

# Guía de educación emocional con perspectiva de género para el fomento de una transformación social y globalizada



GENERALITAT  
VALENCIANA

Vicepresidència Segona i  
Conselleria de Serveis Socials,  
Igualtat i Vivenda



Paz & Desarrollo



**Elaboración original:** 2019

**Rediseño y maquetación:** 2023, por Fàbrica Gràfica Coop. V.

**Edición:** Paz y Desarrollo

**Financiación:** Dirección General de Inclusión y Cooperación al Desarrollo de la Generalitat Valenciana.

© Paz y Desarrollo, 2023

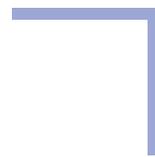
Esta guía se puede copiar y distribuir en cualquier medio o formato, siempre y cuando se reconozca y referencie adecuadamente la autoría y destine su uso exclusivamente con propósito pedagógico, didáctico y afines. Por lo tanto, queda prohibida rotundamente su reproducción con fines económicos.

Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Generalitat Valenciana. El contenido de dicha publicación es responsabilidad exclusiva de Paz y Desarrollo y no refleja necesariamente la opinión de la Generalitat Valenciana.

# ÍNDICE

- I. Presentación de la guía **4**
2. Introducción **6**
3. De la Inteligencia Emocional a la Educación Emocional **7**
4. Inteligencia Emocional y Género **10**
5. Bloques temáticos **11**
6. Metodología por sesiones:
  - 6.1. Sesión 1 **12**
  - 6.2. Sesión 2 **16**
  - 6.3. Sesión 3 **18**
  - 6.4. Sesión 4 **20**
  - 6.5. Charla devolución **24**
7. Conclusiones **26**
8. Bibliografía **32**

# 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.

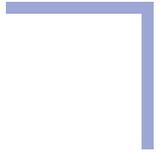
Cuando hablamos de desigualdades, es importante tener en cuenta que no todas derivan de las mismas causas, y por tanto, intervenir para la erradicación de las mismas conlleva diferentes procesos, enfocados desde diferentes prismas.

Esta guía contempla tres 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 en los ordenes personal y 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.



## 2. INTRODUCCIÓN

En este documento podrás encontrar el material y herramientas que se ha trabajado durante las formaciones en el aula para el aumento de las habilidades sociales desde una perspectiva de género.

Con esta guía, se trata de sensibilizar al alumnado participante en la detección de conductas inadecuadas dotando de herramientas y conocimientos emocionalmente positivas. Así, como promover la sensibilización de la juventud ante los cambios que se dan en la sociedad y mejorar el entendimiento de las relación norte-sur.

Desde una perspectiva integradora de la educación cada vez hay más voces que manifiestan la necesidad de dar instrumentos, herramientas y recursos a los niños y niñas, que les permitan crecer en una sociedad globalizada que deben dar respuesta a un contexto multicultural por lo que el trabajo en Inteligencia Emocional se hace imprescindible para hacer frente a una sociedad cambiante y sepan adaptarse a ella incluyendo una perspectiva de género integradora y globalizada.

Al incorporar el desarrollo de las competencias emocionales el fin es dar a conocer recursos, herramientas y proporcionar ocasiones para ponerlos en práctica, de tal manera que se pongan en marcha procesos de autorregulación emocional y de crecimiento personal, entendiendo la autorregulación como una mirada y un diálogo internos continuos que permite aprender lo mejor que hay en uno mismo.

Los contenidos desarrollados en esta guía de Educación Emocional desde una perspectiva de género tratan de conectar y gestionar las propias capacidades hacia uno/a mismo/a y hacia el grupo de iguales con el que se relacionan todos los días, capacitan al alumnado a romper los estereotipos de sexos y formar jóvenes conscientes que se enfrentan a una realidad donde la violencia de género y las actitudes machistas están a la orden del día.

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 sexo como mejora de la convivencia escolar.

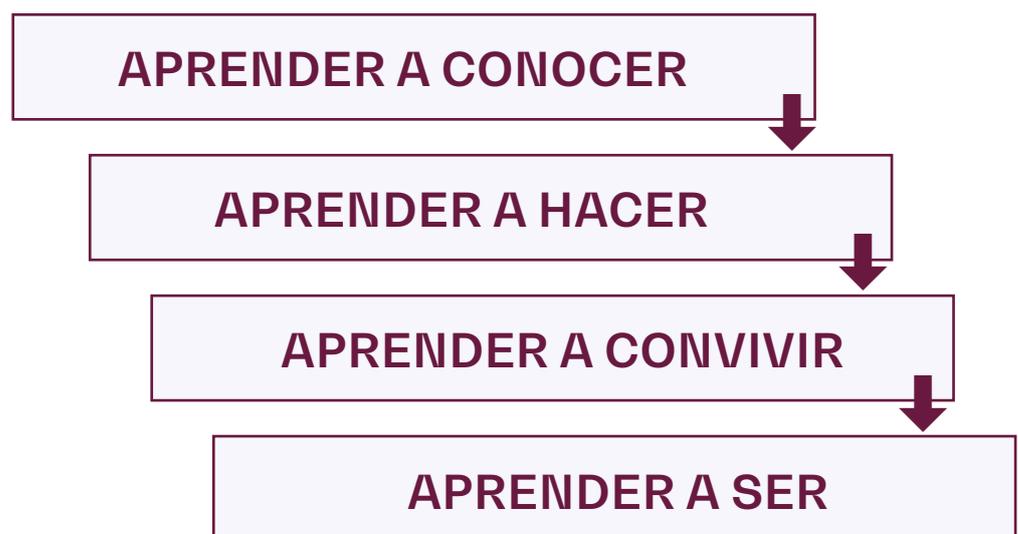
# 3. DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

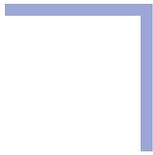
## INTELIGENCIA EMOCIONAL

Cuando hablamos de Inteligencia Emocional nos referimos a la capacidad de **sentir, entender, controlar y modificar** estados emocionales en nosotros mismos y en los demás.

Las preguntas que nos formulamos es **¿Por qué es importante desarrollar la Inteligencia Emocional? ¿y es necesario incluirlo en el ámbito educativo?**

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





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

Como vamos leyendo, el desarrollo sistemático y programado de habilidades sociales y emocionales en el ámbito escolar tiene un impacto importante, tanto en lo académico como lo emocional y social, dando importancia en la buena relación entre su grupo de iguales. A esto lo vamos a denominar “Educación Emocional”.

### **Objetivos de la Educación Emocional (Bisquerra, 2000):**

- ▶ Promover el desarrollo integral del alumnado.
- ▶ Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- ▶ Identificar las emociones del resto.
- ▶ Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- ▶ Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- ▶ Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- ▶ Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- ▶ Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- ▶ Mejorar las relaciones interpersonales.
- ▶ Desarrollar las habilidades de vida para el bienestar personal y social.

Veamos como en cada una se trabaja los objetivos y contenidos a nivel educativo:

### **SESIÓN 1. CONCIENCIA EMOCIONAL.**

Se trata de identificar los distintos tipos de emociones, en sí mismos/as y en los de las demás, así como el significado de esas emociones.

### **SESIÓN 2. REGULACIÓN EMOCIONAL O AUTOCONTROL.**

#### **“Asertividad y emociones”.**

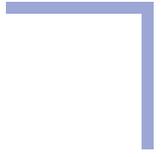
Se trata de saber responder de manera adecuada a las emociones que tenemos y que son emocionalmente intensas como son el estrés, frustración, cansancio, miedo, inseguridad...

### **SESIÓN 3. COMPETENCIAS SOCIALES. ROLES DE GÉNERO, ASERTIVIDAD Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

Desarrollar competencias de resolución de conflictos a través de una respuesta empática y asertiva.

### **SESIÓN 4. COMPETENCIAS PARA LA VIDA Y EL BIENESTAR DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO.**

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



# 4. INTELIGENCIA 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 el/la otro/a, de ahí la importancia y el potencial para trabajar una sensibilización en igualdad de género y cuestionando roles establecidos en función de sexo.

En relación con la Inteligencia Emocional, existen unos estereotipos y/o roles ya establecidos con una fuerte vinculación machista en la que a las chicas se les asignan y se les adiestran en el estereotipo del género “emocional”, una mujer sensible que se emociona y expresa sus sentimientos con facilidad aunque a veces se pueda percibir su conducta como irascible o inestable por ello. A su vez el chico debe asumir el rol que se le impone, que constituyen el género fuerte, no lloran y no deben mostrar sus sentimientos.

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 público objetivo de la formación y sensibilización. 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. Entonces puede ser demasiado tarde para empezar a hacer el intento de comunicación, la chica, el chico, no se sentirán cómodos hablando de estos temas. Así pues sensibilizar en la comprensión y gestión de las emocio-

nes igualitarias beneficia a los y las adolescentes en gran manera y no sólo en el presente sino que los prepara para el futuro.

En la vida diaria y, por supuesto, en el ámbito educativo, las personas muestran estas competencias no de forma aislada sino en grupo, lo cual permite que las competencias se apoyen entre sí.

## EL PATRIARCADO COMO MODELO SOCIAL

Sistema de organización social y política basado en la autoridad y el poder del hombre. Orden social que establece el sexo como marca para asignar roles, actividades, relaciones y poderes.

# 5. BLOQUES TEMÁTICOS

En el marco de la competencia emocional, esta guía didáctica se divide en dos partes:



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



# 6. METODOLOGÍA POR SESIONES

Las actividades se han llevado a cabo en los cursos de 1º y 2º de ESO.

## SESIÓN I. CONCIENCIA EMOCIONAL.

**Contenidos. ¿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**

**SOPRESA**

## 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?

## 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:**
- **Cómo me siento ahora:**
- **Dibujo que me represente:**

**Materiales:** Ficha. **Anexo I.**

## CUESTIONARIO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

**Materiales:** Cuestionarios. **Anexo 2**

## 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.

**Materiales:** ninguno, de forma oral.

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

**Materiales:** Ficha. **Anexo 3.**

# SESIÓN 2. REGULACIÓN EMOCIONAL Y AUTONOMÍA. “Asertividad y emociones”

## Contenidos.



## Estilos de comunicación asertiva.



## DINÁMICA 4. ESTILOS DE COMUNICACIÓN NO-VERBAL.

**Tema:** Estilos de comunicación.

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

**Metodología:** En un folio individual cada alumno/a debe pensar en la persona más sumisa que conozcan y anotar las características. Se levantan y con lenguaje no verbal deben comportarse como una persona sumisa. Se les pide que se queden quietos como estatuas, adoptando un gesto sumiso, después siguen andando y se les pide que se comporten como una persona agresiva y por último asertiva. Hacemos un listado de cómo es cada comportamiento y nuestra respuesta emocional.

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

## 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 alumnos/as, para que en grupos de tres lleven a cabo la actividad. Se consulta a los estudiantes si alguno se ofrece como voluntario para compartir con los demás participantes la comprensión del concepto de asertividad y los diversos tipos 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. 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 participantes. Finalizado el desarrollo de la dinámica, se lleva a cabo un debate sobre los distintos comportamientos de las personas voluntarias.

**Materiales:** Ficha de situaciones. **Anexo 4.**

# SESIÓN 3. COMPETENCIAS SOCIALES. ROLES DE GÉNERO, ASERTIVIDAD Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.

## Contenidos:

En esta sesión los contenidos no son teóricos, se trata de hacer reflexionar al alumnado en los siguientes aspectos:

- **Cómo responder de manera adecuada ante un conflicto.**
- **Fomentar la escucha activa.**
- **Cómo detectamos situaciones de desigualdad de género en nuestro entorno.**
- **Cómo responder de manera adecuada a situaciones que nos sentimos incómodos desde una perspectiva de género.**

## DINÁMICA 6. ¿QUÉ HARÍAS? INDIVIDUAL.

**Tema:** Resolución de conflictos.

**Objetivo:** Conocer cómo el alumnado resuelve un conflicto de manera asertiva mente y con perspectiva de género.

**Metodología:** Deben rellenar la ficha.

**Materiales:** Ficha. **Anexo 5**

## DINÁMICA 7. PONTE EN SITUACIÓN.

**Tema:** Resolución de conflicto, empatía.

**Objetivo:** Ser conscientes de las consecuencias que nuestros actos pueden tener en el resto de persona. Ser capaces de analizar y reflexionar en torno a muchas actividades que hacemos cada día.

**Metodología:** Alumnos y alumnas se pondrán en grupos pequeños, de aproximadamente cuatro personas. El grupo se dividirá en dos y cada pareja de cada equipo jugará un papel. Unas parejas defenderán la reacción de Alba y la razonarán. Las otras parejas, defenderán a Jon.

Escribirán todo eso en la ficha que les repartiremos previamente.

**Ficha de análisis.** Con todo el grupo dividiremos el grupo en dos partes: una de ellas defenderá a Aitor, la otra a Jon. El objetivo es que todos y todas lleguen al consenso, es decir, que un grupo sea consciente de lo que le ocurre al otro y viceversa, y que entre todos y todas busquen una solución. Después, escribiremos todas las conclusiones en una cartulina que pegaremos en clase.

**Materiales:** Ficha de situación. **Anexo 6.**  
Ficha de análisis. **Anexo 7.**

**Tema:** Desigualdad de género.

**Objetivos:** Detectar situaciones sexistas. Encontrar soluciones o posibles contraargumentos para estas situaciones.

**Metodología:** Esta actividad sirve para dejar claras algunas situaciones o reacciones totalmente sexistas, e intentar buscar una solución.

Se repartirá una copia de esta lectura a cada uno. Se puede leer en voz alta (siempre es recomendable), o cada uno por su cuenta. Después, se dejará un turno abierto de palabras, donde todos podrán decir la suya y donde podrán opinar sobre este caso, o cualquiera semejante que conozcan o hayan vivido.

Algunas preguntas que pueden plantearse:

- **¿Cómo describirías la situación familiar de Andrea?**
- **¿Notas algún tipo de discriminación en la educación de los miembros de esta familia?**
- **¿Cómo explicas el diferente horario que tienen Andrea y Gabriel? ¿Qué opinas?**
- **¿Qué motivos crees que tienen los padres para no dejar ir de campamentos a Andrea?**
- **¿Qué peligros tiene ir de campamentos?**
- **¿Crees que este caso o similares son fresco se pueden considerar aislados?**
- **¿Cómo crees que se pueden solucionar?**
- **¿Has vivido o conoces algún caso así?**

Estas preguntas pueden variar, se pueden ampliar... pero lo más importante es que vean la desigualdad que existe. Será muy interesante si alguno de los/as participantes de la actividad ha sufrido o sufre este tipo de diferencia en la educación.

**Material:** Una copia de la lectura para cada alumno/a. **Anexo 8.**

# SESIÓN 4. COMPETENCIAS PARA LA VIDA Y EL BIENESTAR DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO.

## Contenidos:

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

## ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

### MUJER

**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

### HOMBRE

**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

### 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.

### 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.**

## APRENDIZAJE EMOCIONALES DIFERENCIALES

### MUJER

**Ser para todos**

- Anteponer el cuidado de los demás al mio propio
- Controlar el cuerpo y la sexualidad como signo de honor y respetabilidad

**CULPA**

### HOMBRE

**Ser el centro de todas las cosas**

- Estar a la altura de la posición social y pública otorgada.
- El éxito como medida de mi hombría.
- Dar la talla para merecer la admiración social.

**IRA**

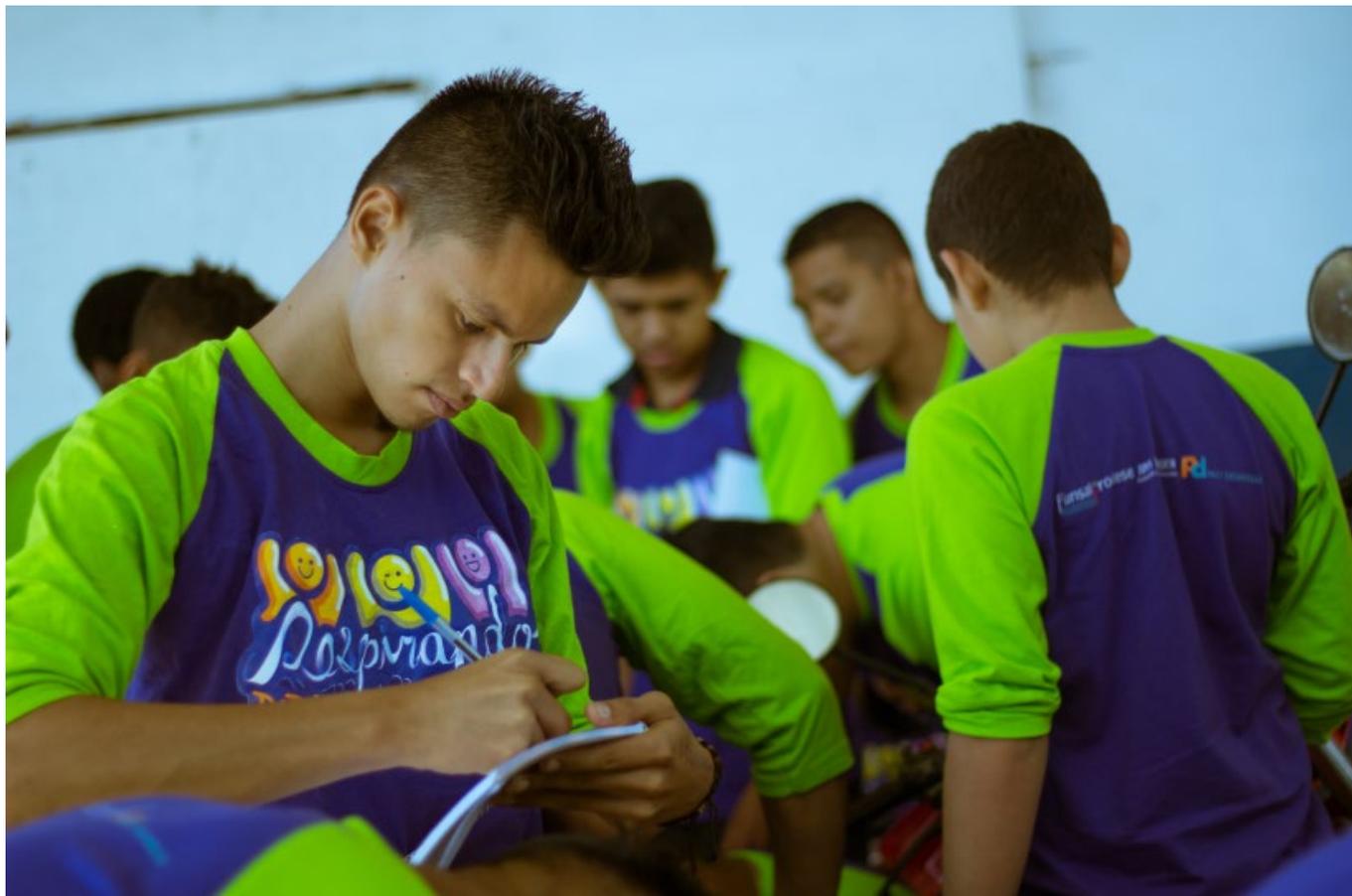
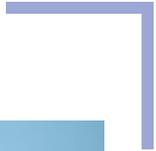
## DINÁMICA 9. ROLE PLAYING.

**Tema:** Roles de Género y asertividad.

Se trata que el alumnado por grupos de 5 o 6 alumnos/as deben pensar una historia y escenificarla al resto del grupo.

Debe de ser una resolución de conflicto de manera asertiva y en el que la temática trabajada sea la igualdad de género.





# 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 el uso de 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 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.

## DINÁMICA 10. TRES, DOS, UNO, PUENTE.

### Vídeo **II Qué significa hacer algo como una niña?**

Se visualiza el vídeo en un enlace de youtube y se cumplimenta la ficha de rutina del pensamiento “3, 2, 1 puente”.

**Tema:** Roles de género.

**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.

**Metodología:** Visualización del vídeo y cumplimentar la ficha “3, 2, 1 puente”. Esta metodología se denomina “Rutinas de pensamiento” y 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. Se visualiza el vídeo, escriben 3 ideas, 2 preguntas y 1 metáfora o analogía sobre él. Una vez finalizada la sesión el alumnado completan de nuevo el 3, 2, 1. 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.

### **Materiales:**

Vídeo *¿Qué significa hacer algo como una niña?*  
<https://www.youtube.com/watch?v=Fr8tN6tVOMa>

Ficha 3, 2, 1 puente. **Anexo 9.**

## DINÁMICA 11. VEO, PIENSO Y ME PREGUNTO.

**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 estas 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!".

**Materiales:**

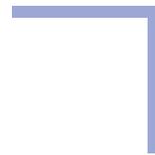
Vídeo: *"Daisy tiene algo que decir sobre la ropa de Tesco"*.

[https://www.youtube.com/watch?v=g2iYCw\\_hRjo](https://www.youtube.com/watch?v=g2iYCw_hRjo)

Ficha "Veo, pienso y me pregunto" **Anexo 10**.



# 7. CONCLUSIONES



## CUESTIONARIOS DE EDUCACIÓN EMOCIONAL (BLASCO GUIRAL Y OTROS, 2002).

El cuestionario consta de 25 items que se distribuyen atendiendo a los contenidos del taller:

- **Autoconocimiento del 1 a 5.**
- **Autocontrol del 6 al 10.**
- **Automotivación del 11 al 15.**
- **Empatía: del 16 al 20.**
- **Habilidades Sociales: del 21 al 25.**

## 1° ESO A

### **AUTOCONOCIMIENTO:**

Los chicos muestran más seguridad ante lo que quieren y sus sentimientos.

Sin embargo no se aprecia diferencia entre chicos y chicas respecto a conocer sus puntos fuertes y débiles y a enfrentar y solucionar un problema.

### **AUTOCONTROL:**

Las chicas con gran diferencia controlan más su comportamiento impulsivo, sin embargo se igualan chicos y chicas en mantener la calma cuando todo el grupo está nervioso.

### **AUTOMOTIVACIÓN:**

Chicos y chicas empatan en puntuación en cuanto a esforzarse cuando empiezan una tarea y en superar los retos. A su vez piensan en manera grupal a la hora de tomar una decisión y se cuestionan en que han fallado cuando tropiezan con un contratiempo.

Sin embargo los chicos tienen más confianza en sus habilidades para obtener éxito.

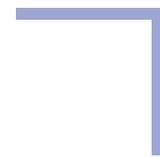
### **EMPATÍA:**

Las chicas muestran más capacidad de ponerse en el lugar de sus amigos/as y los ayudan cuando lo necesitan.

### **HABILIDADES SOCIALES:**

Las chicas son más resolutivas y cuando tienen un problema con alguien se enfrentan y lo resuelven hablando.

Empatan chicos y chicas en la importancia de que exista una relación de respeto entre las personas de la clase.



## 1° ESO B

### **AUTOCONOCIMIENTO:**

Los chicos reflexionan lo que quieren y sus sentimientos al respecto antes de tomar una decisión.

En cambio las chicas se enfrenan a los problemas y lo intentan solucionar.

### **AUTOCONTROL:**

Las chicas controlan su comportamiento impulsivo y se mantienen tranquilas cuando el resto del grupo está nervioso/a a diferencia de los chicos.

También muestran una clara diferencia en saber distanciarse de su punto de vista y ponerse en el lugar de la otra personas.

### **AUTOMOTIVACIÓN:**

Las chicas se muestran más receptivas la hora de esforzarse cuando empiezan una tarea y les motivan los retos en superarlos. Muestran plena confianza en sus habilidades para obtener éxito y hacen autocrítica ante un contratiempo, con mucha diferencia de puntuación respecto a los chicos.

### **EMPATÍA:**

Las chicas son más empáticas y ayudan a compañeros/as teniendo en cuenta lo que necesitan y lo que sienten. A su vez se muestran más receptivas a ayudar sin que se lo pidan e identifican sus emociones y la de los demás a contrario de los chicos.

### **HABILIDADES SOCIALES:**

Las chicas solucionan los conflictos con compañeros/as y lo hablan para solucionarlos.

## 2° ESO A

### **AUTOCONOCIMIENTO:**

Los chicos con diferencia son más conscientes de sus puntos fuertes y débiles y toman decisiones respecto a sus sentimientos. Las chicas cuando están convencidas de su opinión la mantienen.

### **AUTOCONTROL:**

Los chicos han mostrado claramente más autocontrol en su impulsividad y estado nervioso, admiten sus errores y ser responsables de sus objetivos a diferencia de las chicas.

### **AUTOMOTIVACIÓN:**

Aquí las chicas muestran más esfuerzo en terminar las tareas, en la toma de decisiones grupal y admiten sus errores.

### **EMPATÍA:**

En estos ítems empatan tanto chicos como chicas.

### **HABILIDADES SOCIALES:**

Las chicas consideran muy importante una relación de respeto entre el grupo.

Los chicos cuando tienen un problema, identifican los motivos que lo originan y lo solucionan.

**2° ESO B****AUTOCONOCIMIENTO:**

Las chicas claramente reflexionan sobre sus emociones y saben sus puntos fuertes y débiles, a su vez enfrentan sus problemas y lo solucionan a diferencia de los chicos.

**AUTOCONTROL:**

Tanto chicos como chicas muestran un control en su comportamiento impulsivo y estado anímico nervioso.

**AUTOMOTIVACIÓN:**

Las chicas se motivan más por esforzarse a superar los retos.

Los chicos muestran más confianza en sus capacidades a la hora de obtener éxito.

**EMPATÍA:**

Las chicas con diferencia son más receptivas en ponerse en el lugar de las otras personas, ayudan sin que se lo pidan y saben lo que sienten ellas y las demás.

**HABILIDADES SOCIALES:**

Aquí los chicos se enfrentan para solucionar los problemas claramente respecto a las chicas.

**1° ESO A****Cualidades:**

Las chicas de este grupo se consideran muy nerviosas y sus cualidades en su mayoría estereotipadas del Género femenino:

- **Tímida II.**
- **Sociable.**
- **Sentimental.**
- **Simpática.**
- **Agradable.**
- **Cariñosa.**
- **Amable II.**
- **Fiel.**
- **Honesta.**

Los chicos a su vez también se consideran muy nerviosos y sus cualidades también repiten cualidades asignadas el Género masculino, entre ellas destacamos:

- **Sociable IIII.**
- **Alto.**
- **Pesado.**
- **Inteligente.**
- **Imaginativo.**
- **Deportista.**



## 1° ESO B

### Cualidades:

En este grupo las chicas repiten las cualidades estereotipadas de género:

- Amable IIII.
- Simpática III.
- Amistosa II.
- Agradable II.
- Divertida.
- Inagotable.
- Responsable.
- Cariñosa.
- Graciosa.
- Buena.
- Empática.
- Ordenada.

Sólo una chica indica deportista como cualidad.

Respecto a los chicos de este grupo sus cualidades son muy parecida a las que indican las chicas aunque hay siguen repitiendo el patrón de los estereotipos masculinos.

- Simpático IIII.
- Gracioso.
- Rápido.
- Ágil.
- Amable.
- Divertido.
- Alegre.
- Generoso.
- Pensativo.

En ese grupo sólo los chicos se consideran nerviosos.

## DINÁMICA 2. DISTINTAS EMOCIONES.

### 1º ESO A

Las emociones elegidas por este grupo son:

**ALEGRÍA**

**ASCO**

**AMOR**

**RABIA**

De las cuatro emociones elegidas dos son básicas y dos secundarias o sociales.

Respecto a sus repuestas, saben diferenciar claramente cuáles son las emociones básicas de las sociales.

### 1º ESO B

Las emociones elegidas por este grupo son:

**TRISTEZA**

**ASCO**

**FELICIDAD**

**ALEGRÍA**

**AMOR**

**PREOCUPACIÓN**

**PENA**

**RESPECTO**

De las elegidas sólo dos son básicas y el resto sociales o secundarias.

## DINÁMICA 6. ¿QUÉ HARÍAS?

Esta dinámica se realizó conjuntamente los dos cursos de 1º ESO en el patio del colegio para promover la creatividad en otros espacios fuera del aula.

### Qué hago:

Todas las respuestas se centran en ayudar y defender a la chica.

Algún alumnado avisarían al profesorado, pero antes intentan solucionar el conflicto.

### ¿Cómo me siento?

Todas las respuestas identifican las emociones de tristeza y enfado o rabia al empatizar con la situación de la chica.

### ¿Cómo actuarías?

La mayoría de las respuestas resolverían el conflicto de manera asertiva, dialogando primero con los chicos y si no se soluciona avisarían a una persona adulta (profesorado, madre o padre). Pero un número elevado de respuestas se sinceran y reconocen que actuarían de forma violenta.

## DINÁMICA 7. FICHA DE SITUACIÓN.

Les ha sido muy difícil defender la postura de Jon y la única opción que han visto para alegar una defensa es la de recurrir a mensajes machistas.

En cambio empatizan con Alba y responderían de manera asertiva a Jon en defensa de Alba porque consideran a Jon el líder el grupo y por ello tiene un respeto.

## DINÁMICA 10. 3, 2, 1 PUENTE.

### 1º ESO A Y B

### IDEAS:

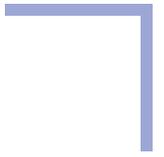
Las respuestas del alumnado engloban todos los conceptos trabajados durante el taller. A continuación destacamos los conceptos más repetidos entre los dos cursos de 1º ESO:

- **Sentimiento.**
- **Machismo.**
- **Tipos de comportamiento que impone la sociedad.**
- **Roles de Género.**
- **Micromachismos.**
- **Estereotipo Emocional.**
- **Inteligencia Emocional.**
- **Asertividad.**

### PREGUNTAS:

Las preguntas más relevantes de los dos grupos son:

- **¿Por qué las mujeres no tienen los mismos derechos que los hombres?**
- **¿Porqué esa desigualdad?**
- **¿Porqué existe el machismo?**
- **¿Porqué hay tanta Violencia de Género?**
- **¿Porqué las mujeres son inferiores?**
- **¿Porqué las mujeres en los empleos nos pagan menos que a los hombres?**



## 2º ESO A Y B

### IDEAS:

Los conceptos más repetidos son:

- Desigualdad.
- Machismo.
- Feminismo.
- Violencia de Género.
- Diferencia de trato.
- Diferencia de salario.
- Estereotipos de Género.
- Educación desigual entre mujeres y hombres.
- Igualdad.

### PREGUNTAS:

- ¿Cuándo cambiará?
- ¿Qué diferencia hay entre machismo y feminismo?
- ¿Cómo podríamos eliminar la desigualdad?
- ¿Por qué se maltratan a las mujeres y no a los hombres?
- ¿Porqué no hacemos nada?
- ¿Porqué existe la Violencia de Género?
- ¿Cuándo va a acabar la desigualdad?
- ¿Hastacuándo?
- ¿Porqué hacer daño a una mujer?
- ¿Por qué en una sociedad tan avanzada de hoy en día permite esta gran desigualdad?
- ¿Cuándo pensamos cambiar eso?

Como vemos las preguntas de 2º ESO el alumnado se cuestiona el inicio de la desigualdad y los motivos y hasta cuándo durará. A diferencia de 1º ESO ya el alumnado más mayor se considera parte de la solución de esta desigualdad entre hombres y mujeres.

## 1° ESO

Todo el alumnado han reflexionado y se han dado cuenta de algo tan obvio y que les rodea y hasta ahora no se habían cuestionado sobre la diferencia de los mensajes y los colores en las ropas de niños y niñas. Lo consideran injusto y se preguntan que quienes son los que deciden los mensajes que se indican en la ropa y por qué esa diferencia.

## 2° ESO

Al igual que el alumnado de 1° ESO están de acuerdo con los comentarios de la niña del vídeo y les parece injusto esta diferencia entre niños y niñas. A su vez las preguntas que se hacen se dirigen a la raíz del problema y ellos y ellas se ven como parte de la solución:

- **¿Cuándo pensamos cambiar eso?**
- **¿Porqué es así?**
- **¿Quién impone eso?**
- **¿Cuánto tiempo tardará en cambiar?**
- **¿Porqué el rosa para las niñas y el azul para los niños?**
- **¿Por qué las niñas somos fabulosas y los niños aventureros?**
- **¿Por qué a las niñas mensajes como bonita, dulce, cariñosa y a los niños: guerrero, aventurero, héroe, fuerte y chulo?**

## 8. BIBLIOGRAFÍA.

- **Feminismo para principiantes.**

Nuria Varela.2005.

<http://www.aikaeducacion.com/recursos/seis-videos-para-educar-en-igualdad-de-genero/>

- **Aproximaciones a la teoría crítica feminista.**

Rosa Cabo Bedía. Boletín del Programa de Formación N° I. CLADEM. 2014.

[http://www.cop.es/colegiados/a-00512/emociones\\_basicas.html](http://www.cop.es/colegiados/a-00512/emociones_basicas.html)

- **Nombra. en. red. En masculino y en femenino.**

Carmen Alario. Mercedes Bengoechea. Eulalia Lledó. Ana Vargas. Instituto de la Mujer. 2006.

<https://www.somosinteligenciaemocional.com/emociones/>

- **Programa de Educación Emocional para la Prevención de la Violencia.**

2º ciclo ESO de la Generalitat Valenciana, 2005.

- **Inteligencia Emocional.**

Educación Secundaria Obligatoria 1º ciclo. Gipuzkoa Berrikuntza Lurraldea.2008







Paz & Desarrollo



[www.pazydesarrollo.org](http://www.pazydesarrollo.org)

[valencia@pazydesarrollo.org](mailto:valencia@pazydesarrollo.org)