros países.

Dinámica 10. Tres, dos, uno, puente.

Tema: Desigualdades en el mundo

Metodología: Se usa para adquirir nuevas informaciones, construimos un puente entre lo nuevo y los conocimientos previos del alumnado. Activa el conocimiento previo y establece conexiones con el nuevo aprendizaje. Es lo que se denomina el aprendizaje significativo.

Con lo comentado en el debate inicial de las desigualdades en el mundo deben escribir 3 ideas, 2 preguntas y 1 metáfora.

Para analizar la evolución de su idea, en parejas comparten su pensamiento inicial y reflexionan cómo y por qué ha cambiado tras la explicación recibida, haciendo visible su pensamiento serán capaces de encontrar los aspectos más interesantes de cada idea. Después se comparten las ideas con el resto de la clase, fomentando el respeto, la escucha y la reflexión en el aula.

Dinámica 11. Veo, pienso y me pregunto .

Tema: Acceso a la educación.

Metodología: Visualización de los vídeos y cumplimentar la ficha “Veo, pienso y me pregunto”.

Vídeo 1. “Camino y sierra, Ecuador”.

Se visualiza el vídeo y se le puede ayudar dando las siguientes indicaciones en modo resumen.

- En este vídeo se puede observa como niños y niñas caminan durante más de dos horas para llegar hasta la escuela.
- Se levantan a las 4 o 5 de la mañana.
- Caminan por la carretera, por caminos de tierra, con frío, lluvia o sol.
- Los más pequeños/as tienen dificultades para ir al a escuela y se quedan en casa.
- Malos caminos por falta de recursos económicos e inversión del estado en transporte escolar.
- No hay transporte escolar.

Vídeo 2. “Costa. Isla Muisne. Ecuador”.

Explicar que en la Isla de Muisne (Ecuador) en abril de 2016 hubo un terremoto de alta magnitud. De entre las consecuencias destacar que más de 17 mil personas fueron evacuadas y más del 70% de las casas fueron destruidas (escombros). Fue y es declarada zona de riesgo.

Como consecuencia de ese terremoto a día de hoy en el vídeo nos cuentan las siguientes dificultades para asistir al colegio.



6. BIBLIOGRAFÍA

- Allés Arandiga, A y Valles Tortosa, C. Editorial: Escuela Española. Autoconcepto y Autoestima en Adolescentes. Programa de Autoconcepto y Autoestima
- Bisquerra Alzina R (Coord.) (2010). La educación emocional en la práctica. Colección Cuadernos de Educación (Nº 60). Barcelona: I.C.E. Universitat de Barcelona.
- Bisquerra R (Coord.) ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu; 2012. Accesible en URL: <http://faros.hsjdbcn.org/es>
- Cobo Bedía, Rosa. *Aproximaciones a la teoría crítica feminista*. Boletín del Programa de Formación Nº 1. CLADEM. 2014
- Consejería de Asuntos Sociales de la Junta de Andalucía. *II Plan Andaluz sobre Drogas y Adicciones 2002-2007*. Sevilla: Consejería de Asuntos Sociales, 2001.
- Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales. *IV Plan Andaluz de Salud*. Sevilla: La Consejería; 2013.
- Consejería de Salud. *II Plan Integral de Salud Mental de Andalucía 2008-2012*. Sevilla: La Consejería; 2008.
- Delors J. (1994). Los cuatro pilares de la educación. En: *La Educación encierra un tesoro*. México: El Correo de la UNESCO, pp. 91-103.

- Devaney E, O'Brien MU, Resnik H, Keister S, Weissberg RP. Sustainable schoolwide social and emotional learning (SEL): Implementation guide and toolkit. CASEL: Chicago; 2006.
- DfES. Excellence and enjoyment: social and emotional guide and toolkit (SEAL). London: Primary National Strategy; 2005
- Gardner H. Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica. Barcelona: Paidós; 1993.
- Generalitat Valenciana, 2005. Programa de Educación Emocional para la Prevención de la Violencia. 2º ciclo ESO
- Gipuzkoa Berrikuntza Lurraldea. Inteligencia Emocional . Educación Secundaria Obligatoria 1º ciclo.
- Goleman D. Emotional Intelligence. New York: Bantam Books; 1995
- Varela, Nuria . *Feminismo para principiantes*.

Este manual es el resultado de la contribución del alumnado de 1º de ESO del IES Capellanía de Alhaurín de la Torre , quienes con sus inquietudes, comentarios y dinámicas trabajadas han dado forma a los contenidos desarrollados en este manual. También agradecemos al centro educativo su disponibilidad de los espacios y su implicación en el desarrollo de las actividades desarrolladas en el Taller de Inteligencia Emocional desde una Perspectiva de Género. Al centro de psicología AVANZA , agradecemos su asesoramiento en contenidos relacionados con la Inteligencia Emocional.

Este proyecto está financiado por Diputación de Málaga en la convocatoria de Educación para el Desarrollo de 2017 con título "150 alumnos/as del IES Capellanía de Alhaurín de la Torre (Málaga) aumentan su consciencia en relación a las causas y consecuencias de las desigualdades de género y mejoran su comprensión en relación al modelo de globalización, a través del desarrollo de una Inteligencia Emocional".

Entidad desarrolladora: Asociación por la Paz y el Desarrollo.

Fotografías:
Thomas Cristofolletti
Salvador Enrich
Walter Vizcaya
Virginia Marchante
Morena Pérez Joaquín

Obra protegida bajo licencias creative commons.
En cualquier explotación de la obra hará falta incluir la autoría.
La explotación de la obra queda limitada a usos no comerciales.



www.pazydesarrollo.org
pazydesarrollo@pazydesarrollo.org

