

Guia d'educació emocional amb perspectiva de gènere per al foment d'una transformació social i globalitzada



GENERALITAT
VALENCIANA

Vicepresidencia Segunda y
Conselleria de Servicios Sociales,
Igualdad y Vivienda



Paz & Desarrollo



Elaboració original: 2019

Redissenye i maquetació: 2023, per Fàbrica Gràfika Coop. V.

Edició: Paz y Desarrollo

Finançament: Direcció General d'Inclusió i Cooperació al Desenvolupament de la Generalitat Valenciana.

© Paz y Desarrollo, 2023

Aquesta guia es pot copiar i distribuir en qualsevol mitjà o format, sempre que es reconega i referencie adequadament l'autoria i destine el seu ús exclusivament amb propòsit pedagògic, didàctic i afins. Per tant, queda prohibida rotundament la seua reproducció amb finalitats econòmics.

Aquesta publicació ha sigut realitzada amb el suport financer de la Generalitat Valenciana. El contingut d'aquesta publicació és responsabilitat exclusiva de Pau i Desenvolupament i no reflecteix necessàriament l'opinió de la Generalitat Valenciana.

ÍNDEX

1. Presentació de la guia **4**
2. Introducció **6**
3. De la intel·ligència emocional a l'educació emocional **7**
4. Intel·ligència emocional i gènere **10**
5. Blocs temàtics **11**
6. Metodologia por sessions:
 - 6.1. Sessió 1 **12**
 - 6.2. Sessió 2 **16**
 - 6.3. Sessió 3 **18**
 - 6.4. Sessió 4 **20**
 - 6.5. Xarrades de retorn d'experiència **24**
7. Conclusions **26**
8. Bibliografia **32**

1. PRESENTACIÓ DE LA GUIA



Paz y Desarrollo és una organització no governamental per a la cooperació i el desenvolupament fundada en 1991 que actua en països empobrits i en vies de desenvolupament de manera global. La nostra definició abasta tota una sèrie d'accions vinculades amb el respecte dels drets humans, els instruments per al desenvolupament endogen, econòmic i social que inclouen la perspectiva de gènere com a eina clau per a aconseguir justícia social i equitat real entre dones i homes.

Quan parlem de desigualtats, és important tindre en compte que no totes elles deriven de les mateixes causes i, per tant, intervindre per a erradicar-les comporta processos diferents, enfocats des de prismes diferents.

Aquesta guia contempla tres objectius de caràcter general:

1 Previndre la violència a l'àmbit educatiu a partir d'una proposta pràctica d'activitats que tenen com a marc de referència l'educació emocional i el desenvolupament de les competències emocionals en els àmbits personal i social amb un enfocament amb perspectiva de gènere.

2 Promoure entre l'alumnat el coneixement del món emocional i dels seus efectes en la regulació de les seues relacions entre iguals i de parella.

3 Afavorir un clima positiu a l'aula per mitjà del desenvolupament de competències emocionals entre l'alumnat amb una perspectiva d'equitat de gènere.

Hi podràs trobar algunes pistes per a començar a qüestionar, a (des)aprendre, a comprendre per què és important repensar la transformació del paradigma dominant actual —que agreuja les desigualtats i provoca guerres, conflictes armats, sistemes patriarcal, degradació ambiental...—. També es tracta d'una proposta per a començar a incorporar les eines que hi trobaràs, com ara la transversalitat de la perspectiva de gènere o la coeducació.



2. INTRODUCCIÓ



En aquest document podràs trobar el material i eines que s'ha treballat durant les formacions a l'aula per a l'augment de les habilitats socials des d'una perspectiva de gènere.

Amb aquesta guia, es tracta de sensibilitzar a l'alumnat participant en la detecció de conductes inadequades dotant d'eines i coneixements emocionalment positives. Així, com promoure la sensibilització de la joventut davant els canvis que es donen en la societat i millorar l'enteniment de les relació nord-sud.

Des d'una perspectiva integradora de l'educació, cada vegada hi ha més veus que manifesten la necessitat de facilitar instruments, ferramentes i recursos a la infantesa i la joventut perquè puguin créixer en una societat globalitzada en la qual es veuen en la situació de donar resposta a un context multicultural. Per això, el treball en intel·ligència emocional esdevé imprescindible per a fer front a una societat canviant i perquè sàprien com adaptar-s'hi incloent una perspectiva de gènere integradora i globalitzada.

L'objectiu d'incorporar el desenvolupament de les competències emocionals és donar a conèixer recursos, ferramentes i proporcionar ocasions per a posar-les en pràctica, de tal manera que es posen en marxa processos d'autoregulació emocional i de creixement personal, entenent l'autoregulació com una mirada i un diàleg interns i continus que permeten aprendre el millor que hi ha en cada persona.

Els continguts desenvolupats en aquesta guia d'educació emocional amb perspectiva de gènere tracten de connectar i gestionar les capacitats pròpies cap a la persona mateixa i cap al grup d'iguals amb el qual es relacionen cada dia. Alhora, capaciten l'alumnat per a trencar els estereotips de gènere i aconseguen formar una joventut conscient que s'enfronta a una realitat on la violència de gènere i les actituds masclistes són el pa de cada dia.

Des de Paz y Desarrollo entenem que és fonamental construir un desenvolupament positiu de les habilitats socials de la joventut i sensibilitzar-la amb una visió que incloga la perspectiva de gènere amb el fi de combatre i disminuir la discriminació de gènere i així millorar la convivència escolar.

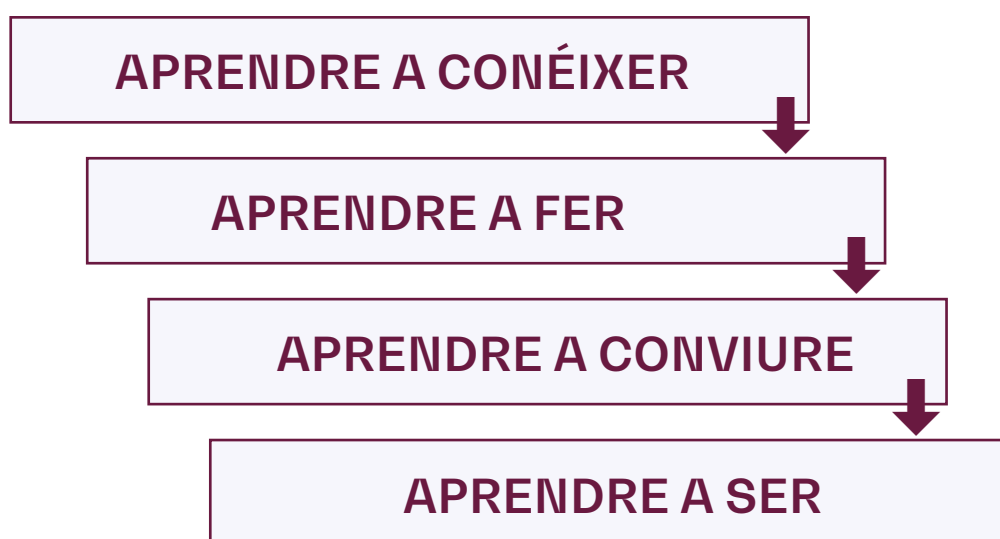
3. DE LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL A L'EDUCACIÓ EMOCIONAL

INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

Quan parlem d'intel·ligència emocional ens referim a la capacitat de **sentir, entendre, controlar i modificar** estats emocionals en nosaltres i en la resta.

Les preguntes que ens formulem són: **per què és important desenvolupar la intel·ligència emocional? I és necessari incloure-la en l'àmbit educatiu?**

Vegem els quatre pilars de l'educació, en els quals es fa referència de manera clara al món emocional:



Les competències emocionals i socials han de formar part de l'ensenyament formal i han d'estar lligades a la quotidianitat, a les vivències, al dia a dia.

Com anem llegint, el desenvolupament sistemàtic i programat d'habilitats socials i emocionals a l'àmbit escolar té un impacte molt gran, tant en la dimensió acadèmica com en l'emocional i la social, ja que fa palesa la importància de tindre una relació bona entre el seu grup d'iguals. Denominarem aquesta idea «educació emocional».

Objectius de l'educació emocional (Bisquerra, 2000):

- ▶ Promoure el desenvolupament integral de l'alumnat.
- ▶ Adquirir un bon coneixement de les emocions pròpies.
- ▶ Identificar les emocions de la resta.
- ▶ Desenvolupar l'habilitat de regular les emocions pròpies.
- ▶ Prevenir els efectes nocius de les emocions negatives.
- ▶ Desenvolupar l'habilitat per a generar emocions positives.
- ▶ Desenvolupar l'habilitat d'automotivar-se.
- ▶ Adoptar una actitud positiva davant la vida.
- ▶ Millorar les relacions interpersonals.
- ▶ Desenvolupar les habilitats vitals per al benestar personal i social.

Ara vorem com es treballen els objectius i continguts per la part educativa en cada sessió:

SESSIÓ 1. CONSCIÈNCIA EMOCIONAL.

Es tracta d'identificar els diferents tipus d'emocions tant en ells o elles com en la resta, així com el significat d'aquestes emocions.

SESSIÓ 2. REGULACIÓ EMOCIONAL I AUTONOMIA.

“Assertivitat i emocions”.

Es tracta de saber respondre de manera adequada a les emocions que tenim i que són emocionalment intenses com ara l'estrès, la frustració, la fatiga, la por, la inseguretad...

SESSIÓ 3. COMPETÈNCIES SOCIALS. ROLS DE GÈNERE, ASSERTIVITAT I RESOLUCIÓ DE CONFLICTE.

Es tracta de desenvolupar competències de resolució de conflictes per mitjà d'una resposta empàtica i assertiva..

Sessió 4. COMPETÈNCIES PER A LA VIDA I EL BENESTAR DES D'UNA PERSPECTIVA DE GÈNERE.

Es tracta de fomentar habilitats, actituds i valors per a organitzar la vida de manera sana, equilibrada i amb equitat de gènere.



4. 4. INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL I GÈNERE

Som éssers emocionals i bona part del que pensem i fem està guiat per les nostres emocions, al mateix temps, tots els conflictes tenen un contingut emocional i solen anar acompanyats de sentiments forts.

Aquesta dimensió precisa d'aprenentatges que facen possible l'autoregulació personal i la regulació de la trobada amb els altres. Això explica la importància de la intel·ligència emocional i el potencial que té per a treballar la sensibilització en igualtat de gènere i qüestionar els rols establits en funció del gènere.

En relació amb la intel·ligència emocional, existixen diversos estereotips o rols ja fixats molt vinculats a visions masculines segons les quals a les xiques els assignen l'estereotip del gènere d'«emocional» i les eduquen a partir d'ell: una dona sensible que s'emociona i expressa els seus sentiments amb facilitat encara que de vegades es pugui percebre la seua conducta com a irascible o inestable justament per aquest motiu. Al seu torn, el xic ha d'assumir el rol que se li imposa, que forma part del gènere fort, dels que no ploren i no han de demostrar els seus sentiments.

Podem afirmar que existixen mons emocionals diferents construïts socialment i imposats pel patriarcat a xiquets i xiquetes. Veiem la diferenciació dels rols de gènere en la socialització i instrucció emocional que es produeix des de la infantesa, que perpetua rols sexistes i una diferenciació entre xics i xiques dins d'un mateix grup d'iguals.

En el marc de la nostra proposta, considerem l'adolescència el públic objectiu de la formació i sensibilització. La joventut, en aquesta etapa evolutiva, ha d'afrontar commocions emocionals fortes, en les quals es troben amb situacions de micromasclismes i violències de gènere encobertes que no sempre saben identificar. Pot ser que, quan es troben amb aquestes situacions, ja siga massa tard per a començar a fer l'intent de comunicació: la xica o el xic no se sentiran còmodes parlant d'aquests temes. Així doncs, sensibilitzar sobre la comprensió i la gestió de les emocions igualitàries beneficia molt la joventut i

no només en el present, sinó que la prepara per al futur.

En la vida quotidiana i, per descomptat, a l'àmbit educatiu, les persones mostren aquestes competències no de forma aïllada, sinó grupal, la qual cosa permet que les competències es donen suport entre elles.

EL PATRIARCAT COM A MODEL SOCIAL

Sistema d'organització social i política basat en l'autoritat i el poder de l'home. Ordre social que estableix el gènere com a marca per a assignar rols, activitats, relacions i poders.

5. BLOCS TEMÀTICS

En el marc de la competència emocional, aquesta guia didàctica es dividix en dos parts:

COMPETÈNCIES INTRAPERSONALS

Consciència emocional, regulació emocional, autonomia emocional

COMPETÈNCIES INTERPERSONALS

Habilitats socioemocionals, habilitats de vida i benestar

Segons aquesta divisió, hem repartit les activitats en sessions diferents. Encara que cadascuna es tracta de manera separada, hem de contemplar-les de manera global, ja que les competències estan relacionades entre elles.



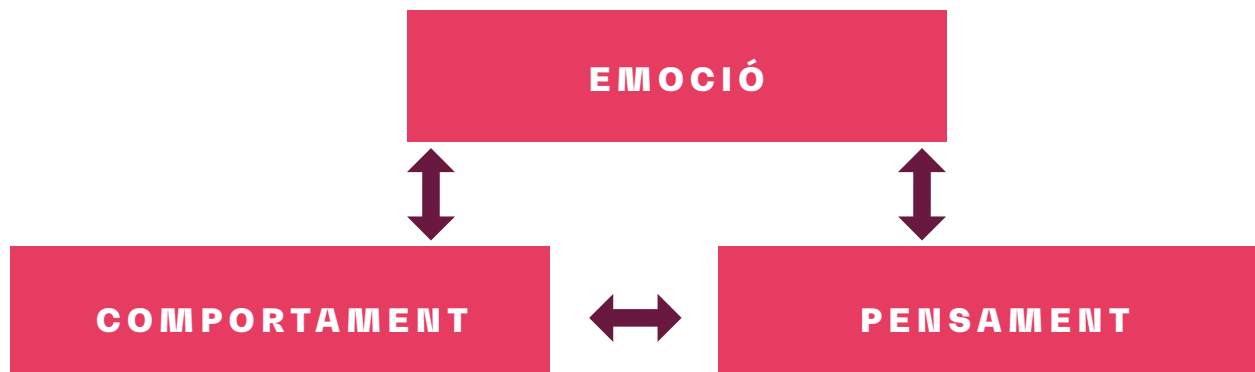
6. METODOLOGIA POR SESSIONS

Les activitats s'han dut a terme en els cursos de 1r i 2n d'ESO.

SESSIÓ I. CONSCIÈNCIA EMOCIONAL.

Continguts. Què és la intel·ligència emocional?

«Definim la intel·ligència emocional (IE) com la capacitat d'entendre, reconèixer els nostres sentiments i els de la resta, així com el coneixement per a gestionar-los».



EMOCIONS BÀSIQUES O PRIMÀRIES:

Les emocions són respostes o reaccions fisiològiques que genera el nostre cos davant situacions o canvis que es produïxen tant al nostre entorn com en nosaltres. Aquestes emocions són innates.

ALEGRIA

TRISTESA

IRA/ENUIG

POR

FÀSTIC

SORPRESA

EMOCIONS SECUNDÀRIES:

Les emocions secundàries són més complexes, per la qual cosa requereixen un cert grau de desenvolupament cognitiu en la persona perquè pugui elaborar-les. També s'anomenen emocions socials, ja que sorgixen en contextos de relació amb altres persones, és a dir, estan molt influenciades pels aprenentatges i els processos de socialització.

CULPA

VERGONYA

ORGULL

GELOSIA

Podríem viure sense emocions?

És necessària la tristesa o la ira, és a dir, són necessàries per a viure les emocions negatives?

DINÀMICA 1. DE PRESENTACIÓ:

"EM DIC... I SOC".

Tema: autoconeixement, autoestima, habilitats socials (saber presentar-se, parlar en públic, resoldre la por, ajudar altres persones).

Objectiu: saber parlar en públic i valorar positivament les qualitats personals.

Metodologia: l'alumnat respon les següents preguntes en una fitxa:

- **Em dic:**
- **Les meues qualitats són:**
- **Com em sent ara:**
- **Dibuix que em represente:**

Materials: Fitxa. **Annex I.**

QÜESTIONARI D'EDUCACIÓ EMOCIONAL

Materials: Qüestionaris. **Annex 2**

DINÀMICA 2. QUINES EMOCIONS

CONEIXEM?

Tema: emocions bàsiques.

Objectiu: augmentar el coneixement sobre la intel·ligència emocional i identificar quines són les emocions bàsiques.

Metodologia: els preguntem quines emocions coneixen. Podem guiar-los preguntant-los si han vist la pel·lícula *Del revés (Inside Out)* i comencem a comentar que existixen 6 emocions bàsiques:

- **Ira**
- **Por**
- **Tristesa**
- **Alegria**
- **Fàstic**
- **Sorpresa**

A continuació els demanem que posen un exemple de cadascuna d'elles.

Materials: cap, de forma oral.

En la nostra vida diària, en les vivències, sempre ens sorgixen emocions, sentiments. Moltes vegades no ens n'adonem, però hi són. Constantment pensem, sentim alguna cosa...

DINÀMICA 3. EMOCIONS DIFERENTS.

Tema: emocions diferents.

Objectiu: aprendre a identificar emocions. Saber identificar quines emocions sentim en cada moment.

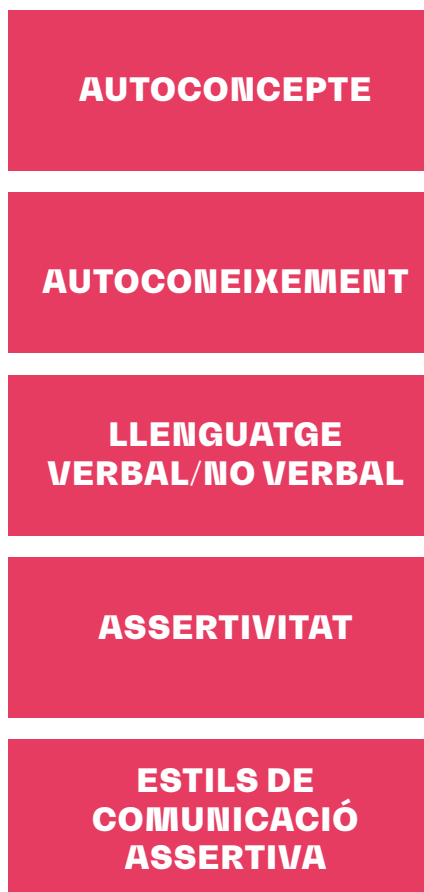
Metodologia: els expliquen que cada dia sentim emocions diferents; una emoció sorgix a conseqüència d'una altra anterior i en funció de la valoració que se'n faça, d'eixa emoció anterior. Algunes emocions són positives (alegria, seguretat, felicitat...) i ens fan sentir bé, i d'altres són negatives (odi, por...) i ens fan sentir malament. No hem d'anul·lar les emocions negatives, perquè ens donen informació.

Materials: Fitxa. **Annex 3.**

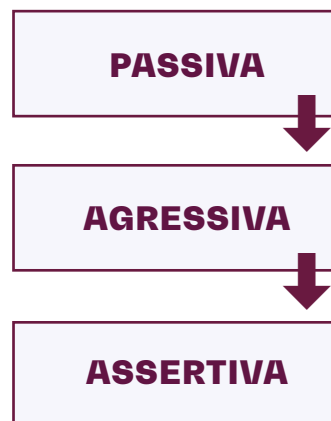
SESSIÓ 2. REGULACIÓ EMOCIONAL I AUTONOMIA.

«Assertivitat i emocions»

Continguts.



Estils de comunicació assertiva.



DINÀMICA 4. ESTILS DE COMUNICACIÓ NO VERBAL.

Tema: estils de comunicació.

Objectiu: reconèixer els estils de comunicació i resolució de conflictes.

Metodologia: en un full individual cada participant ha de pensar en la persona més submissa que conega i anotar-ne les característiques. Després s'han d'alçar i, amb llenguatge no verbal, han de comportar-se com una persona submissa. Se'ls demana que es queden immòbils com a estàtues, adoptant un gest submís, després continuen caminant i se'ls demana que es comporten com una persona agressiva i, en darrer lloc, com una d'assertiva. Fem un llistat amb els trets que definixen com és cada comportament i la nostra resposta emocional.

L'assertivitat és la capacitat de defensar els nostres drets i donar la nostra opinió sense ofendre i tenint en compte la resta.

DINÀMICA 5. TÈCNICA DEL PARAIGUA.

Tema: resolució de conflictes amb assertivitat.

Objectiu: conèixer i adonar-se de l'estil que l'alumnat adopta a l'hora de solucionar un conflicte grupal.

Metodologia: la dinàmica consisteix a seleccionar un mínim de sis persones perquè duguen a terme l'activitat en grups de tres. Es demana a l'alumnat voluntari que isca fora de l'aula. A la resta de l'alumnat participant els expliquem el concepte d'assertivitat i els tipus que una persona en pot adoptar.

Els i les alumnes que es queden dins de l'aula actuen com a persones observadores i han de valorar els tres estils de comunicació assertiva de l'alumnat voluntari. Una vegada explicada la dinàmica, entren a classe les tres primeres persones voluntàries mentre que la resta es queden fora. Se'ls demana que trien una cadira per a seure i que agafen el sobre que hi haja damunt d'aquesta cadira; l'han de llegir sense compartir la informació amb la resta de la classe.

Una vegada que les persones voluntàries han llegit el sobre, se'ls recull i se'ls demana que actuen tenint en compte les indicacions del text que han llegit. Passem al moment de valorar el tipus d'assertivitat que escenifiquen. Finalitzat el desenvolupament de la dinàmica, es duu a terme un debat sobre els comportaments que han mostrat les persones voluntàries.

Materials: Fitxa de situacions. **Annex 4.**

SESSIÓ 3.

COMPETÈNCIES SOCIALS. ROLS DE GÈNERE, ASSERTIVITAT I RESOLUCIÓ DE CONFLICTES.

Continguts:

En aquesta sessió els continguts no són teòrics, es tracta de fer reflexionar l'alumnat sobre els aspectes següents:

- **Com respondre de manera adequada davant un conflicte.**
- **Com fomentar l'escolta activa.**
- **Com detectem situacions de desigualtat de gènere al nostre entorn.**
- **Com respondre de manera adequada a situacions en les quals ens sentim incòmodes des d'una perspectiva de gènere.**

DINÀMICA 6. ¿QUÈ FARIES? INDIVIDUAL

Tema: resolució de conflictes.

Objectiu: conèixer com resol l'alumnat un conflicte de manera assertiva i amb perspectiva de gènere.

Metodologia: han d'emplenar la fitxa.

Materials: Fitxa. **Annex 5**

DINÀMICA 7. POSA'T EN SITUACIÓ.

Tema: resolució de conflictes, empatia.

Objectiu: ser conscients de les conseqüències que els nostres actes poden tindre en la resta de les persones. Ser capaços d'analitzar i reflexionar sobre moltes activitats que fem de manera quotidiana.

Metodologia: l'alumnat es distribueix en grups xicotets, d'aproximadament quatre persones. El grup es dividirà en dos i cada parella de cada equip representarà un paper. Unes parelles defensaran la reacció d'Alba i la raonaran. Les altres parelles defensaran la de Jon.

Escriuran tota la reflexió en la fitxa que els repartirem prèviament.

Fitxa d'anàlisi. Amb tot el grup: dividirem el grup en dos, un equip defensarà Aitor, l'altre, Jon. L'objectiu és que tots i totes arriben a un consens, és a dir, que un grup siga conscient del que li ocorre a l'altre i a l'inrevés, i que entre tots i totes busquen una solució. Després, escriurem les conclusions en una cartolina que enganxarem a classe.

Materials: Fitxa de situació. **Annex 6.**
Fitxa d'anàlisi. **Annex 7.**

Tema: desigualtat de gènere.

Objectius: detectar situacions sexistes. Trobar solucions o possibles contraarguments per a aquestes situacions.

Metodologia: aquesta activitat servix per a deixar clares algunes situacions o reaccions totalment sexistes, i intentar buscar-hi una solució.

Es distribuirà una còpia d'aquesta lectura a cada persona. Es pot llegir en veu alta (sempre és recomanable) o cadascú pel seu compte. Després, es deixarà espai per a un torn obert de paraules, on tots i totes podran dir la seua i on tindran oportunitat d'opinar sobre aquest cas, o qualsevol d'altre semblant que coneguen o hagen viscut.

Algunes preguntes que poden plantejar-se:

- **Com descriuries la situació familiar d'Andrea?**
- **Notes algun tipus de discriminació en l'educació dels membres d'aquesta família?**
- **Com expliques les diferències d'horari que tenen Andrea i Gabriel? Què n'opines?**
- **Quins motius creus que tenen els pares per a no permetre que Andrea vaja de campament?**
- **Quins perills té anar de campament?**
- **Creus que aquest cas o d'altres similars poden considerar-se casos aïllats?**
- **Com creus que es poden solucionar?**
- **Has viscut o coneixes casos semblants?**

Aquestes preguntes poden variar i es poden ampliar, però, el més important és que l'alumnat detecte la desigualtat que presenta el cas. Seria molt interessant si algú a classe ha patit o patix aquest tipus de diferència en termes educatius.

Material: una còpia de la lectura per a cada participant. **Annex 8.**

SESSIÓ 4. COMPETÈNCIES PER A LA VIDA I EL BENESTAR DES D'UNA PERSPECTIVA DE GÈNERE.

Continguts:

Se'ns educa de la mateixa manera als
xics que a les xiques?

ESTEREOTIPS DE GÈNERE

DONA

**Inferior, fràgil,
emocional i vulnerable**

Cuidadora del benestar aliè.

Predisposada a l'amor,
l'abnegació i la renúncia.

Ha de ser bella.

La maternitat com a sinònim
de maduresa i felicitat.

HOME

**Racional, autosuficient,
controlador i proveïdor**

Tindre poder i èxit.

Audaç i resolutiu.

Segur i confiat.

No es qüestiona ni a ell mateix
ni les normes i els ideals grupals.

Quan parlem d'intel·ligència emocional
i gènere, hem de pensar que
NO SE'NS ENSENYA A VIURE
DE LA MATEIXA MANERA.

MANDATS DE GÈNERE

DONA

- **Estar per als altres:** la seua vàlua recau en la seua capacitat d'abnegació i servei als altres.
- **Estar incompleta:** necessitat d'un home per a completar la seua identitat.
- **Ser vulnerable:** ha de mostrar fragilitat i necessitat de suport.
- **Ser obedient:** tranquil·la i disposada a complir les normes..
- **Ser mare:** la maternitat com a sinònim de maduresa i felicitat..
- **Ser bella i atractiva:**
- **Ser respectable:** la sexualitat i el cos femení és un temple i ha de ser protegit i cuidat.

HOME

- **Ser important:** tindre èxit, ser respectat i guanyar molts diners.
- **Ser fort:** implica competir amb altres homes per a demostrar les seues capacitats.
- **Ser autosuficient i valent:** no tindre por i, si en té, ocultar-lo. No expressar emocions, menys confiança o seguretat en ell mateix.
- **Ser agressiu i audaç.**
- **Respectar la jerarquia i la norma.**

APRENTATGE EMOCIONAL DIFERENCIAL

DONA

Estar per a tots

- Anteposar la cura dels altres a la meua.
- Controlar el cos i la sexualitat com a signe d'honor i respectabilitat

CULPA

HOME

Ser el centre de totes les coses

- Estar a l'altura de la posició social i pública que he rebut.
- L'èxit com a mesura de la meua masculinitat.
- Estar a l'altura per a merèixer l'admiració social.

IRA

DINÀMICA 9. ROLE PLAYING.

Tema: rols de gènere i assertivitat.

Es tracta que l'alumnat, per grups de 5 o 6 persones, pense en una història i l'escenifique davant la resta del grup.

L'escena ha de ser la resolució d'un conflicte de manera assertiva i en el qual la temàtica treballada siga la igualtat de gènere





XARRADES DE RETORN D'EXPERIÈNCIA.

Les xarrades de retorn d'experiència es realitzen una vegada finalitzat el taller d'intel·ligència emocional amb perspectiva de gènere. En primer lloc, es fa un repàs dels continguts treballats anteriorment en el taller i després es treballen dinàmiques anomenades «**rutines de pensament**». En aquesta activitat ens centrem en l'ús de l'educació emancipadora i el pensament crític actiu, mitjançant l'ús d'aquestes tècniques anomenades «**rutines del pensament**».

Les rutines de pensament són uns instruments que s'utilitzen a l'aula i que contribueixen a generar moviments de pensament crític. Són estructures amb les quals l'alumnat, d'una manera individual o col·lectiva, inicien, posen en comú o gestionen el seu pensament alhora que descobrixen models de conducta que permeten utilitzar la ment per a generar pensaments, reflexionar i raonar. Són estratègies breus i fàcils d'aprendre que orienten el pensament de l'alumnat i estructuren els debats d'aula. Aquesta tècnica facilita i qüestiona pautes de comportament normalitzades i promou la sensibilització de l'alumnat davant situacions que els resulten alienes.

DINÀMICA 10. TRES, DOS, UNO, PONT.

Vídeo «Què significa fer una cosa com una xica?»

Es visualitza el vídeo en un enllaç de YouTube i s'emplena la fitxa de rutina del pensament «3,2,1 pont».

Tema: rols de gènere.

Objectius: fer conscient l'alumnat dels estereotips de gènere i els micromasclismes que ens envolten. Expressions «com una xica» comporten una imatge negativa. Fer una cosa «com una xica» és una mena d'insult que perjudica l'autoestima de les xiques.

Metodologia: visualització del vídeo i redacció de la fitxa «3, 2, 1, pont». Aquesta metodologia és una «rutina de pensament» i s'utilitza per a adquirir informacions noves. Construïm un pont entre els coneixements previs de l'alumnat i els nous. Així, s'activa el coneixement anterior i s'establixen connexions amb el que acaben d'aprendre. Es visualitza el vídeo, n'escriven 3 idees, 2 preguntes i 1 metàfora o analogia. Una vegada finalitzada la sessió, l'alumnat completa de nou el 3, 2, 1. Per a analitzar l'evolució de la seua idea, per parelles, compartixen el seu pensament inicial i reflexionen com i per què ha canviat després de l'explicació rebuda. En fer visible el seu pensament podran descobrir els aspectes més interessants de cada idea. Després es compartixen les idees amb la resta de la classe, tot fomentant el respecte, l'escolta i la reflexió a l'aula..

Materials:

Vídeo «*Què significa fer una cosa com una xiqueta?*»
<https://www.youtube.com/watch?v=Fr8tN6tVOMa>

Fitxa 3, 2, 1 pont. **Annex 9.**

DINÀMICA 11. VEIG, PENSE I EM PREGUNTE.

Tema: sexisme a les botigues de roba.

Objectius: fer reflexionar l'alumnat sobre el sexisme.

Metodologia: Visualització del vídeo i redacció de la fitxa «Veig, pense i em pregunte». Daisy és una xiqueta de 12 anys que es qüestiona els missatges que apareixen a les samarretes en funció de si són per a xiquetes o per a xiquets. Als xiquets se'ls convida a complir els seus somnis, a viure aventures i a ser herois; mentre que a les xiquetes se'ls diu «Hey!».

Materials:

Vídeo: "*Vídeo. Daisy té alguna cosa a dir sobre la roba de Tesco*".

https://www.youtube.com/watch?v=g2iYCw_hRjo

«Veig, pense i em pregunte». **Annex 10.**



7. CONCLUSIONS

QÜESTIONARIS D'EDUCACIÓ EMOCIONAL (BLASCO GUIRAL I ALTRES, 2002).

El qüestionari consta de 25 ítems que es distribuïxen atenent els continguts del taller:

- **Autoconeixement de l'1 a 5.**
- **Autocontrol del 6 al 10**
- **Automotivació de l'11 al 15.**
- **Empatia: del 16 al 20.**
- **Habilitats socials: del 21 al 25.**

1r ESO A

AUTOCONEIXEMENT:

Els xics mostren més seguretat davant el que volen i els seus sentiments.

No obstant això, no s'aprecia diferència entre xics i xiques respecte al coneixement dels seus punts forts i febles, i pel que fa a les capacitats per a enfrontar i solucionar un problema.

AUTOCONTROL:

Les xiques, amb molta diferència, controlen més el seu comportament impulsiu. No obstant això, xics i xiques tenen una puntuació més igualada pel que fa a mantenir la calma quan tot el grup està nerviós.

AUTOMOTIVACIÓ:

Xics i xiques empaten en puntuació pel que fa a esforçar-se quan comencen una tasca i a superar-ne els reptes. Al mateix temps, pensen de manera grupal a l'hora de prendre una decisió i es qüestionen en què han fallat quan es troben amb algun contratemps.

No obstant això, els xics tenen més confiança en les seues habilitats per a obtenir èxit.

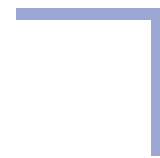
EMPATIA:

Les xiques mostren més capacitat de posar-se en el lloc de les seues amistats i ajuden quan una altra persona les necessita.

HABILITATS SOCIALS:

Les xiques són més resolutives i, quan tenen un problema amb algú, s'hi enfronten i el resolen parlant.

Xics i xiques empaten en la importància que donen al fet que existisca una relació de respecte entre les persones de la classe.



1r ESO B

AUTOconeixement:

Els xics reflexionen sobre el que volen i sobre els seus sentiments sobre aquest tema abans de prendre una decisió.

En canvi, les xiques s'enfronten als problemes i els intenten solucionar.

AUTOcontrol:

Les xiques controlen el seu comportament impulsiu i es mantenen tranquil·les quan la resta del grup mostra nerviosisme, a diferència dels xics.

Elles també mostren una clara diferència pel que fa a saber distanciar-se del seu punt de vista i posar-se en el lloc de l'altra persona.

AUTOMOTIVACIÓ:

Les xiques es mostren més receptives a l'hora d'esforçar-se quan comencen una tasca i estan motivades pels reptes que els planteja. Mostren confiança plena en les seues habilitats per a obtindre èxit i fan autocrítica davant els obstacles, amb molta diferència de puntuació respecte als xics.

EMPATIA:

Les xiques són més empàtiques i ajuden la resta tenint en compte el que necessiten i el que senten. Al mateix temps, es mostren més receptives a ajudar sense que ningú els ho demane i identifiquen les seues emocions i les dels altres, al contrari dels xics.

HABILITATS SOCIALS:

Les xiques solucionen els conflictes amb la classe i parlen per a solucionar-los.

2n ESO A

AUTOconeixement:

Els xics, amb diferència, són més conscients dels seus punts forts i febles, i prenen decisions respecte als seus sentiments. Les xiques, quan estan convençudes de la seua opinió, la mantenen ferma.

AUTOcontrol:

Els xics, de manera clara, han mostrat més autocontrol en la seua impulsivitat i estat nerviós, admeten els seus errors i ser responsables dels seus objectius, a diferència de les xiques.

AUTOMOTIVACIÓ:

Ací les xiques mostren més esforç a l'hora d'acabar les tasques, també puntuen més pel que fa a la presa de decisions grupals i l'admissió dels seus errors.

EMPATIA:

En aquest apartat, xics i xiques empaten.

HABILITATS SOCIALS:

Les xiques consideren molt important que hi haja una relació de respecte al grup.

Els xics, quan tenen un problema, identifiquen els motius que l'originen i el solucionen.

2n ESO B**AUTOCONEIXEMENT:**

Les xiques, clarament, reflexionen sobre les seues emocions i saben identificar els seus punts forts i febles, al mateix temps, s'enfronten als seus problemes i els solucionen, a diferència dels xics.

AUTOCONTROL:

Tant xics com xiques mostren control en el seu comportament impulsiu i estat anímic nerviós.

AUTOMOTIVACIÓ:

Les xiques es motiven més per esforçar-se a superar els reptes.

Els xics mostren més confiança en les seues capacitats a l'hora d'obtindre èxit.

EMPATIA:

Les xiques són, amb diferència, més receptives a l'hora de posar-se al lloc de les altres persones, ajuden sense que els ho demanen i saben el que senten elles i la resta..

HABILITATS SOCIALS:

Ací els xics clarament s'enfronten més per a solucionar els problemes si els comparem amb les xiques..

1r ESO A

Qualitats: les xiques d'aquest grup es consideren molt nervioses i les seues qualitats, en la gran majoria, entrarien dins dels estereotips del gènere femení::

- **Tímida II.**
- **Sociable.**
- **Sentimental.**
- **Simpàtica.**
- **Agradable.**
- **Afectuosa.**
- **Amable II.**
- **Fidel.**
- **Honesta.**

Els xics, per la seua part, també es consideren molt nerviosos i les seues qualitats també repetixen trets assignats a l'estereotip del gènere masculí, entre elles en destaquem::

- **Sociable IIII.**
- **Alt.**
- **Pesat.**
- **Intel·ligent.**
- **Imaginatiu.**
- **Esportista.**



1r ESO B

Qualitats: en aquest grup, les xiques repeteixen les qualitats estereotipades per gènere::

- Amable IIII.
- Simpàtica III.
- Amistosa II.
- Agradable II.
- Divertida.
- Inesgotable.
- Responsable.
- Afectuosa.
- Graciosa.
- Bona.
- Empàtica.
- Endreçada.

Sólo una chica indica deportista como cualidad.

Pel que fa als xics d'aquest grup, les seues qualitats són molt semblants a les de les xiques, encara que continuen repetint el patró dels estereotips masculins.

- Simpàtic IIII.
- Graciós.
- Ràpid.
- Àgil.
- Amable.
- Divertit.
- Alegre.
- Generós.
- Pensatiu.

En eixe grup, només els xics es consideren nerviosos..

DINÀMICA 2. EMOCIONS DIFERENTS.

1r ESO A

Les emocions triades per aquest grup són:



De les quatre emocions triades, dos en són de bàsiques i dos de secundàries o de socials.

Pel que fa a les seues respostes, saben diferenciar clarament quines són les emocions bàsiques i quines les socials.

1r ESO B

Les emocions triades per aquest grup són:



De les triades només dos en són bàsiques i la resta en són de socials o de secundàries.

DINÀMICA 6. QUÈ FARIES?

Aquesta dinàmica es va realitzar de manera conjunta amb els dos cursos de primer de l'ESO al pati del col·legi per a promoure la creativitat en espais alternatius fora de l'aula.

Què faig:

Totes les respostes giren en torn a ajudar i defensar la xica.

Algunes persones avisarien el professorat, però abans intentarien resoldre conflicte.

Com em sent?

Totes les respostes identifiquen les emocions de tristesa, enuig o ràbia, ja que empatitzen amb la situació de la xica.

Com actuaries?

La majoria de les respostes apunten a una resolució assertiva del conflicte. Primer dialogarien amb els xics i, si no se soluciona, avisarien una persona adulta (professorat, mare o pare). També hi ha un nombre elevat de respostes que, de manera sincera, reconeixen que actuarien de manera violenta.

DINÀMICA 7. FITXA DE SITUACIÓ.

Els ha resultat molt difícil defensar la postura de Jon i l'única opció que han vist per a mirar de defensar-lo és la de recórrer a missatges masclistes.

En canvi, empatitzen amb Alba i respondrien de manera assertiva a Jon per a defensar-la, ja que consideren que Jon és el líder el grup i, per això té el respecte de la resta.

DINÀMICA 10. 3, 2, 1 PONT.

1r ESO A i B

IDEES:

Les respostes de l'alumnat engloben tots els conceptes treballats durant el taller. A continuació destaquem les idees més repetides entre els dos cursos de primer de l'ESO:

- **Sentiment.**
- **Masclisme**
- **Tipus de comportament que imposa la societat**
- **Rols de gènere**
- **Micromasclismes**
- **Estereotip emocional**
- **Intel·ligència emocional**
- **Assertivitat**

PREGUNTES:

Les preguntes més rellevants dels dos grups són:

- **Per què les dones no tenen els mateixos drets que els homes?**
- **Per què existix eixa desigualtat?**
- **Per què existix el masclisme?**
- **Perquè hi ha tanta violència de gènere?**
- **Perquè les dones són inferiors?**
- **Per què les dones reben un sou inferior al dels homes en el mateix lloc de treball?**



2n ESO A i B

IDEES:

Els conceptes més repetits són:

- Desigualtat
- Masclisme
- Feminisme
- Violència de gènere
- Diferència de tracte
- Diferència salarial
- Estereotips de gènere
- Educació desigual entre dones i homes
- Igualtat

PREGUNTES:

- Quan canviarà?
- Quina diferència hi ha entre el masclisme i el feminisme?
- Com podríem eliminar la desigualtat?
- Per què es maltracten les dones i no els homes?
- Perquè hi no fem res?
- Perquè existix la violència de gènere?
- Quan acabarà la desigualtat?
- Fins quan?
- Perquè fer mal a una dona?
- Perquè en una societat tan avançada com la de hui dia es permet aquesta desigualtat tan gran?
- Quan pensem canviar-ho?

Com veiem en les preguntes de 2n d'ESO, l'alumnat es qüestiona l'origen de la desigualtat, els motius i fins quan durarà. A diferència de 1r d'ESO, aquest alumnat, ja més gran, es considera part de la solució d'aquesta desigualtat entre homes i dones..

1r ESO

Tot l'alumnat ha reflexionat i s'ha adonat d'una cosa que resulta tan òbvia i quotidiana, tot i que fins ara no s'havien qüestionat la diferència dels missatges i els colors en la roba de xiquets i xiquetes. Ho consideren injust i es pregunten per qui són les persones que decideixen els missatges de la roba i per què hi ha eixa diferència.

2n ESO

Igual que l'alumnat de 1r d'ESO, estan d'acord amb els comentaris de la xiqueta del vídeo i els sembla injusta aquesta diferència entre xiquets i xiquetes. Al mateix temps, les preguntes que es fan es dirigeixen a l'arrel del problema i es consideren com a part de la solució:

- **Quan pensem canviar això?**
- **Perquè és així?**
- **Qui ho imposa?**
- **Quant de temps tardarà a canviar?**
- **Perquè el rosa per a les xiquetes i blau per als xiquets?**
- **Per què les xiquetes som fabuloses i els xiquets, aventurers?**
- **Per què les xiquetes tenen missatges com ara «bonica, dolça, afectuosa» i els xiquets, «guerrer, aventurer, heroi, fort i fanfarró»?**

8. BIBLIOGRAFIA.

- **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

- **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

valencia@pazydesarrollo.org