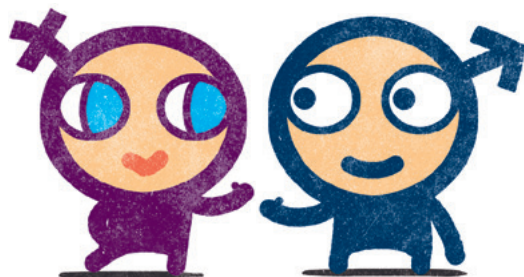


GUÍA PRÁCTICA PARA PROFESORADO



MI PROFE IGUALA

Prevenir la violencia de género desde el aula



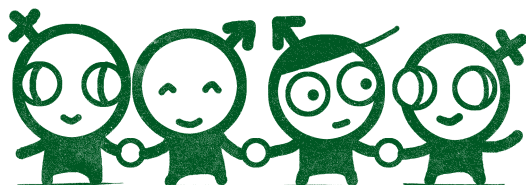
Comunidad
de Madrid



Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la **Comunidad de Madrid** y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.



comunidad.madrid/publicamadrid



EDITA Y PROMUEVE: Dirección General de la Mujer.
Consejería de Políticas Sociales y Familia

REDACCIÓN Y CONTENIDOS: Fundación Luz Casanova.
Paula Roldán Gutiérrez (coordinación y contenidos),
Mariana Fombella Mourelle (redacción de contenidos),
Cristina Pérez Castaño (redacción de contenidos)

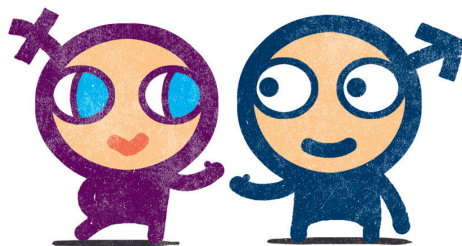
EDICIÓN DE TEXTOS, DISEÑO Y MAQUETACIÓN:
www.puntoycoma.org

ILUSTRACIONES: José A. Calvo

IMPRIME: Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid

DEPÓSITO LEGAL: M-35.992-2018

GUÍA PRÁCTICA PARA PROFESORADO



MI PROFE IGUALA

Prevenir la violencia de género desde el aula



**Comunidad
de Madrid**

Dirección General de la Mujer
CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES
Y FAMILIA

Índice

Presentación	5
1. HABLEMOS DE IGUALDAD Y DE VIOLENCIA DE GÉNERO	7
El profesorado: clave en la prevención de la violencia de género	8
¿De qué hablamos cuando hablamos de género?	12
Empecemos por el principio ¡LA CONFIANZA!	18
Crecer en respeto y libertad	21
Ampliar la mirada	23
Promover la igualdad	27
¿Revisamos nuestra propia visión de género?	
¡Vamos a ello!	32
¡Con la igualdad... ganamos todas y todos!	36
¿De qué hablamos cuando hablamos de violencia de género?	38
Género y violencia	40
La violencia de género en los centros educativos	42
2. INFANTIL Y PRIMARIA	53
El poder de la escuela	54
Y para comenzar la aventura, un cuento	58
Detectar... para transformar	64
Promoviendo la igualdad	68
Trabajando las emociones	78
Fomentando el buen trato	84

3. SECUNDARIA	89
Trabajar con adolescentes	90
La adolescencia es una etapa compleja	98
Pero también tiene sus ventajas	99
El aprendizaje de las relaciones afectivas	100
Mitos sociales sobre las relaciones de pareja	102
Redes sociales, ¿aliadas o enemigas?	106
Violencia de género en parejas adolescentes	110
Entendiendo lo que pasa: el ciclo de la violencia	113
¿Cuándo se nos deben encender las alarmas?	118
Nuevas formas de ejercer violencia de género: las redes sociales	121
Incorporando la prevención y la detección en el aula	126
Qué hacer si detectamos una situación de maltrato	132
Qué hacer si la situación de violencia de género se da en una pareja de tu clase	136
Dificultades que podemos encontrar	138
4. ANEXOS	139
Normativa	140
Internacional	141
Europea	141
Estatal	141
Comunidad de Madrid	142
Bibliografía	143
Bibliografía para jóvenes	146
Glosario	148

PRESENTACIÓN

Esta guía pretende ser una herramienta práctica de soporte para el profesorado, que ayude a enmarcar de qué hablamos cuando hablamos de violencia de género; y que dote de claves preventivas que puedan consultarse y nutran el desempeño cotidiano en el aula.

El profesorado cumple un papel esencial en el desarrollo de las personas, por ello es importante apoyar a quienes acompañan a diario a niñas, niños y adolescentes. Más aún teniendo en cuenta que actualmente la realidad en las aulas es cada vez más compleja y requiere de una capacitación diversa y profunda, añadida a la labor diaria.

La guía se enmarca dentro del Eje I Sensibilización y Prevención, de la Estrategia Madrileña contra la Violencia de Género 2016-2021, que propone diversas medidas para erradicar y prevenir la violencia de género, en particular, desde los centros escolares.

Se ha dividido en tres grandes bloques: uno **introdutorio**, que aborda conceptos básicos y aporta pistas que ayuden a reflexionar sobre nuestros roles y actitudes; un segundo bloque enfocado a la promoción de la igualdad desde las primeras etapas del desarrollo, principalmente para **para profesorado de infantil y primaria**; y finalmente un tercer bloque, dirigido a **profesorado de secundaria**, que ahonda en el fenómeno de la violencia de género en la etapa adolescente, para facilitar su prevención, detección y abordaje.

Todo ello elaborado con la amplia experiencia del programa *No te cortes*, recurso de la Comunidad de Madrid específico para chicas adolescentes que están o han estado en relaciones de pareja en las que se dan situaciones de maltrato (que puede no ser físico, pero sí de dominio y de control). El programa también incluye el trabajo con sus familias, así como la sensibilización en centros escolares y con profesionales.

La riqueza y novedad de esta guía se nutre de la práctica clínica, desde la realidad de las adolescentes dentro de las relaciones de violencia, y, por lo tanto, se enfoca desde casos reales, así como desde las opiniones, creencias y vivencias adolescentes recogidas en el ámbito educativo con el trabajo de prevención.



Aunque se ha avanzado considerablemente en materia de igualdad entre mujeres y hombres, es necesario continuar la deconstrucción de roles tradicionalmente instalados, que provocan espejismos sobre lo que deben ser una mujer y un hombre, así como las formas de relacionarse entre sí. En diversas investigaciones¹ realizadas con población adolescente y joven, aparecen numerosos indicadores acerca de este oasis de creencias en el cual se siguen vinculando las relaciones de pareja con el mito del amor romántico, y el amor con la violencia, porque su germen es el modelo machista.

Estos estudios concluyen que el ámbito educativo es de vital importancia para influir en la forma de pensar. Por ello cabe destacar **la necesidad de instaurar bases sólidas desde la infancia que consoliden el buen trato y desarrollen la inteligencia emocional sin corsés de género**, para prevenir la violencia de género que aparece en edades muy tempranas, desde el comienzo de la adolescencia.

En este sentido, **los centros educativos son lugares privilegiados desde donde se acompaña la construcción y el despliegue de la identidad**, donde se aprenden y establecen relaciones sociales, y con ellas, se generan pautas socioculturales que definen las relaciones entre mujeres y hombres.

La propuesta de esta guía se estructura en torno al papel protagonista del profesorado, por eso pretende animar y apoyar su función, promoviendo una educación construida sobre valores pacíficos, igualitarios y de buen trato para continuar el camino hacia una sociedad libre de violencia contra las mujeres.

Consejería de Políticas Sociales y Familia
Comunidad de Madrid

1. *Percepción de la violencia de género en la adolescencia y la juventud*. Delegación del Gobierno para la Violencia de Género. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

Voces tras los datos. Una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes. Carmen Ruiz Repullo. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería de Igualdad y Políticas Sociales. Junta de Andalucía.

Igualdad y Prevención de la Violencia de Género en la Adolescencia. Estudio en centros educativos. Ministerio de Igualdad y UCM Unidad de Psicología preventiva.

La evolución de la adolescencia española en la igualdad y la prevención de la violencia de género. Delegación del Gobierno para la Violencia de Género.



1.

HABLEMOS de igualdad y de violencia de género

EL PROFESORADO: CLAVE EN LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



Los profesores y profesoras, así como el personal de los centros escolares, conviven a diario con chicos y chicas, niños y niñas. Más horas incluso que sus familias. Tienen la oportunidad de verlos, conocerlos, hablarles, enseñarles, mostrarles y acompañarles en etapas fundamentales en el desarrollo y construcción de la persona. También de ofrecerles un modelo del que aprenderán una forma de relacionarse, de hablar o simplemente de sentirse o estar en el mundo.

Los modelos de relación no se aprenden solo en situaciones específicamente creadas para enseñar y aprender sobre las mismas; se aprenden en el día a día, en la forma en la que somos queridos y tratados en nuestras relaciones.

Todos y todas sabemos lo que son relaciones “positivas, sanas, buenas”, pero necesitamos comprometernos en el día a día, pasar de la teoría a la práctica. Porque la formación más valiosa que podemos ofrecer al alumnado es la que procede de la experiencia personal. A menudo encontramos a madres y padres que gritan a sus hijos “¡que te he dicho mil veces que no



grites!", a profesores y profesoras que responden a su alumnado "deja de decir tonterías y ponte a hacer lo que tienes que hacer", o familias que desconocen a qué se dedican sus hijos e hijas, qué hacen, quiénes son sus amistades, qué música les gusta, qué intereses tienen o qué les preocupa.

Los conocimientos que se facilitan en las aulas son necesarios e importantes, pero su puesta en práctica, la vivencia, posibilita que se experimenten, que se digieran y permanezcan con el paso del tiempo. En definitiva, que se integren en nuestra persona y nuestra forma de ser y estar en el mundo con nosotros/as mismos/as y con los otros/as.

El buen trato, además de transmitir modelos de relación, influye directamente en que la persona se sienta digna de ser bien tratada.

No es necesario invertir grandes tiempos ni esfuerzos. No importa si no puedes realizar actividades dedicadas exclusivamente a esto. Basta con estar atentas, atentos, e incorporarlo en nuestras rutinas. Mirar a nuestro cotidiano fijándonos en qué aspectos mantienen desigualdades entre hombres y mujeres, niños y niñas; porque en esas desigualdades se puede apoyar una relación de violencia de género.

Y muy importante, ser conscientes de que prevenir la violencia de género implica también validar a cada persona con sus características y casuísticas personales, permitiendo que se desarrolle tal y como es, acompañando y aconsejando, pero respetando los ritmos y momentos.



Los modelos de relación no se aprenden sólo en un aula específica o en un proceso de terapia, se aprenden en el día a día, en la forma en la que somos queridos y tratados en nuestras relaciones.



Esta guía pretende animar, motivar y sobre todo ayudar. En ella vas encontrar algunas claves, junto con una variedad de ejemplos prácticos que podrás incorporar en tu día a día.



Si incorporamos un trato bueno e igualitario en lo cotidiano, los frutos llegarán tarde o temprano.

Recuerdo a mi profesor de Ética, nos obligaba a debatir en clase sobre temas de actualidad: terrorismo, moda, cambio climático. Era muy positivo, lo de menos era el tema, lo que aprendíamos de verdad era a poder hablar con alguien que piensa completamente distinto y respetar todas las opiniones.

Recuerdo una profesora de Latín, no, no... era de Literatura, no sé, no recuerdo la asignatura, pero recuerdo que siempre me animó a seguir escribiendo. Me dijo que si confiaba en mí misma, acabaría con las barreras más difíciles, las que nos ponemos nosotras/os mismas/os.



Recuerdo a mi profesora de Historia del Arte, nos contaba las cosas con tanta pasión que era imposible que no nos interesara. Se salía del temario estipulado para contarnos cosas de la vida de los/as artistas, nos retaba a reflexionar y buscar información de por qué había tan pocas mujeres artistas reconocidas en aquella época. Una vez recuerdo que hicimos un concurso de investigación de mujeres pintoras y el ganador expuso el trabajo delante de todo el instituto.

Recuerdo a mi profesor de Informática, era súper exigente y ponía unos exámenes muy difíciles, pero siempre estaba pendiente de lo que nos pasaba y podías hablar con él... nos daba mucha confianza. Recuerdo que incluso cuando ya no era profe nuestro acudíamos a él para pedirle opinión o consejo.



¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE GÉNERO?



Toda sociedad tiene una serie de “normas, mandatos y/o prescripciones sociales” que aprendemos desde la cotidianidad, desde nuestro entorno cercano y nuestras relaciones. Sirven de base para la formación de nuestra identidad social en relación con otros miembros de esa sociedad. Es lo que nunca nos dijeron, pero aprendimos sin necesidad de preguntar.

Desde estos mandatos, lo que aprendemos en realidad es cómo debemos ser y cómo no debemos ser, o qué debemos y qué no debemos hacer, decir, sentir... Los procesos de identificación y construcción social resultan fundamentales cuando hablamos de infancia y adolescencia, puesto que es un periodo de construcción personal en el que aprendemos quiénes y cómo somos.

En este contexto, cuando hablamos de la importancia del género y de sus implicaciones, nos referimos a la influencia que tiene esta construcción social en cómo nos identificamos y, desde esa identificación, cómo nos relacionamos.





DEFINICIÓN de "GÉNERO" de la OMS:

Roles socialmente contruidos, comportamientos, actividades y atributos que una sociedad dada considera apropiados para los hombres y las mujeres.

«Masculino» y «Femenino» son categorías de género.



DEFINICIÓN de "SEXO" de la RAE:

Condición orgánica, masculina o femenina, de los animales y las plantas.

PÁRATE A PENSAR QUÉ SIENTES QUE ESPERAN DE TI... y después pregúntate si esperan lo mismo de tu hermano, de tu compañero (si eres mujer); de tu hermana, de tu compañera (si eres hombre).

Las diferencias que encontramos tienen que ver con el género y con los "deberías" a los que sentimos que debemos atender, con las diferencias que nos asignan a hombres y mujeres sólo por el sexo al que pertenecemos.

Este ejercicio también te puede resultar muy útil con tu alumnado.





El 9,25% de los chicos y el 6,54% de las chicas opinan que “LOS CHICOS MÁS AGRESIVOS SON MÁS ATRACTIVOS”.

El 11,52% de los chicos frente al 2,56% de las chicas opinan que “LOS HOMBRES NO DEBEN LLORAR”.

El 11,67% de los chicos frente al 6% de las chicas opinan que “ESTÁ BIEN SI UN CHICO SALE CON MUCHAS CHICAS, PERO NO AL REVÉS”.

** La evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la prevención de la violencia de género, investigación promovida por la Delegación de Gobierno para la Violencia de Género, en 2013.*

A las chicas y a los chicos se les enmarca en modelos tradicionales de masculinidad y feminidad:

- **MUJERES:** modelos relacionados con la belleza –según la moda del momento, pero siempre como aspecto fundamental–, el cuidado de las personas, la fidelidad, la dependencia emocional.
- **HOMBRES:** modelos relacionados con la fuerza física, el poder como forma de obtener valoración, la competitividad, la agresividad.

De este modo, **nuestra identidad se construye en torno a papeles y estereotipos de género** que, además de establecer una clara diferenciación entre hombres y mujeres, limitan a ambos y sitúan a las mujeres mayoritariamente en una posición de discriminación.



IDENTIDAD DE GÉNERO

Alude a la percepción subjetiva que una persona tiene sobre sí misma en cuanto a sentirse hombre, mujer, en cuanto a nuestro rol de género. Sus articuladores son los cánones vigentes de masculinidad y feminidad, junto con nuestro esquema mental y afectivo de pertenencia a un sexo.

ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Conjunto de ideas, mandatos y expectativas a partir de los cuales se establece un modelo de lo femenino y lo masculino en un contexto, y se normativiza o categoriza a los miembros de la sociedad de acuerdo a ello.

REFLEXIONAR SOBRE EL GÉNERO EN EL AULA.

Pedir al alumnado que diga cómo creen que son las chicas y cómo son los chicos. Hacer dos columnas con las características. Abrir una reflexión y debate sobre si esas diferencias nos llevan a un posible modelo de chicos y chicas, y qué nos pasa si no respondemos a ese modelo. También si hay chicas que cumplirían criterios de chicos y al revés. Reflexionar sobre el origen de las diferencias (que en su gran mayoría tiene que ver con la educación diferenciada y los modelos, no con diferencias biológicas).



Y SI NOS PREGUNTAMOS...

¿Qué desventajas creemos que tiene, o de qué sentimos que nos hemos librado al no ser... hombre o mujer?

Es posible que nos encontremos con estereotipos o aspectos relativos al género, también con los costes de cumplir con "lo establecido". Verlos o identificarlos en nuestra propia vida nos ayuda a entender que estamos dentro de esta forma de socialización, que es básica en la construcción de nuestra identidad, de nuestra manera de pensar y sentir, de nuestros valores y actitudes frente a la vida y a las demás personas.



El problema de la construcción del género no radica sólo en la diferencia entre ambos modelos, sino en que se construyen sobre una jerarquía en la que uno está más valorado que el otro, al igual que los papeles o funciones que se les asignan.

Además, se establecen con una rigidez importante, de manera que salirse del mandato (ya sea femenino o masculino) supone

EJEMPLO PRÁCTICO



“ANDREA es una chica de 14 años, acaba de empezar el instituto y se ha enamorado de un chico de su clase que se llama **PABLO**. Dice que es muy guapo y gracioso, y que le gustan los chistes que cuenta. Pablo tiene 14 años, le encanta contar chistes y hacer reír a los demás. Es nuevo en el instituto y el cambio le está costando un poco porque no ha hecho casi amigos chicos. En los recreos los chicos juegan al fútbol, pero como a él no le gusta, siempre está o con las chicas o intentando convencer a los chicos de jugar a otra cosa, aunque casi nunca lo consigue. Las veces que se junta con ellos es para ver en el móvil chistes de chicas.

A él no le gustan mucho esos chistes, pero como es el único momento que está con sus amigos, los busca y se los enseña, y dice que él va a tener una novia como las modelos, alta, delgada y con la cara como las de las revistas. Andrea escucha esto y trata por todos los medios de gustar a Pablo. Cree que para gustarle tiene que parecerse a todas esas chicas, dice que sino que se convertirá en una ‘solterona’...”

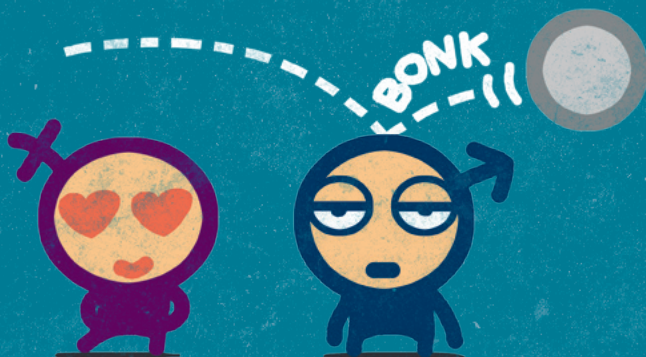


una diferenciación que a menudo es criticada, discriminada o juzgada. El resultado es que chicos y chicas, hombres y mujeres, reconducen sus actitudes y comportamiento para cumplir con la norma... o sufr en las consecuencias de no hacerlo.

¿QUÉ MODELOS DE HOMBRES Y MUJERES TIENEN ANDREA Y PABLO?

¿Puede Andrea entender que no tiene que ser como una modelo para poder gustar a Pablo? ¿Puede Pablo hacer amigos nuevos aunque no le guste el fútbol? ¿Acabará jugando al fútbol sólo por poder jugar con los chicos e integrarse en su nuevo centro escolar? ¿Acabará Andrea intentando cambiar su imagen o forma de ser para gustar a Pablo? ¿Puede Pablo entender que las modelos de las revistas no son exactamente como las chicas o las mujeres reales?

Andrea y Pablo están en plena pubertad y se construyen tanto ellos/as como sus relaciones con otros/as por modelos de identificación. Es fundamental poder ofrecerles otros modelos de identificación y romper algunos estereotipos o creencias sobre cómo debemos ser, a la vez que fomentar el valor de la diversidad y el respeto.



EMPECEMOS POR EL PRINCIPIO ¡LA CONFIANZA!

¿Crees que trabajar la igualdad o prevenir la violencia entre chicos y chicas es tarea imposible? Seguro que más de una vez te has visto inmersa/o en estos pensamientos:

- No puedo hacer nada (sentimiento de incapacidad, desmotivación).
- Se lo digo pero no hacen nada, a mí no me hacen ni caso... (impotencia).
- Las hormonas los/as tienen revolucionados/as (desviación del problema).
- No saben lo que dicen, pero algún día se darán cuenta... (falacia de que el tiempo cambiará o mejorará la situación).
- Por mucho que yo les diga van a seguir haciendo lo que quieren (desconfianza en la juventud)
- Sólo sirve castigarles y yo no puedo prohibirles pensar así (motivación al cambio desde lo negativo-castigos).
- Si en su casa ven lo mismo... no hay nada que hacer (desviación del problema y de la responsabilidad sobre el mismo).
- La educación en igualdad tiene que ser desde antes... (justificación de nuestras dificultades, en lugar de asumir la situación como nos viene dada y abordarla de la mejor manera posible).
- El problema son las nuevas tecnologías, que nos impiden relacionarnos adecuadamente (criticar los avances tecnológicos en vez de utilizarlos a nuestro favor).

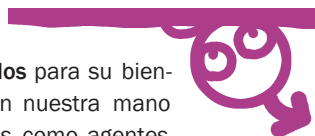


En ocasiones las limitaciones que nos encontramos (“yo solo doy clase a un curso”, “el grupo que me ha tocado este año es imposible”...) nos llevan a la desmotivación y con ella a desviar el problema, justificarlo o minimizarlo. **Pero nuestra percepción cambiará si tomamos conciencia de la importancia de aportar nuestro granito de arena, de cuidar que nuestro modelo sea lo más igualitario posible** y atender a las cuestiones de género que mantienen las desigualdades o las injusticias en la forma de relacionarnos y sobre las que se construyen las distintas formas de violencia.

Si el primer paso es confiar en nosotras/os como profesionales, el siguiente y no menos importante es confiar en los chicos y chicas, en su necesidad de aprender modelos apropiados para su bienestar y el de las personas que les rodean. En nuestra mano está ayudarles a que confíen en ellos y en ellas como agentes de cambio para una sociedad mejor y como personas que pueden cuestionar, pensar y reflexionar sobre el mundo en el que les ha tocado vivir, para mejorarlo.



Tu aportación, por pequeña que te pueda parecer en ocasiones, les ayudará a construir modelos de respeto y buen trato. ¡No pierdas la ocasión de poner tu parte!



El 2,06% de las chicas que sufren violencia de género en su relación se lo cuentan a su tutor/a o profesor/a*.

* Según la “macroencuesta violencia contra la mujer 2015” del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, donde por primera vez se incluyen datos sobre menores (16 y 17 años) víctimas de violencia de género.





La infancia y la adolescencia son momentos privilegiados para transmitirles valores y acompañarles en esa gran tarea que es descubrirse y construirse.



Tanto niños y niñas como adolescentes están en un momento de desarrollo y construcción personal, de permeabilidad, de absorber todo lo que ven, oyen y sienten. Es un momento realmente privilegiado para transmitirles valores y acompañarles en esa gran tarea que es descubrirse y construirse. Para ello es recomendable asumir que parte del proceso son las propias limitaciones, evolutivas e individuales.

En ocasiones escucharán pero harán como que no escuchan, nos desafiarán con comportamientos que saben que no son adecuados como forma de medirnos, de conocer los límites y de explorar la respuesta o las consecuencias de sus actos, pero todo esto no es más que parte del proceso. Verlo de este modo pondrá fin a multitud de frustraciones.

En definitiva, la infancia y la adolescencia son un recurso a desarrollar y no un problema a resolver. Un desarrollo saludable requiere algo más que evitar conductas de riesgo. Es importante comprender que la llave la podemos encontrar en promover un desarrollo social, emocional, comportamental y cognitivo sano.



CRECER EN RESPETO Y libertad

Una persona crece desde pequeña con la necesidad de ser querida y aceptada. La forma de lograrlo la aprendemos en la relación con las personas que nos rodean, principalmente la familia y el entorno educativo.

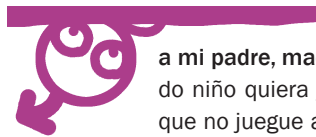
¿Qué pasa si un niño o una niña no responden al comportamiento socialmente aceptado como “masculino” o “femenino”? Por ejemplo, si soy un niño, tengo 4 años y veo que todos mis compañeros en el cole juegan con coches y espadas, es lógico que por identificación y por imitación tenga más probabilidad





El camino para construir un mundo más igualitario comienza por evitar la transmisión de estereotipos y sesgos por sexo.

des de que me guste jugar con coches y espadas. Pero si tuviera una amplia gama de posibilidades de juego a mi alcance, todas con la misma facilidad, las probabilidades bajarían, y si no todos los niños o no la mayoría jugaran con ese tipo de juguetes continuarían bajando. Y si yo decidiera que esos juegos no me interesan, que prefie o otros y se me validara mi elección, se facilitaría mi libertad de elegir y la construcción de una identidad en la que puedo tomar mis propias decisiones libremente.



Sin embargo, **si cuando yo quiero realizar mi elección, según mis intereses y motivaciones, a mi padre, madre, profesor/a no les parece adecuado** que siendo niño quiera jugar, por ejemplo, con muñecas, van a intentar que no juegue a eso o indirectamente van a tratar de motivarme hacia otro tipo de juegos o juguetes. Esto ocurre, a veces, **por miedo al rechazo social** (ese niño juega a cosas de niñas, cómo le dejan sus padres, se van a burlar de él...).

No hay que perder de vista la enorme consecuencia que tiene para este niño la no aceptación de sus elecciones y/o motivaciones, y la importancia que se otorga a la opinión o aprobación social hasta el punto de que llega a moldear sus intereses y motivaciones, lo que probablemente incorporará a otros aspectos de su vida según vaya creciendo.

El camino para construir un mundo más igualitario comienza por evitar, en la medida de lo posible, la transmisión de estereotipos y sesgos por sexo, así como tratar de no limitar sus acciones y decisiones. **De esta forma, encasillaríamos menos a las niñas y los niños por razón de sexo y les aportaríamos mayor confianza y bienestar. También les transmitiríamos que en sus futuras relaciones, cuando sean adolescentes y personas adultas, el respeto y la libertad son aspectos fundamentales** (aspectos impensables en una relación de violencia de género, que se basa en el dominio y el control).



AMPLIAR la MIRADA

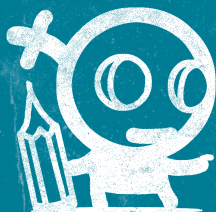
Para fomentar la igualdad resulta imprescindible ampliar la mirada. Acompañar y ayudar desde la escuela a que chicos y chicas se construyan desde diferentes posibilidades.

Ofrecerles realidades sobre hombres y mujeres en las que a lo mejor no habían pensado, les ayuda a desplegar opciones y encontrar múltiples posibilidades de identificación.

La aceptación y validación de cada una de ellas, desde el **respeto a la diversidad y a la diferencia**, facilita la inclusión de chicos y chicas que no se identifican con los patrones o mandatos tradicionales, o de chicos que pueden identificarse con patrones tradicionalmente asignados a chicas o al revés. Al tener a su alcance otras opciones no se verán obligados a sentirse discriminados o “no adecuados”.



EJEMPLO PRÁCTICO



APORTAMOS AQUÍ ALGUNAS IDEAS QUE TE PUEDEN AYUDAR A ABORDAR TU TRABAJO DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO, INCLUYENDO DE ESTA MANERA LA IGUALDAD Y LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO:

- En clase poner ejemplos en los que aparezcan chicos y chicas sin distinción de la actividad que realizan o del papel que desempeñan. Buscar que vean modelos en los que niños y niñas pueden vestir de cualquier color, jugar con cualquier juguete, desempeñar cualquier profesión... siendo cada uno igual de válido. No limitar sus potencialidades, ampliar la mirada de forma que todas y todos puedan ajustarse a patrones masculinos o femeninos.
- No asumir estereotipos como verdades, ni mantenernos al margen de ellos si se dan en el aula. Ponerles nombre, cuestionarlos, invitar a la reflexión y ayudar a generar esquemas alternativos. Por ejemplo, cuando se califica una actividad como “propia” de mujeres o de hombres: llorar, bailar, ver pelis románticas, es de mujeres; los hombres son los que tienen que saber lo que hay que hacer, proteger a las demás personas o al menos dentro de la pareja y/o familia, practicar algún deporte... La clave está en permitir y validar cualquier actividad o comportamiento tanto para chicos como para chicas, exceptuando por supuesto comportamientos violentos o que puedan dañar a otras personas o a ellos/as mismos/as.



- Utilizar un lenguaje inclusivo:
 - Profesorado, en vez de “los profesores”.
 - La persona interesada, en vez de “el interesado”.
 - La juventud, en vez de “los jóvenes”.
 - Niños y niñas, en lugar de “los niños”
 - Usar barras: niños/as, chicos/as.
- Procurar que el uso de los espacios sea equitativo (aula, patio...). ¿Has pensado cómo se pueden sentir un niño o una niña en el patio si no les gusta jugar al fútbol o al baloncesto, actividades que generalmente monopolizan el espacio?
- Visibilizar a mujeres y hombres en ámbitos donde fueron invisibles durante años (mujeres en arte, ciencia, historia; varones en responsabilidades familiares y domésticas como parte importante). No dar por hecho que la profesora es mujer, el director hombre, las encargadas de la limpieza mujeres y el vigilante de seguridad varón.
- Favorecer la construcción de una identidad propia, positiva, no sexista y contraria a la violencia, a través de las dinámicas de relación en el aula.
- No dar a una misma actividad una importancia diferente según la hagan hombres o mujeres: “Un chef o un modisto tienen más prestigio social y económico que una cocinera o una modista”. Dar igual valor a las cosas, indistintamente de quien las realice, como forma de apoyar su





autoestima y autoconfianza, potenciando así que se construyan desde sus capacidades y no desde sus limitaciones.

- Reforzar las conductas de buen trato (dedicar a una conducta de buen trato o igualitaria el mismo tiempo que dedicamos a los conflictos o problemas, así les daremos la misma importancia).
- Potenciar la gestión emocional entre el alumnado. Que las emociones tengan importancia y dedicarles tiempo y espacio (frustraciones, agresividad, impulsividad, empatía, confianza, autoestima...).
- Interesarnos, conocer y analizar la realidad del aula o de la población joven para entender desde dónde aparecen las creencias, ideas, razonamientos, y así poder trabajar para el cambio.
- Confiar en nuestra figura como modelo de buen trato y ejercer un papel coherente con lo que pretendemos conseguir.
- Asociarnos a personas de nuestro entorno profesional que tengan los mismos propósitos e inquietudes, y compartir dificultades, avances, logros, motivaciones...
- Formarnos y asesorarnos por profesionales y especialistas.



PROMOVER la igualdad

Si preguntamos en un aula de ESO por la igualdad entre chicos y chicas, en ocasiones podemos encontrarnos a estudiantes que expresen que hoy en día existe igualdad o que la desigualdad es cosa del pasado, de la época de sus abuelas .

Por eso, cuando planteemos este debate, conviene prestar atención a los ejemplos que utilizamos. Si presentamos una situación clara de desigualdad, pero de otra época, por ejemplo, la situación de las mujeres en España hace tan sólo unas décadas (cuando no podían abrir una cuenta en un banco, ni viajar solas o sin autorización de su padre o marido, o elegir su propia maternidad), nos dirán que eso ya no ocurre, que las cosas han cambiado.

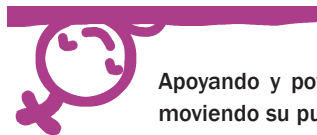
De ahí que trabajar la igualdad desde un mensaje de desigualdad no siempre llega a chicos y chicas jóvenes, porque no lo perciben igual que quienes vivimos aquella época o tuvimos familiares, amigos y amigas que vivieron esas situaciones y nos hicieron partícipes de ello.

Necesitamos conectar con la realidad actual, rescatar desde el presente aspectos en los que puedan ver que aún tenemos un camino por recorrer para alcanzar la igualdad y que hay que seguir trabajando por ella.





Al apoyar y potenciar sus intereses y motivaciones, fomentamos la confianza en sí mismas/os y en sus propias capacidades.



Apoyando y potenciando esos intereses y motivaciones, y promoviendo su puesta en práctica y desarrollo, fomentaremos que tengan confianza en sí mismas/os y en sus propias capacidades.

Para esto será necesario romper dinámicas rígidas, como que las chicas no pueden jugar al fútbol en el patio si están jugando los chicos (porque ellas juegan peor), que las ligas de fútbol tienen que ser sólo masculinas o sólo femeninas, que los chicos no pueden participar en el baile de fin de curso porque tradicionalmente son las chicas las que ocupan estos espacios y actividades (o si participan ha de hacerse en parejas de chico-chica).

Es importante fomentar poco a poco y con un objetivo a medio-largo plazo espacios mixtos donde todos y todas puedan desarrollar las destrezas o habilidades que les motiven. Y prestar atención a las actividades que promueven las diferencias entre chicos y chicas para limitarlas o al menos cuestionarlas, y promover alternativas positivas que favorezcan la igualdad y el respeto a la diversidad.

La igualdad entre niños y niñas se puede promover desde la infancia, mediante:

- **La búsqueda de motivaciones individuales:** qué les gusta y qué no.
- **El refuerzo de cualidades en las que destacan:** prestar atención a qué se le da bien o en qué áreas o actividades tienen más destrezas.
- **El refuerzo de aquello ante lo que se sienten especialmente motivadas/os,** con independencia de la actividad y del sexo de la persona.



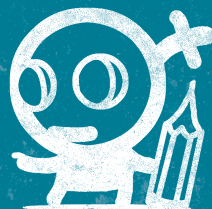
ANALIZAR LA TRANSMISIÓN DE ESTEREOTIPOS

Buscar en *Google Imágenes* los términos:

- fútbol femenino
- fútbol masculino
- fútbol profesional

Abrir un debate sobre las diferencias que se observan en las distintas imágenes y el motivo de las mismas.

EJEMPLO PRÁCTICO





Conviene recordar la importancia de utilizar ejemplos adaptados a la realidad de la infancia o de la adolescencia.

Las imágenes públicas, los modelos de hombres y mujeres, el valor, prestigio, reconocimiento social y económico que se les otorga, la difusión y publicidad que se hace de cada uno de ellos, nos ubica en el mundo y aporta identidad a través de procesos de identificación. Esa identidad se mantiene y perpetúa por la imperiosa necesidad de aceptación social e inclusión del ser humano.

Si además hay leyes, políticas públicas o prácticas gubernamentales que incorporan, refuerzan o perpetúan un estereotipo de género, le otorgan mayor fuerza y autoridad. El



resultado de todo ello es que se acepta ese estereotipo como verdadero e inevitable, y las personas nos ajustamos a él.



QUÉ PASARÍA SI...

... reflexionáramos por un momento en nuestra vida: qué aspectos “tradicionalmente asignados a mujeres y hombres” hemos incorporado: estilo de ropa, juguetes, música, inquietudes y gustos en deporte, elección de estudios o profesiones, cuidado y relaciones, ocio...¿Crees que la sociedad tiene que ver en estas elecciones?

Si nos paramos a pensar dónde nacimos y en qué momento histórico y social, podemos entender muchas de nuestras motivaciones, frustraciones, intereses y rechazos.



UNA MIRADA A LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Analizar anuncios de televisión, prensa, radio, revistas... tratar de identificar contenidos sexistas en medios de comunicación y/o redes sociales y transformarlos en noticias igualitarias. Por ejemplo:

- Frivolizar o justificar comportamientos y actitudes que implican alguna forma de violencia contra las mujeres.

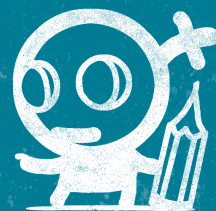
ATRÉVETE A IGUALAR. Ante cualquier forma de violencia, el mensaje debe de ser claramente negativo, nunca justificándolo ni minimizándolo, para darle así la importancia que requiere.

- Situar a las mujeres en posición de subordinación o inferioridad, con menores capacidades o no aptas para asumir responsabilidades o profesiones de prestigio. Asignarles de manera clara las responsabilidades del ámbito doméstico y cuidado de personas dependientes.

ATRÉVETE A IGUALAR. Ofrecer modelos de hombres y mujeres diferentes pero de igual valor, realizando actividades del mismo valor y con las mismas oportunidades y posibilidades.

- Fomentar un modelo femenino de belleza basado en la juventud, delgadez o perfección corporal. Utilizar su cuerpo exclusivamente como reclamo, con independencia de lo que se anuncia, o como mero objeto sexual.

ATRÉVETE A IGUALAR. Romper estereotipos rescatando una imagen de las mujeres con los aspectos que durante años han sido invisibilizados. De la misma forma, podemos rescatar modelos de hombres en los terrenos donde no les dejaron desarrollarse (cuidado de hijos/as, afectividad, ámbito doméstico, sin quitarle valor a estos aspectos).



¿REVISAMOS NUESTRA PROPIA VISIÓN DE GÉNERO? ¡VAMOS A ELLO!

Cuando un profesor/a va a enseñar matemáticas o historia, no cuestionamos que sabe de lo que va a hablar y que si no lo sabe lo preparará (no podríamos enseñar a sumar si no sabemos sumar). Esto no está tan claro cuando hablamos de género y de prevención de la violencia.

No todo el mundo tiene clara la influencia del género en las relaciones, la importancia de la gestión emocional en la forma de relacionarnos con las demás personas, cómo aprender a construir relaciones sanas en la pareja...

A menudo nos aventuramos a contar cosas, sin duda importantes para mantener relaciones sanas e igualitarias, sin haber revisado nuestras relaciones o nuestra propia visión de género. A veces incluso (con la mejor de las intenciones) sin tenerla siquiera. Por eso, resulta interesante pararnos a pensar y preparar bien lo que queremos transmitir, saber qué resultados esperamos obtener.

Esta guía nos invita también a reflexionar y cuestionar nuestra propia posición con respecto a la igualdad. Con esta perspectiva podremos cuestionar cosas, aprendiendo y desaprendiendo, construyendo desde nuestra individualidad un mundo más igualitario, sin tantos estereotipos, acompañando a niños y niñas, chicos y chicas, a recorrer el mismo camino.



Necesitamos reflexionar sobre qué pensamos de la igualdad y de las desigualdades vigentes, tomar conciencia de cómo y cuándo actuamos en pro de la igualdad o lo contrario, porque estas actitudes pueden influir, sin darnos cuenta, en generar las desigualdades sobre las que luego se construyen los procesos de violencia de género.

A través de esta reflexión, podremos empezar a ajustar nuestro discurso de forma que lo que hablamos y lo que hacemos sea coherente, incluso poniendo sobre la mesa nuestras propias contradicciones para generar debate y reflexión, mostrándonos sensibilizados/as con el problema y par típicos de la solución.

Necesitamos un cambio de mentalidad: ¡PENSAR DESDE LA IGUALDAD!



- La confianza en una pareja es una pieza imprescindible para que los dos seamos felices.
- Creer que los juegos y juguetes pueden ser de y para todas y todos por igual.
- Compartir tareas domésticas en casa (padre, madre, hermanos/as...).
- Pensar que hombres y mujeres pueden mandar, dirigir y organizar.
- No anteponer el género al valorar a una persona.
- Considerar que hombres y mujeres son igual de capaces.



- Creer que se debe controlar lo que hace la pareja.
- Creer que el deporte no es cosa de chicas, que se les da peor.
- Considerar que las mujeres limpian mejor.
- No soportar tener una jefa mujer o que una chica te dé consejos.
- Pensar que las chicas no saben de fútbol.
- Creer que los hombres no están preparados para cuidar de sus hijos e hijas.



Hay una diferencia en los mensajes que los chicos y las chicas escuchan de personas adultas*.

SI ALGUIEN TE INSULTA, IGNÓRALE:
chicas 67,35% chicos 64,56%.

SI ALGUIEN QUIERE PELEARSE CONTIGO, TRATA DE CONVENCERLE DE QUE HAY OTRA FORMA DE RESOLVER PROBLEMAS:
chicas 71,48% chicos 58,53%.

SI ALGUIEN TE PEGA, PÉGALE TÚ:
chicas 20,97% chicos 36,71%.

* *La evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la prevención de la violencia de género*, investigación promovida por la Delegación de Gobierno para la Violencia de Género, en 2013.

Los consejos sobre resolución de conflictos no se transmiten de la misma manera a chicos y chicas. El resultado es una clara diferenciación en la forma de ubicarse y sentirse dentro de las relaciones, lo que puede llevar a confiar en creencias erróneas sobre hombres y mujeres, y sobre las relaciones de pareja. **La ruptura cuanto antes de estos esquemas facilita la construcción de otro tipo de relaciones, menos condicionadas a lo que “se debe” hacer, ser o sentir.**

De lo contrario, corremos el riesgo de tener un discurso “políticamente correcto” y “socialmente aceptado” pero que nuestras actitudes entren en disonancia con lo que hemos dicho, de forma que pierda credibilidad o se destruya lo construido desde nuestras palabras.

Además, “defender algo que después no se cumple” o “decir algo que luego no se hace”, es como imponer un castigo que no se aplica o poner una norma que no se respeta, resulta inútil e ineficaz.



SOY UN HOMBRE QUE DEFIENDE LA IGUALDAD

Pero mi pareja asume casi todas las tareas domésticas dentro de casa.



SOY UN CHICO QUE SE RECONOCE IGUALITARIO

Pero no me gusta jugar al fútbol con chicas porque creo que juegan peor.



SOY UNA CHICA QUE CREE Y DEFIENDE QUE CHICOS Y CHICAS SOMOS IGUALES

Pero cuando quedo con mi novio casi siempre cedo y hago las cosas que le gustan a él.



¡CON la igualdad ...

Pensemos en las ventajas de conseguir una sociedad igualitaria para hombres y mujeres.

Aquí dejamos algunas. ¡AÑADE LAS TUYAS!



... GANAMOS TODAS Y TODOS!

HOMBRES

- Salir del estereotipo de “duros” y poder manejar mejor las emociones y sentimientos, poder expresarlos sin ser criticados.
- Aprender métodos alternativos a la violencia para resolver sus conflictos.
- No tener que demostrar constantemente que “son los mejores”.
- Aprender a pedir ayuda y apoyo.
- Aprender que hay comportamientos que hasta ahora se consideraban femeninos, pero que son necesarios para el desarrollo integral de todas las personas.

MUJERES

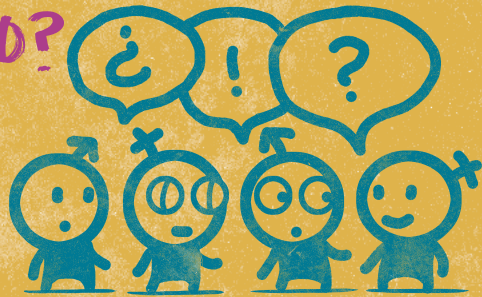
- Ser más libres e independientes, no someterse a otras personas ni asumir en exclusiva el cuidado de las personas dependientes.
- Tener una buena autoestima.
- Tomar decisiones con autonomía.
- Poner límites, anteponiendo el autocuidado para no sobrecargarse de tareas.

HOMBRES Y MUJERES

- Enriquecimiento de la sexualidad.
- Capacidad para descubrir una relación de paridad igualitaria.
- Compartir la crianza y el cuidado de hijos e hijas.
- Construir un modelo de relación familiar basado en compartir lo común y respetar lo individual.



¿De qué hablamos cuando hablamos de violencia de género?



La violencia es un problema a nivel mundial, grave y complejo. Pero existe una muy específica que sólo se ejerce contra las mujeres, lo cual invita a una profunda reflexión sobre la idea que el ser humano ha construido de los hombres, las mujeres y sus relaciones para que en muchos contextos (culturas, sociedades, familias, parejas...) existan personas (hombres y mujeres) que legitiman este tipo de violencia, en muchas ocasiones de forma invisible y naturalizada.

Las relaciones de violencia se construyen desde la base de las relaciones interpersonales y se apoyan en nuestras creencias y formas de relación, en este caso generando una relación abusiva y con la particularidad de que la violencia es cada vez mayor, y con ella la destrucción de la chica y de su propia identidad o concepción de ella misma y de sus capacidades, su red social y de apoyo, sus hobbies y actividades importantes.



Violencia

Es “el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas posibilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones”.

Organización Mundial de la Salud (2002).



Violencia de género

“Violencia que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aún sin convivencia”.

(Artículo 1 de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género).



GÉNERO Y VIOLENCIA

Una vez que hemos identificado los estereotipos de género, los modelos femenino y masculino, y cómo se construyen, la pregunta es ¿cómo condiciona esto las relaciones con el otro sexo?, ¿puede llevar a una relación de violencia?

Creer con ideas preconcebidas de quién debo ser y quién no para ser “válido” y “aceptado”, limita el desarrollo de la autoestima y la confianza en uno/a mismo/a. Y estas son carencias significativas en personas que ejen violencia.

Además, los patrones sociales, las normas, los estereotipos, los modelos de hombres y mujeres, son tremendamente sexistas. Continúan proponiendo relaciones de desigualdad y a veces de irrealidad (véase el modelo actual de súper mujer: guapa, sexy, cariñosa, buena madre, trabajadora de alta clase social, con ocio, hobbies, independiente pero a la vez entregada a los demás...).

En nuestra vida tenderemos a buscar una relación sobre la base del modelo aprendido y nos colocaremos dentro de esa relación como “socialmente se espera”. Si los celos se ven como una demostración de amor, podrá ser más fácil que valide comportamientos de control sobre mi pareja, porque entiendo que los celos son algo “nor mal”.

Si además no existe una adecuada gestión emocional (mucho menos en los varones si nos ajustamos al modelo tradicional masculino, ya que se les ha limitado el desarrollo de su mundo emocional, la expresión y gestión del mismo), nos podemos encontrar dentro de las relaciones, en concreto en las de pareja, multitud de dificultades



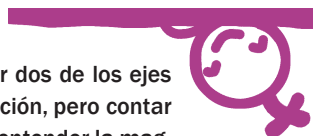
Las causas de la violencia de género están vinculadas al sistema de poder patriarcal y derivan de las construcciones y desigualdad de género. Estas construcciones apoyan dos mandatos sobre los que está asentada una relación de violencia de género:

- **LA JERARQUÍA** donde existen mejores y peores, adecuados e inadecuados, aceptados o criticados. En una relación de violencia de género el hombre se siente y cree superior a la mujer, con poder y dominio sobre ella, y actúa en consecuencia, de forma que en ocasiones la mujer termina por adoptar esta misma sensación y pensamiento, que es inferior y ha de supeditarse a él.
- **LA DISCRIMINACIÓN DE LO DISTINTO**, de la diversidad, bajo la creencia de que todas las mujeres son y deben ser de una forma en concreto, y que nadie puede salirse de ese formato y si lo hace no será aceptada ni adecuada.

El valor de la igualdad y la diversidad deben ser dos de los ejes fundamentales de trabajo en materia de prevención, pero contar con una perspectiva de género es esencial para entender la magnitud del problema y el abordaje del mismo.



Si acompañamos a los niños y niñas en un adecuado aprendizaje de su mundo interno, para que puedan identificar cómo se sienten y aprendan a gestionar sus emociones, estaremos promoviendo relaciones de buen trato.

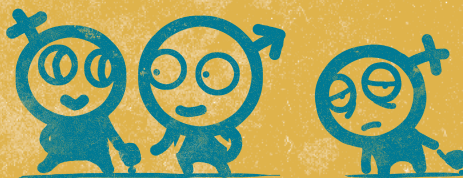


Todas aquellas acciones u omisiones a partir de las cuales se discrimina, somete, abusa o subordina a las mujeres por el hecho de ser lo, en los diferentes ámbitos de su existencia se considera **VIOLENCIA DE GÉNERO**. Todo ataque que afecte a su libertad, dignidad, seguridad, intimidad e integridad física o psíquica.

Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. ONU (1993)



La violencia de género en los centros educativos



Antes de ponernos a analizar el nivel de violencia de género que se ejerce o se sufre en un centro educativo, conviene reflexionar sobre la idea que tenemos de la violencia de género y dónde ponemos el límite.

Entre las **distintas formas de discriminación**: desde la desigualdad, los micromachismos, los pensamientos y comportamientos sexistas o las formas de violencia más sutiles y generalmente invisibilizadas, a las más explícitas como la violencia física (cuando generalmente salta la alarma y se despliega la intervención con las chicas y los chicos), hay un amplio abanico de expresiones o formas de violencias, que es importante no perder de vista y no dejar pasar .

Cada forma de violencia exigirá un límite ajustado y coherente, así como una reflexión e intervención no solo con la víctima, sino también con quien ejerce la violencia. No basta con atender solo a una parte de la problemática, aun siendo la más afectada, es importantísimo acceder al otro lado de la violencia, a quién



la ejerce, para poder trabajar en la misma línea de visibilización y de intervención para erradicarla.

La propuesta de esta guía invita a intervenir desde el inicio, desde la base de la violencia, para frenar su escalada en la medida de lo posible y construir un mundo más igualitario donde todos y todas tengamos el mismo valor y así nos sintamos y actuemos.

En nuestro día a día en el centro educativo, hay múltiples ámbitos desde los que podemos intervenir. Vamos a deternos en algunos de ellos.

LA IGUALDAD EN EL TRATO en el ofrecimiento de oportunidades y posibilidades, y en los límites a cualquier comportamiento o actitud que genere desigualdad entre chicos y chicas o a cualquier tipo de discriminación.

LA COEDUCACIÓN EN IGUALDAD de derechos y oportunidades es la principal herramienta para prevenir o abordar las posibles situaciones de violencia de género, por lo que debe desarrollarse como eje transversal tanto de los contenidos formales como de los informales. Para esto es necesaria una implicación del profesorado en la promoción de estilos igualitarios de relación entre el alumnado, así como educar en el respeto al otro/a y en la gestión emocional (acompañándoles en el aprendizaje de una adecuada gestión de sus emociones, en lugar de inhibirlas).

Desde lo que llamamos el **currículum explícito**, garantizar contenidos acordes con los principios de igualdad entre hombres y mujeres, derivados del marco normativo en lo que a materiales escolares se refiere.

Desde el **currículum oculto** (el conjunto de normas, costumbres, creencias, lenguajes y símbolos que se manifiestan en la estructura y el funcionamiento de una institución, que en sí mismo constituye una fuente de aprendizaje, sin ser explícito formalmente), atender a algunas de las bases sobre las que pueden asentarse las desigualdades o la discriminación.



La igualdad no se aprende en un día o en una clase, se construye.



Factores que pueden propiciar la desigualdad o discriminación:

- **Uso de un lenguaje sexista:** “el maestro”, “la señorita”, el uso del genérico masculino, etc.
- **Organización de los espacios, uso de los recreos:** por ejemplo, pistas deportivas para los chicos y dependencias anexas para las chicas.
- **Rituales:** uniformes diferenciados, faldas para las chicas y pantalones para los chicos.
- **Organización institucional:** más maestras que maestros, pero los hombres ocupan mayoritariamente los equipos directivos.
- **División del trabajo:** las mujeres como limpiadoras y cocineras, los hombres en puestos de vigilancia y mantenimiento.
- **Formas de relación con el alumnado.**

LAS RELACIONES DENTRO DEL SISTEMA EDUCATIVO y cómo se conciben. Es frecuente que nos encontramos con una concepción de la relación entre la infancia y las personas adultas entendida como una relación de poder (“porque lo digo yo”, “porque soy tu padre/madre”, “porque yo soy mayor”, “porque soy tu profesor/a”), confundiendo un elemento de cuidado y protección con uno de dominio. Cuando este dominio se convierte en maltrato (que por supuesto no es generalizado), puede derivar en un modelo violento para niños y niñas socialmente avalado.

LA PREVENCIÓN resulta imprescindible a cualquier nivel, por lo que controlar, cuestionar y limitar comportamientos que generan desigualdad es una forma de prevenir la violencia de género; al igual que lo es fomentar relaciones sanas e igualitarias entre chicos y chicas. De esta forma evitaremos que crezcan las desigualdades y que se conviertan en formas de violencia, desde las más leves hasta las más graves.

HACER LAS MENORES DISTINCIONES POSIBLES para que los chicos y chicas se sientan iguales: forma de vestir (véase diferenciación entre rosa y azul), juguetes (muñecas, bebés, maqui-



Las mujeres de 16 a 24 años de edad sufren mayor violencia psicológica de control que el resto de mujeres de cualquier edad.

El 21,1% de las mujeres de 16 a 24 años había sufrido este tipo de violencia en los últimos 12 meses, frente al 9,6% de mujeres de otras edades.

* Macro encuesta sobre violencia contra la mujer, realizada en 2015.



lajes... para las niñas; coches, guerreros... para los niños), el trato (creer que las niñas se asustan con mayor facilidad, que los niños son más inquietos, más “brutos”), etc. Todo esto nos hace comportarnos con ellos y ellas siguiendo unos patrones... ¡y confi mándolos!

Así, si una niña ve a las demás vestidas de rosa y a ella le regalan cosas rosas, muy probablemente ampliará las probabilidades de que ese color le guste especialmente. Y si un día se viste de azul y alguien le cuestiona o le dice que parece un niño o que no es color de niñas, la consecuencia de ese juicio irá más allá del color, **le confirmará el no sentirse adecuada por haber hecho algo diferente a lo que se espera de ella**. No se trata de vestir a los niños de rosa y a las niñas de azul, sino de no criticarles ni intentar modelar sus elecciones a lo supuestamente adecuado o “normal”, ya que no solo mantendremos las diferencias entre ellos sino que les enseñaremos a adoptar las decisiones ajenas en vez de confiar en las propias y construirse



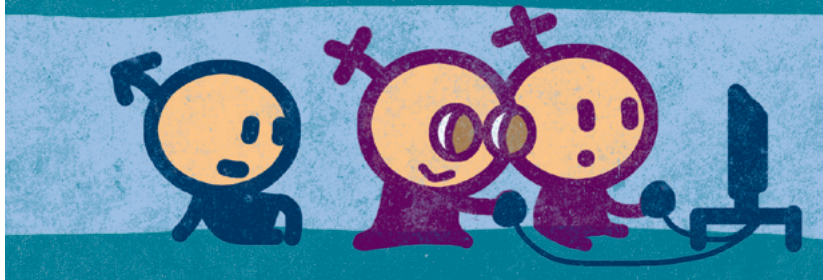
EJEMPLO PRÁCTICO



GÉNERO Y OCIO

Invitar a chicos y chicas a que analicen las diferencias entre cómo figuran hombres y mujeres en videojuegos, películas y juguetes, si existen más o menos protagonistas chicos o chicas, en qué papeles y porqué creen que es de ese modo.

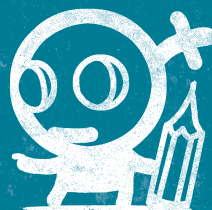
- VIDEOJUEGOS
- PELÍCULAS
- JUGUETES



JUGUETES NO SEXISTAS

- Las niñas y los niños aprenden jugando. El juego debe ser libre y espontáneo de forma que cada cual pueda elegir a qué o con qué jugar.
- Las etiquetas sociales limitan nuestra creatividad y libertad de expresión. Los colores son solo colores, vamos a tratarlos como tales y vamos a elegirlos en vez que nos elijan a nosotros/as.
- Fomentar el uso de juguetes que reflejen la diversidad de cada persona y ajustados a la edad y seguridad.
- Fomentar los juegos cooperativos y el compartir, tanto en el ámbito doméstico como en el público.
- Regalar juguetes que promuevan habilidades y capacidades de niñas y niños, en juegos tranquilos y activos.
- Facilitar juegos que promuevan el manejo y aprendizaje de nuestros afectos y emociones, sin diferenciación entre niños y niñas.
- Evitar juguetes o juegos violentos o que promuevan la violencia. Fomentar y facilitar una forma pacífica de resolver los problemas.
- Buscar libros, juegos y juguetes en los que estén presentes niños y niñas.

EJEMPLO
PRÁCTICO



EJEMPLO PRÁCTICO

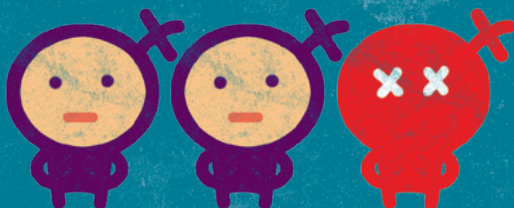


AVANCES... Y RETOS PENDIENTES

Invitar a chicos y chicas a reflexionar sobre los siguientes datos*:

>> **Violencia contra las mujeres, sólo por el hecho de ser mujeres**

UNA DE CADA 3 MUJERES EN EL MUNDO SUFRE VIOLENCIA FÍSICA O SEXUAL



>> **Desigualdad en salarios, con las mismas funciones y jornadas laborales**



LAS MUJERES GANAN ENTRE 10-30% MENOS QUE LOS HOMBRES

POR REALIZAR EL MISMO TRABAJO Y LA MISMA JORNADA

Fuentes: Global and regional estimates of violence against women, OMS 2013.
Base de datos KILM. Organización internacional del trabajo.



>> Ocupación de puestos de responsabilidad o poder



SOLO EL **39,2%** DE
LOS PARLAMENTARIOS
ESPAÑOLES SON MUJERES



>> Imagen que reflejan los medios de comunicación

EN EL MUNDO,
EL **46%** DE LA
PRESENCIA DE LAS
MUJERES EN LOS
MEDIOS REFUERZA
LOS ESTEREOTIPOS
DE GÉNERO



Fuentes: Unión Interparlamentaria: Las mujeres en el parlamento en 2015.
Perspectiva anual.

Informe de monitoreo de los medios de comunicación Mundiales,
Who make the news, 1995-2010.



EL CAMINO PARA SEGUIR AVANZANDO HACIA LA IGUALDAD PASA POR...

COMPARTIR EL PASADO, para no olvidar el histórico de hombres, mujeres y su forma de relación, así como la tremenda violencia que vienen sufriendo las mujeres; para contextualizar este complejísimo fenómeno social y potenciar la sensibilidad y responsabilidad sobre cualquier actitud o conducta que tan siquiera insinúe cualquier tipo de violencia contra las mujeres.

COMPARTIR EL FUTURO, porque es hacia donde vamos y donde a todas y todos nos interesa tener nuestro lugar, nuestro valor y nuestro espacio físico y simbólico en el que desarrollarnos.

COMPARTIR LO DOMÉSTICO, lo cotidiano, lo que durante mucho tiempo fue invisible, desvalorizado y delegado mayoritariamente a las mujeres, y que afortunadamente hoy comenzamos a vislumbrar, nombrar y compartir.

COMPARTIR EL LENGUAJE, porque es importante nombrar y nombrarnos, hablar de lo que pasó, de lo que pasa, de lo que se ve, de lo que no se ve; para que cada cual pueda elegir y opinar libremente y para que nunca nadie sea invisibilizado y empequeñecido, y poder enriquecernos de todas y todos.

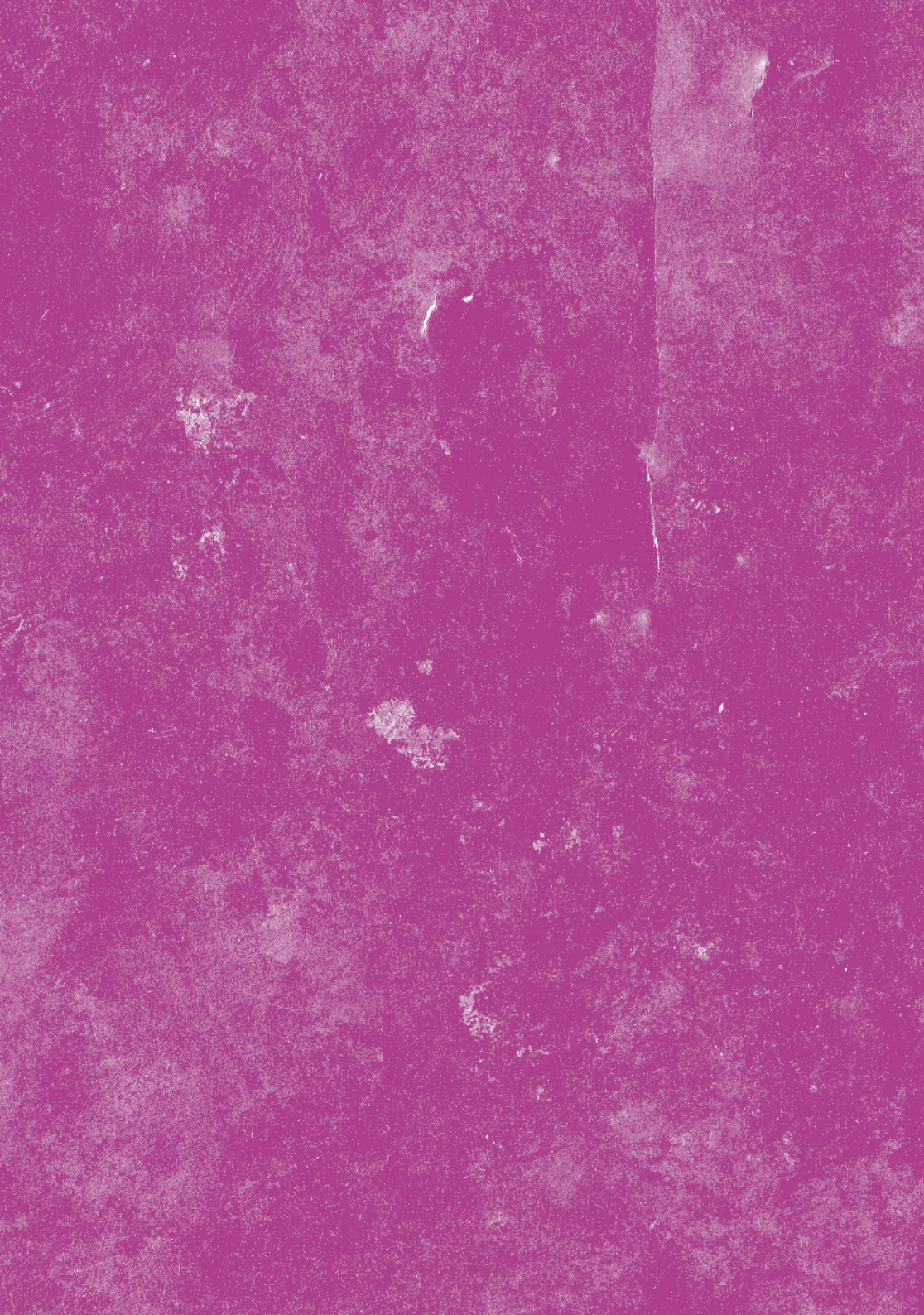
COMPARTIR LOS AFECTOS, entender y respetar a las demás personas, pero sin dejar de entendernos y respetarnos a nosotros/as mismos/as. Aprender a conocernos, explorar, conocer nuestras emociones, y aprender a entenderlas y manejarlas desde el compromiso de buen trato pro opio y hacia el otro.



ES IMPORTANTE CONOCER EL DESARROLLO EVOLUTIVO Y LAS FASES EN LAS QUE NIÑOS Y NIÑAS SE VAN CONSTRUYENDO, Y CREAR FORMAS DE ACOMPAÑAR EN CADA UNA DE ELLAS. ASÍ EVITAREMOS TAMBIÉN VER PROBLEMAS DONDE NO LOS HAY O ALARMARNOS POR ASPECTOS QUE FORMAN PARTE DEL MARAVILLOSO PROCESO DE "CRECER, APRENDER, PROBAR, EXPERIMENTAR...".

PARA ELLO, ESTA GUÍA ESTABLECE DE FORMA DIFERENCIADA DOS APARTADOS DE REFLEXIÓN Y PROPUESTAS DE ACTUACIÓN PARA PREVENIR LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y POTENCIAR LA IGUALDAD DESDE INFANTIL, PRIMARIA Y SECUNDARIA, OFRECIENDO ESTRATEGIAS ESPECÍFICAS Y AJUSTADAS A CADA ETAPA.





2.

INFANTILY PRIMARIA

El Poder de la escuela



Este capítulo pretende servir de apoyo al profesorado de Infantil y de Primaria. Para ello, proponemos actividades concretas, que se pueden llevar a cabo en el aula para facilitar la educación en la igualdad y el buen trato desde edades tempranas.*

El principal objetivo es nutrir la creatividad que el profesorado pone en marcha cada día en el trabajo con niñas y niños. Se trata de propuestas abiertas, de manera que se puedan hacer propias, transformar o cambiar según las necesidades de cada grupo, edad, colectivo, etc. En ningún caso pretende ser un listado de actividades obligatorias, sino claves y pistas de las que podáis apropiaros y singularizar; el cómo extrapolarlo al cotidiano es la oportunidad que queda en vuestras manos.

La infancia es un campo de juego y exploración en el que las niñas y los niños van a descubrir cómo funciona el mundo, las relaciones y las reglas explícitas e implícitas del juego de la vida. Se trata de una fase de experimentación caracterizada por la curiosidad: jugando aprehenden el mundo que les rodea, se lo apropian y lo

* El presente capítulo va fundamentalmente dirigido al profesado de primaria, sin perjuicio de que pueda ser asimismo útil al profesorado de infantil.



transforman, pero no sin compañía. Por ello, la escuela es un terreno fértil para acompañar a estas personitas en construcción, para que configu en un repertorio de modalidades flexibles, que puedan ir trasladando a las situaciones que se les van presentando. Necesitan probar cómo son los roles, jugar a *que...*, para ver el *cómo* ser o ir siendo.

El profesorado tiene un papel fundamental para ayudarles a adaptarse con riqueza a su entorno, a probar múltiples opciones. Trabajar en clase los mandatos de género y la posibilidad de construirse desde diferentes posibilidades, les ayuda a desarrollar su identidad y crecer en el respeto a la diferencia.

El camino para prevenir la violencia de género pasa por promover la igualdad, trabajar las emociones y fomentar el buen trato. Veremos ejemplos prácticos que te ayudarán a recorrer este camino en tu día a día en la escuela. Para hacerlo, es importante afianzarse en el sentido del trabajo diario, animar a la creatividad y divertirse con el alumnado.

Es importante comenzar presentando un acceso por igual a los juguetes en el aula, observar cómo los eligen con independencia de prejuicios sexistas, promover y mantener esa libertad durante su crecimiento, con independencia de la edad y sin distinción por género. También se pueden proponer lecturas de cuentos sin sesgo de género o trabajando las alternativas igualitarias, así como de desarrollo de afectos y gestión emocional por igual, trabajando la mediación pacífica de conflictos y promoviendo el trabajo cooperativo.



La escuela es un espacio privilegiado para promover cambios culturales y desplegar el pensamiento. El profesorado tiene el papel mágico de acompañar al alumnado en el desarrollo y la exploración del mundo, presentando variedad de posibilidades y opciones para que multipliquen sus identificaciones y les reporte flexibilidad en la vida.



¿Sabías
que...?



La literatura permite disfrutar y divertirse de forma relajada fantaseando, imaginando, creando y conociendo mundos o posibilidades infinitas. Permite descargar ansiedades, miedos, expresar sentimientos, por lo que supone un gran aporte y alivio emocional.

En cada momento vital se identifican con diferentes personajes e historias, asumiendo referentes de comportamiento e interiorizando valores, por lo que resulta una herramienta de socialización primordial y permite acompañar la construcción de identidades variadas superando corsés como el de género.



AGUNAS PROPUESTAS PARA EDUCAR EN IGUALDAD

- **Deporte:** sin diferenciar deportes para chicos o chicas ni equipos masculinos o femeninos.
- **Teatro:** como forma de facilitar la expresión, trabajar mitos y estereotipos.
- **Juego de las profesiones:** jugar a ejercer diferentes profesiones de manera indistinta, dándoles a conocer un amplio abanico de posibilidades con ejemplos que rompan los roles tradicionales.
- **Role playing:** escenificar diferentes emociones, prejuicios y estereotipos, y reflexionar sobre ello.
- **Grupo vs Individuo:** reflexionar sobre lo que nos ocurre dentro del grupo y rescatar lo positivo que nos aporta.
- **Identidad/Autoestima/Roles:** potenciar y validar las diferencias individuales y las particularidades de cada uno/a, fomentando una sana autoestima.
- **Empatía y expresión de emociones:** identificar, expresar y transmitir sentimientos.



Con la igualdad también ganan autonomía e independencia, al aprender a hacer las cosas por sí mismas y a relacionarse afectivamente desde la colaboración.



Y PARA COMENZAR la AVENTURA, UN CUENTO



Había una vez un valle habitado por animales de todas las especies: serpientes, insectos, aves, peces... Existía una gran diversidad, pero cada especie se relacionaba sólo con la suya y eran incapaces de comunicarse entre sí.

Como puede ocurrir en la escuela, que podemos encontrar mucha diversidad y las consecuentes dificultades para convivir con ella, corriendo el riesgo de vivir aisladas y aislados.

Las aves volaban alto, jugaban entre las copas de los frondosos árboles, pero temían bajar a tierra por si las serpientes les picaban. Los roedores sólo se atrevían a correr velozmente por los campos cuando el sol caía, para protegerse de las aves rapaces y de las serpientes voraces. Los conejos apenas salían de sus madrigueras y sólo se atrevían organizándose en grupo para multiplicar la atención ante los peligros. Las serpientes estaban aburridas y tristes porque apenas se dejaban ver, el valle quedaba solitario y desangelado.

A veces las diferencias pueden ser un obstáculo para relacionarnos, traduciéndose en miedo a interactuar si no es sólo con lo parecido o similar, perdiendo la diversión de relacionarse y crecer conjuntamente aunque no seamos personas idénticas.

Una noche el búho, que era el animal más antiguo y más sabio del bosque, al que todas las especies respetaban y escuchaban, convocó una reunión multitudinaria.

– Queridos animales y compañeros de vida, ha venido mi prima la gaviota. Ella habita lugares marítimos y viaja mucho, por lo que es una gran conocedora del mundo. Al llegar le ha dado mucha lástima el estado de nuestro valle, tan triste e incomunicado. Me ha contado que más allá de las montañas, donde el río se esconde en lugares desconocidos, existe una playa con paisajes que no podemos ni sospechar y otros animales que nunca hemos visto.

Las especies quedaron asombradas, hubo un revuelo y murmullos alborotadores hasta que la gaviota comenzó a hablar:

– Queridas especies, sois un grupo maravillosamente rico en diversidad, pero se respira mucho miedo en el ambiente y no al-



canzo a entender por qué os perdéis el tesoro de relacionaros y aprender de las diferencias. Pero se me ha ocurrido una idea...

El búho representa simbólicamente el poder del conocimiento, que se adquiere gracias a la compañía y enseñanzas del profesorado, que, como la gaviota, alumbró la riqueza del mundo y descubre la existencia de muchas posibilidades además de las que conocemos por cercanía.

Y les propuso reunirse en la cabaña casi olvidada al borde del río, un lugar donde las aves podían posarse en las alturas del tejado, los reptiles podían llegar serpenteando, los insectos podían descansar en las paredes, y el resto de animales reunirse en el interior.

Como la escuela, que puede suponer un espacio de intercambio y convivencia entre personas de estilos y características dispares, teniendo todas cabida. Lo importante es lo que une, y lo que separa es un reto: el poder de imán de la escuela, aglutina, mezcla y aprovecha lo distinto para enriquecer y acompañar en el crecimiento y desarrollo singular y común de habilidades para relacionarse en y con el mundo.

Comenzaron los encuentros, la gaviota les contaba cómo era la vida tras la cordillera, y escuchaba las historias del valle. Descubrieron que las serpientes en realidad eran tímidas, pero como alguien inventó que tenían que ser temidas, se pusieron el traje de dar miedo y el resto creyó que debían asustarse. Además confesaron que eran vegetarianas, pero se habían sentido obligadas a tener que cazar a los otros animalitos y lo pasaban fatal, acumulando mucha desesperación, que desde fuera parecía rabia y provocaba más temor aún. Las aves rapaces coincidieron en el sentimiento con las serpientes; los roedores y los insectos expresaron sus miedos aliviados, y se les ocurrió compartir cómo habían logrado combatirlos en grupo.

La escuela es un espacio de encuentro para jugar a deconstruir y aprender multitud de posibilidades, cuestionando, reflexionando, generando valores críticos basados en el respeto a la diversidad de opciones, superando lo natural o biológicamente dado,





para recuperar el poder de transformación de la cultura, de la educación. Como ocurre, por ejemplo, con los mandatos de género, mensajes que van marcando cómo han de ser las niñas y los niños, cerrando posibilidades de expansión y elección propia. En la escuela pueden aprender que hay infinitas características posibles a las que identificarse, así, no todos los niños quieren ser fieros, pueden permitirse tener miedo, como las serpientes o las aves rapaces. E igual las niñas quieren compartir el poder de organizarse en equipo porque es enriquecedor y todas las personas pueden beneficiarse del valor grupal, sin que tenga que estar ligado sólo a un género.



Poco a poco cogieron la costumbre de reunirse un rato cada día, disfrutando en compañía, venciendo miedos, aprendiendo a escucharse y adentrarse en las realidades de sus compañeros y compañeras, hasta que las especies se hicieron amigas.



Entonces, un día, las aves exóticas tuvieron una idea:

– Amigas, hemos estado sobrevolando el valle, y se nos ha ocurrido que la perspectiva cambia la vida, porque abre a posibilidades a veces inimaginadas. Escuchando vuestras experiencias y relacionándolo con las que nosotras vivimos por las alturas, se nos ha ocurrido organizar una excursión y que la gaviota sea nuestra guía. Así podemos conocer sus parajes y descubrir el camino para visitarla cuando nos apetezca.

Y así se organizaron para trabajar en equipo, aportando cada animal el punto fuerte de su especie, y ayudándose en las dificultades, con las orientaciones de la gaviota.

A partir de entonces el valle recobró vida, se llenó de visitas de las especies amigas de la playa, y cobró movimiento día y



noche, aprovechando sus diferencias para convivir y descubrir la cantidad de mundos distintos que había dentro y más allá de su valle.

Por lo tanto, la escuela es un laboratorio para ir ensayando fórmulas que se puedan extrapolar al mundo, aprender a relacionarse en común desde el respeto y la libertad, escuchándose mutuamente y aprendiendo de lo propio y de lo grupal para descubrir nuevas posibilidades y enriquecerse con la variedad, reuniendo herramientas para abordar los retos que la vida presenta.

No se trata de cuestionar la esencia de cada persona, sino que, a diferencia de los animales, las personas podemos cuestionar algunos aspectos que se nos han asignado durante la socialización, que tienen que ver con tradiciones y culturas, y no siempre con nuestra esencia natural, pues las personas nos construimos en un baile entre lo social y lo biológico.



DETECTAR... PARA TRANSFORMAR

Puede que aparezcan comportamientos o actitudes en la escuela que choquen con los planteamientos igualitarios, por lo que es importante **estar pendientes de cómo interactúan y se relacionan entre sí**. Las bases que van asentando a edades tempranas pueden ser predictores de relaciones futuras, por lo que **es fundamental cuidar y acompañar sus aprendizajes iniciales**.

Si detectamos que se ríen de compañeras o compañeros porque no “cuadran” con los modelos imperantes, que imponen formas de expresión concretas y únicas, que no pueden manejar la frustración de respetar otras posibilidades diferentes a la propia, etc. es fundamental **acompañarles con diálogo**, preguntar y explorar cómo lo viven, qué herramientas tienen para manejarlo. Y **pensar qué claves les podemos aportar**, de acuerdo a su lenguaje y etapa de desarrollo, pero siempre apuntando a abrir opciones nuevas que, aunque pueden asustar por ser desconocidas, supondrán libertad para ser una misma, uno mismo.

En ningún caso se trata de castigar o reprender, sino de acompañar en el desarrollo de nuevas habilidades y de una adecuada gestión emocional para relacionarse desde la igualdad, con respeto por la diversidad de opciones y pudiendo elegir libremente. Por ello, además de nutrir su maletín de herramientas para la gestión emocional y fomentar variedad de expresiones, también es fundamental **destacar y celebrar aquellas actitudes y/o conductas igualitarias, libres y basadas en el respeto.**

Hay que tener en cuenta que pueden reproducir formas de ser chico o chica según lo absorben del entorno, por lo que es esencial cuidarnos de no etiquetarles. Por ejemplo, que un niño sea bruto o se imponga, no significa que sea violento y vaya a tratar mal a sus parejas. Una determinada conducta o actitud puede



La infancia es un momento de transformación, construcción y desarrollo de las bases y posibilidades. Durante esta etapa se aprende por imitación y repetición, así como a través de dibujos, juegos y cuentos, suponiendo la figura adulta un andamio sobre el que se van apoyando e identificando. El valor de la escuela es crucial para integrar valores y aprender a pensar de forma flexible y variada.



tener multitud de significados, pero ante todo pide ser mirada, escuchada, atendida y acompañada. Si violentan o son violentados o violentadas, hay que **explorar con ellos y ellas lo que ha sucedido, cómo ha pasado, a qué lo atribuyen, qué proponen o qué se les ocurre, y darles claves si les faltan**. Si etiquetamos rápidamente, estaremos cerrando puertas a la experimentación y construcción propia.

Presentar la variedad que convive en el mundo es la tarea primordial que puede desempeñar la figura adulta con las y los pequeños, sobre todo desde la escuela .

Especial mención merece el uso actual de las redes sociales desde edades tempranas.



Es importante diferenciar el abuso dentro de una relación de pareja, como una forma de ejercer violencia, que se desarrolla en el capítulo dedicado a la adolescencia, para favorecer la detección y saber cómo abordarlo.

Pero también es importante tener en cuenta los riesgos a los que pueden exponerse y para los cuales hay que acompañarlos/las para que identifiquen y prevengan.

Es fundamental tener en cuenta que las redes sociales suponen una nueva forma de relación para las actuales generaciones. Desarrollar un buen uso puede prevenir el abuso, que a veces puede darse entre iguales, otras por terceras personas adultas, o por la propia pareja con el consentimiento pasivo de sus iguales.

A CONTINUACIÓN, PRESENTAMOS LOS CONCEPTOS BÁSICOS QUE PUEDEN DARSE DESDE EDADES TEMPRANAS:

- **CIBERBULLYING O CIBERACOSO:** forma de invasión en el mundo de la víctima de forma repetida, disruptiva y sin consentimiento usando las posibilidades que ofrece el uso de las TIC.
- **GROOMING:** acoso sexual a un/a menor través de las redes (pederastia o pedofilia digital); variante de ciberacoso de adulto hacia menor con fin sexual (contacto sexual o material pornográfico)
- **SEXTING O SEXTEO:** difusión o publicación de manera voluntaria de imagen y texto de contenido erótico o sexual (reales o falsos), fusión entre sexo y mensajes vía móvil.





Asumir la responsabilidad de educar a favor de la igualdad y contra la violencia, pasa por revisar actitudes y comportamientos cotidianos que debemos cambiar en pro de las relaciones de buen trato, aportando alternativas en positivo además de señalar las negativas. Por ejemplo, en lugar de reírnos a costa de otras personas, como ocurre en los chistes sexistas, reírnos con alguien desde lo compartido.

Pautas de PREVENCIÓN Y abordaje:

Promover una vez más la compañía, nombrar lo que puede suceder y subrayar que siempre cuenten con una persona adulta para compartir lo que les sucede y recibir el apoyo necesario, es la clave para implantar medidas de prevención y abordar el posible abuso a través de las redes.

Al igual que acompañamos en el desarrollo de habilidades como mirar antes de cruzar la calle o no fiarse de una persona desconocida, se trata de cuidar que esas habilidades las pongan igualmente en marcha en las redes sociales, ya sea a través de juegos colectivos, chats o aplicaciones de uso individual de comunicación con otras personas.



PROMOViendo la igualdad



La igualdad es importante entenderla de forma amplia, como el respeto a la diferencia y la diversidad (funcional, sexual, cultural...), que ofrece la oportunidad de convivir con libertad.

En este sentido, los roles de género son corsés invisibles que nos implantan incluso desde antes de nacer y que nos van apretando de forma diferente a hombres y mujeres, pero que estrechan en ambos casos las posibilidades de expansión personal.

Son esas cuestiones implícitas de las que vamos bebiendo a lo largo del desarrollo, como se mencionaba en el primer capítulo; de hecho, los roles de género son la primera información con la que las niñas y los niños cuentan para representarse qué es ser 'chico' o 'chica'. Por ello, la manera en la que se transmitan esos roles, influirá de forma importante para que se sientan más o menos cómodos en su cuerpo, en sus expresiones, en sí mismos y, por tanto, en su vida.



Fomentar la igualdad desde el respeto a la diferencia se puede trabajar desde cuatro pilares:

- Las identificaciones variadas
- La expresión de emociones.
- El respeto a los ritmos singulares y la diversidad.
- La capacidad de espera.



Las identificaciones también se gestan en la escuela, con el profesorado, entre iguales y a través de los contenidos que se imparten.

A continuación te proponemos algunos ejemplos prácticos para trabajar la igualdad en el día a día de la escuela. Se trata de propuestas y sugerencias abiertas, que se pueden adaptar a cada etapa del desarrollo desde infantil hasta primaria, así como a las características de cada grupo.



EJEMPLO PRÁCTICO



Prestemos atención a revisar y transformar cuestiones cotidianas en pro de desabrochar el corsé de género y promover alternativas tanto para niñas como para niños, pues tan importante es que una niña pueda ser una princesa Darth Vader, como que un niño pueda ser un pirata que surca los mares de las emociones, sin represalias que los limiten.

EL IGUALÓMETRO

Te presentamos una herramienta sencilla que te puede resultar útil para detectar desigualdades y promover alternativas de trato igualitario.

ES IMPORTANTE revisar la coherencia entre los contenidos que se trabajan sobre igualdad y los mensajes que se envían desde las propias actitudes. Por ello, el Igualómetro puede suponer un ejercicio personal a la vez que una herramienta para colgar en la clase e ir construyéndolo desde lo cotidiano, visibilizando desigualdades, atendiendo a señales de alerta y buscando alternativas de trato igualitario.

 **Alerta**

 **Precaución**

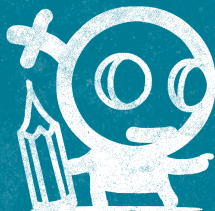
 **Adelante**



- Competitividad
 - Individualismo
 - Comparaciones
 - Evaluación desde lo negativo y el castigo, sin trabajar la alternativa y rescatar el potencial singular
-
- Mayor turno de palabra a chicos en ciencias
 - Mayor promoción de los itinerarios de letras para chicas
 - Reír chistes a costa de otros, por ejemplo, los chistes machistas
-
- Practicar deportes mixtos en equipo
 - Fomentar la expresión emocional
 - Acompañamiento para canalizar las emociones
 - Trabajar por grupos y equipos en el aula, rotando para fomentar el conocimiento entre compañeros y compañeras
 - Potenciar el talento
 - Promover la ocupación de los espacios en el patio de forma mixta y diversa, con propuesta de juegos y actividades recreativas
 - Presentar alternativas de resolución de conflictos
 - Incluir figuras de mujeres a lo largo de la historia
 - Hablar de las ganancias de la igualdad (en la página 37 mencionamos algunas)
 - Analizar cuentos, artículos, vídeos, películas, música y videoclips desde diferentes asignaturas (idiomas, lengua, TIC...)



EJEMPLO PRÁCTICO



Trabajar la igualdad entendida como respeto a lo diferente, es una tarea constante y diaria. A veces difícil en el momento que vivimos, caracterizado por la inmediatez en las relaciones y las formas de comunicación. Como alternativa, proponemos este ejercicio que se puede realizar en cualquier asignatura, proyecto o momento del curso, como una constante que les ayude a expresarse y desarrollar la paciencia ante ritmos e ideas diferentes, turnos de palabra, pausas y otras modalidades que se integran como valores igualitarios.



DÍA DEL DEBATE

Genera con frecuencia un espacio de reflexión y diálogo para debatir temas que les inquieten, introduciendo la perspectiva de género de forma transversal y ejercitando los turnos de palabra, la capacidad de espera, la escucha, la retórica o expresión, el respeto por la diferencia de opiniones y perspectivas... Si hay días en los que se proponen muchos temas, se puede crear un espacio en la clase para recoger las propuestas e ir abordándolas por votación.

ES IMPORTANTE prestar atención si surgen líderes emergentes, para cuidar que participen por igual, respetando las singularidades, pero animando a la participación de todas y todos.



Hablar en grupo, respetar los ritmos de las y los compañeros y cuidar los turnos de palabra crea lazo social, rompe con el individualismo y genera aprendizajes colaborativos desde el respeto a la diferencia.



EJEMPLO PRÁCTICO



Revisar la cotidianidad con perspectiva de género es una gimnasia saludable para la mente y el cuerpo, pues descubre nuevas posibilidades de ver la realidad y, por lo tanto, de habitarla. Para ello es imprescindible presentar lo que sucede en el mundo con representantes de ambos sexos y variedad de géneros.

EL NOTICIERO MOLÓN

Construid un tablón en clase con noticias de iniciativas en positivo, de mujeres en el deporte, de hombres en la crianza, propuestas locales, del propio grupo, referencias a películas, música, etc.,. Para que sea vivo e interactivo, se puede ir nutriendo a lo largo del curso y transversalmente desde las diferentes asignaturas (lengua, ciencias, deporte, TIC...). Se sentirán protagonistas aportando ideas y tendrán a mano alternativas en positivo de referentes variados.

ES IMPORTANTE que los ejemplos sean cercanos a su realidad y que les ayuden a imaginarse otras posibilidades.





LIGAS MIXTAS DE DEPORTE

Organiza ligas mixtas de deportes variados dentro del colegio, con otras escuelas o como actividad lúdica durante el recreo. Potencia el valor de cada cualidad singular para formar los equipos, así descubrirán sus talentos y aprenderán a ponerlos al servicio de cada situación, integrando además los valores que reporta formar parte de un equipo.

ES IMPORTANTE que conozcan deportes variados para que puedan encontrar el que más les guste, desde sus habilidades y el trabajo en equipo, en lugar de hacerlo desde la competitividad.

A white cartoon character with large eyes and a small body, standing on a red background. Above its head is a white thought bubble containing the text '¿Sabías que...?'.

¿Sabías
que...?

La identidad tiene que ver con un modelo ideal. Multiplicando y diversificando los modelos ideales, se amplían las posibilidades de identificación y se contrarresta el efecto de los medios, por ejemplo, proponiendo mensajes alternativos que rompan los estereotipos.



Ejemplo Práctico



A menudo, lo desconocido asusta y reaccionamos desde el miedo a lo diferente. Partiendo de la premisa de que la igualdad supone el respeto a la diversidad, se puede aprovechar la variedad cultural que actualmente brinda la escuela, para nutrir los imaginarios de infinitas posibilidades.

GASTROCULTI

Propón un día de intercambio cultural para conocer costumbres, gastronomía, rituales, formas de preparación, productos típicos... Aprovecha para analizar los roles de género en la familia, en el hogar, en la economía de los cuidados, incluso en los trajes culturales que acompañan las festividades y la gastronomía. Así se promueve que aprendan a conocer e integrar la variedad de posibilidades, y a compartir desde la diferencia pero con igualdad de importancia. De esta forma, se previene la violencia que implica controlar o arrasar con lo que no cuadra en el propio marco de referencia, y se fomenta el respeto a lo desconocido.

ES IMPORTANTE conocer realidades variadas para relacionarse desde la flexibilidad, y la cocina puede resultar un espacio creativo que recoge diferentes tradiciones, al tiempo que permite transformar e innovar.



MUSICANDO

A través de la música se pueden integrar valores, conocer estilos diversos y analizar estereotipos de género, contrastando modas pasadas y actuales, contenidos de canciones, atendiendo a sus ídolos, lo que de ellas y ellos admiran, y desplegando diferentes cualidades como la imagen, la belleza, el talento, etc. Además, hacia el final de la infancia y el comienzo de la adolescencia empieza a emerger la importancia de pertenecer a un grupo, por lo que las tendencias compartidas son importantes, así como presentarles otras posibilidades para que amplíen su mundo.

ES IMPORTANTE atender a las imitaciones de las y los pequeños, para conocer lo que admiran y proponerles aspectos que igual no han pensado, de forma que amplíen su perspectiva más allá de “lo que es típico de niños o de niñas”.



Trabajando las emociones



El corsé de género aprieta de forma particular en la cuestión emocional. Promueve la comprensión ilimitada en las niñas y bloquea la posibilidad de expresión en los niños.

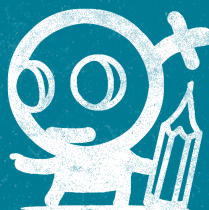
Para aflojar ese corsé es fundamental presentar modelos alternativos de feminidad y masculinidad desde la infancia, y **brindarles la oportunidad de aprender a identificar, nombrar y expresar emociones como personas, con independencia del sexo.** Acompañando el desarrollo y facilitando la expresión, se promueve la flexibilidad y se amplía el repertorio de respuestas y formas de relación, como prevención del ejercicio de la violencia.

La emoción es como un motor que mueve a las personas, si les entregamos la llave maestra en la infancia para entenderse a sí mismas, a sí mismos, podrán entender el funcionamiento de las relaciones.



Cocinar un puchero plagado de nutrientes supone conocer e integrar los ingredientes básicos y las posibilidades de experimentación que brindan, de forma que podamos ofrecer manjares suculentos, que alimenten el desarrollo de los infantes y eviten indigestiones posteriores. Imaginemos que revisamos los cimientos propios como grandes chef.

EJEMPLO PRÁCTICO



LA TARTA DE LAS EMOCIONES

Ingredientes:

Comunicación positiva	Formas de desahogo
Respiración y formas de relajación	Responsabilidad
Canalización de emociones	Autonomía
Emociones en palabras, colores y formas	Compañía
	Paciencia
	Confianza

Pasos:

- Pelamos la comunicación en trocitos, quitando juicios, comparaciones, culpa y sentencias, lo echamos a la batidora.
- Añadimos un poquito de respiración, claves para relajarse y formas de desahogo.
- Reservamos la mezcla.
- Sobre un molde, ponemos una base de emociones nombradas, actividades que promuevan responsabilizarse y desarrollar autonomía.





- Verter la mezcla por encima y decorar con unas perlas azucaradas de paciencia, confianza y compañía.
- Servir templado mientras recordamos mensajes como llorar no es malo; la tristeza se puede compartir; nos podemos enfadar, pero no lo podemos pagar con las demás personas; es importante querer bien, y no tanto querer mucho; quien bien te quiere te hará reír.

Las palabras positivas generan emociones positivas y confianza. La confianza crea relaciones basadas en la autonomía y el cuidado mutuo como antídoto de relaciones tóxicas.

ES IMPORTANTE recordar la forma en que durante la infancia aprenden a conocer las emociones, expresarlas, poner límites... imitando a las figuras adultas que les rodean. Esta actividad es una propuesta tanto para revisar lo que transmitimos como la forma en que lo hacemos, que también absorben durante su aprendizaje y desarrollo.



La paciencia, los tiempos, los ritmos y la tolerancia a la frustración de aquello que escapa a nuestro control, son baldosas imprescindibles para cimentar el camino hacia un trato igualitario. La naturaleza ofrece una posibilidad incomparable para desarrollar esos aspectos, al marcar crecimientos y ritmos propios, que pueden servir como ejemplo simbólico del cultivo de las relaciones.

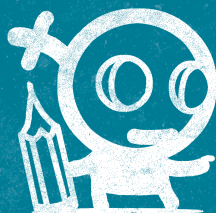
CULTIVANDO EL HUERTO DEL BUEN ROLLO

Cultivar un huerto o un pequeño jardín en el aula, puede servir de metáfora de los procesos internos de las personas o del desarrollo de las relaciones. A principio de curso se plantan las semillas, se explican los cuidados necesarios y se reparten responsabilidades de forma que vayan rotando. Aprenderán la espera, a tolerar los tiempos de crecimiento que se pueden cuidar pero no controlar, a evitar excesos (de sol, de aire, de agua), a quitar malas hierbas, a ver cómo pueden convivir diferentes especies y qué productos naturales se pueden emplear para evitar plagas. Se puede aprovechar para trabajar las emociones que les genera, situaciones en las que se pueden sentir de forma similar, cómo manejarlas, etc.

ES IMPORTANTE abordar las emociones a través de juegos, para que ensayen en un contexto cuidado la forma de generalizarlo en la vida.



EJEMPLO PRÁCTICO



Es fundamental acompañarles en el aprendizaje de las emociones, para que sepan identificarlas en ellos/as mismos/as y en las demás personas, y que también sean capaces de separar lo propio de lo ajeno y no caigan en atribuciones equivocadas (por ejemplo, que puedan entender que si alguien se enfada, puede ser porque ha tenido un mal día, no porque ellos/as hayan hecho algo mal).



MÍMICA SOBRE PELÍCULAS

El clásico juego de adivinar películas, personajes o situaciones a través de gestos, se puede invertir para promover la colaboración en lugar de la competitividad: en lugar de adivinar el propio equipo, tiene que hacerlo el otro. Es decir, un grupo elige película y estrategia para escenificarla, y un miembro del grupo tiene que lograr que el otro equipo lo adivine. Así todas y todos ganan y se diluye la rivalidad a favor de la empatía y las relaciones positivas. Con este juego se trabaja la identificación de gestos y emociones, promoviendo el conocimiento intra e interpersonal, y el poder de la palabra, que ayuda a nombrar.

ES IMPORTANTE ayudar durante la infancia a distinguir entre imitación e intención, y a que aprendan a gestionar sus emociones.



La agresividad y la violencia se diferencian por su intencionalidad:

AGRESIVIDAD

Emoción adaptativa e inherente en los seres humanos.

VIOLENCIA

Intención, acción u omisión mediante la cual intentamos imponer nuestra voluntad sobre otros/as, generando daños físicos, psicológicos, morales o de otro tipo.

AGRESIÓN

Cualquier forma de conducta que pretende herir física y/o psicológicamente a alguien.



FOMENTANDO EL BUEN TRATO



Tras recorrer conceptos básicos, revisar el de igualdad y conectar el abanico de emociones que cada persona llevamos de serie, nos queda la última pieza del puzle: el eco de todo ello en la forma en la que nos relacionamos para fomentar el buen trato como alternativa positiva y posible.

En la escuela se pueden aprender los beneficios de la igualdad desde el juego y se pueden contrarrestar actitudes y comportamientos violentos con alternativas de buen trato. La escuela es un contexto de ensayo donde se les puede ofrecer variedad de alternativas sobre las que irán aprendiendo a relacionarse. **También es un espacio en el que podemos ayudarles a conocer sus propias cualidades, su talento, aquello que les motiva, y a descubrir las de otras personas, algo que les ayudará a relacionarse desde el respeto y el buen trato .**



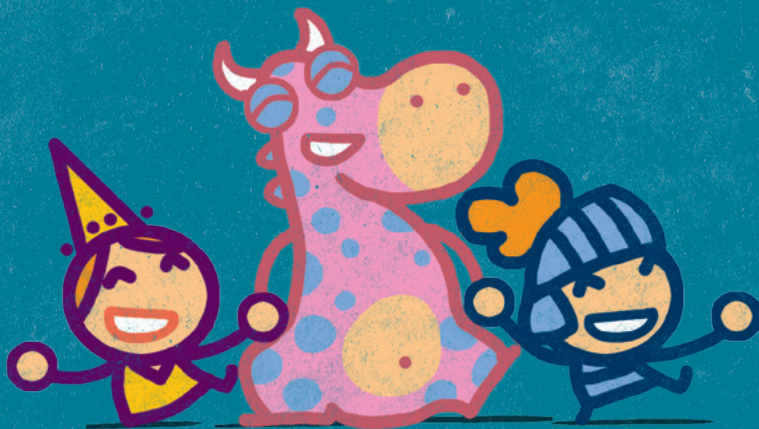
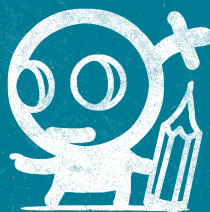
TRANSFORMANDO HISTORIAS

Transformar cuentos, canciones o refranes tradicionales permite, por un lado, rescatar la huella de la memoria que pasa de generación en generación, y por otro, actualizarla y ajustarla a los cambios de la realidad de hoy en día en clave de buen trato, mientras se juega, para que puedan ensayar multitud de posibilidades que luego pondrán en marcha en su vida.

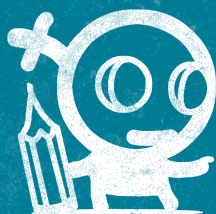
Este juego permite analizar la ocupación de los espacios según el sexo, la economía de los cuidados, etc.

ES IMPORTANTE trabajar a través del juego los roles asignados a hombre y mujer, para extraer las cualidades útiles y poder aplicarlas con libertad.

EJEMPLO
PRÁCTICO



EJEMPLO PRÁCTICO



Además de pensar, es importante incluir el cuerpo y el movimiento en armonía. El teatro o los role-playing suponen posibilidades de experimentar como si se tratase de un laboratorio de alquimistas en danza, probando nuevas fórmulas sin arriesgar aún como en la vida real, pero pudiendo trasvasar lo aprendido a escenarios de la vida.



MICROTEATROS

Son una buena forma de ayudar a desarrollar estrategias de resolución de conflictos. Primero se les puede pedir que expresen situaciones que les han sorprendido, inquietado, generado dudas... Elegir después la situación que prefieran escenificar y formar pequeños grupos, de manera que cada uno escenifique la situación con un final posible. Poner después en común las diferentes alternativas de soluciones que han propuesto, ampliando así las modalidades o repertorios de respuesta, trabajadas en grupo, en movimiento, de forma viva y dinámica.

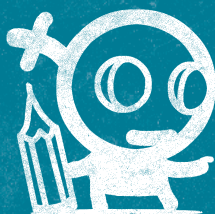
ES IMPORTANTE estar pendientes de las personas que asumen el liderazgo para evitar que sea de forma impositiva, promover que generen acuerdos, que participen chicos y chicas por igual, que puedan expresar lo que no les gusta, las alternativas que les hacen sentir bien, de forma que vayan aprendiendo a poner límites, integrarlos y saber respetarlos.



Enseñar la diferencia entre límite y norma facilita que puedan integrar el sentido de lo que hacen, para extrapolarlo a otras situaciones, porque la norma está ligada y ceñida a una situación concreta, pero el límite es más amplio y permite desarrollar autonomía y respetar de forma universal.

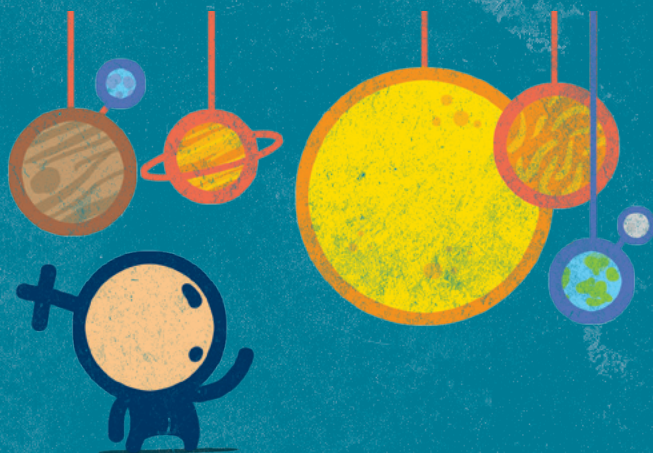


Ejemplo PRÁCTICO



Para poder relacionarse desde el respeto, la igualdad y el buen trato, es imprescindible conocerse primero, sino la presentación hacia las demás personas resultaría hueca e inconsistente. Sólo explorando las herramientas y habilidades propias, podrá desarrollarse una salud emocional acorde con una convivencia pacífica y tranquila.

Es importante acompañarles a descubrir su potencial para que puedan respetarse y respetar. Si aprenden sólo lo que está mal o en lo que fallan, la frustración se puede convertir en rabia y acabar proyectada como veneno en las relaciones. Si a los niños se les permite ser sensibles y a las niñas enfadarse, estaremos potenciando un desarrollo de valores universales, que se conjugarán con lo singular que cada una y cada uno tenga y pueda aportar a los demás, si se les permite descubrirlo y nutrirlo.



CONCURSO DE TALENTOS

Se trata de presentar un juego a través del cual puedan contactar con su punto fuerte o talento particular. Un concurso de talentos permite que exploren y se pregunten acerca de aquello que les hace singulares y se lo muestren al resto del grupo, de tal forma que se nutra su autoestima señalando lo positivo. Esto les hace relacionarse desde el buen trato al prevenir inseguridades personales. Pueden descubrir también aspectos de sus compañeros y compañeras que no conocían, la utilidad del talento de cada persona para el grupo, fomentando que puedan poner en común sus diferencias desde las potencialidades, ganando todos y todas.

ES IMPORTANTE ayudarles durante la infancia a que encuentren en qué destacan y a descubrir en qué sobresalen las demás personas, de forma que no se sientan inferiores, sino con cualidades diferenciadas, pero que pueden servir para nutrirse mutuamente.



¿Sabías
que...?

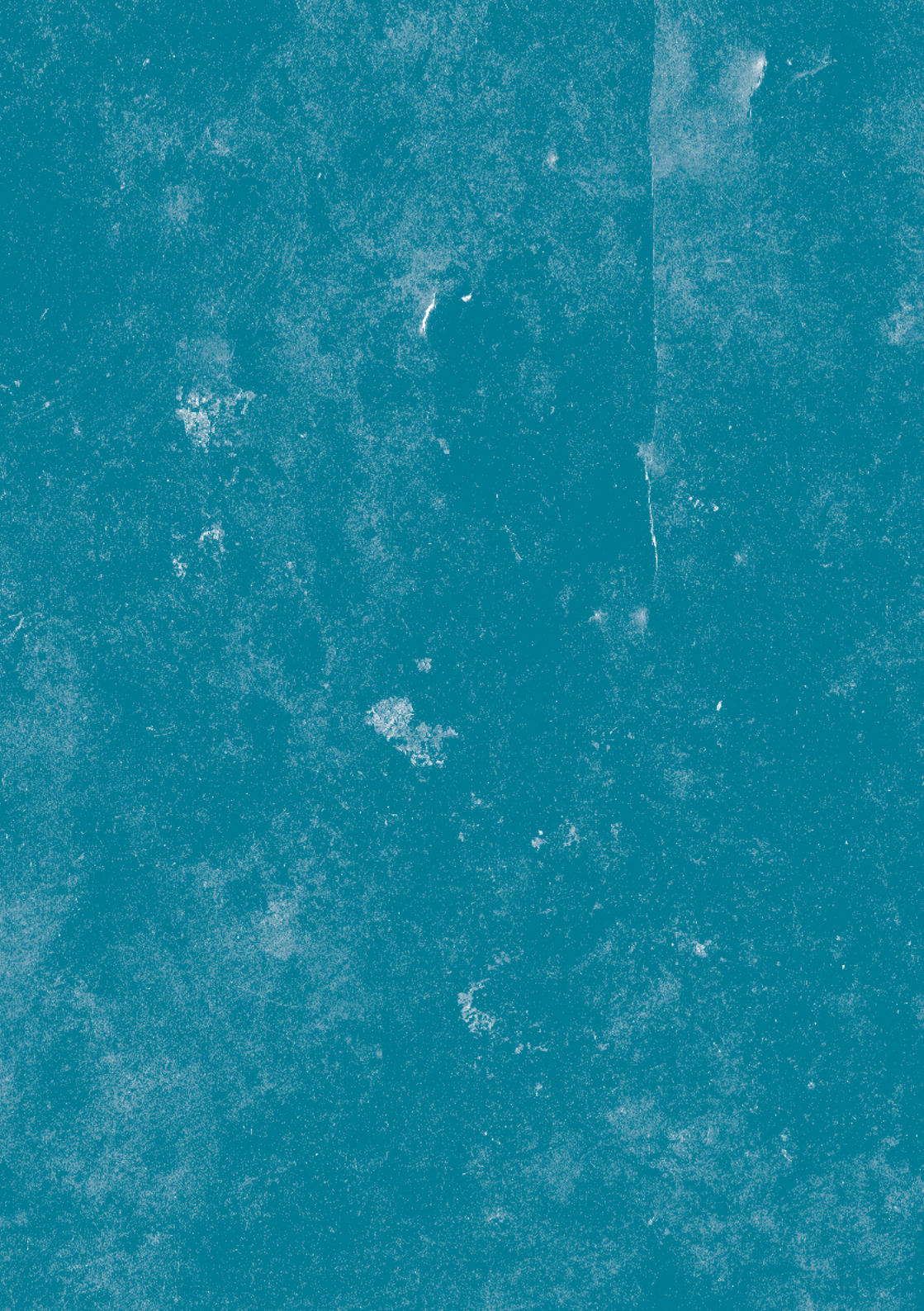


El juego es la forma de expresión privilegiada durante la infancia:

“Jugar es la posibilidad de ensayar una y otra vez, sin temor al error, sin correr riesgos, teniendo siempre nuevas oportunidades, por lo que se transforma en la vía más relajada para apropiarse de aprendizajes.”

Öfele, M. R. (Instituto de Investigación y Formación).



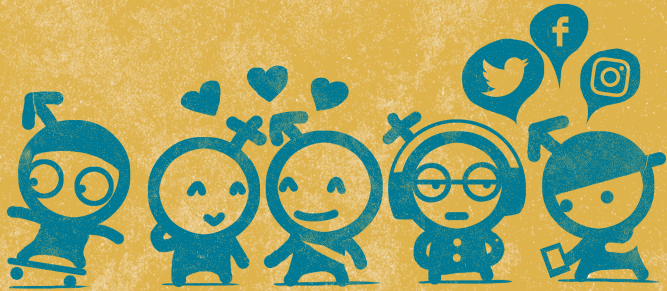


3.

SECUNDARIA



TRABAJAR CON adolescentes



La violencia de género en adolescentes es más frecuente de lo que tendemos a creer y puede comenzar antes de lo que pensamos. De la experiencia del trabajo con jóvenes se desprende que puede aparecer a edades tan tempranas como los 12 o 13 años, desde el momento en que comienzan las relaciones de pareja.

Aunque pensemos que a estas edades sólo influye el grupo de iguales, la figura del profesorado es también muy importante. Les sirve muchas veces como modelo a seguir o como figura adulta en la que confiar y con quien poder compartir lo que les pasa.

Sabemos que en la adolescencia debemos impartir unos temarios muy ajustados y que el tiempo es muy limitado. Pero con independencia de cuántas horas pasemos con ellas y ellos, nuestro ejemplo en el trato diario va a ser muy importante.



Como primer paso, prestemos atención a evitar comentarios sexistas en los que podemos caer casi sin darnos cuenta porque socialmente están aceptados y todavía son frecuentes. Por ejemplo, cuando el alumnado viene a consultar nos acerca de salidas profesionales y tendemos a recomendar unas u otras en función del sexo:

Una alumna que esté planteándose estudiar aeronáuticas y se le recomienda que sea azafata porque con lo alta y guapa que es seguro que la cogen sin problema. O un alumno que se planteee estudiar educación infantil y se le dice que ahí no va a tener mucho futuro porque ese trabajo es más de chicas.

Seguro que si nos fijamos en las conversaciones que tenemos con nuestro alumnado y en todos los ratos que compartimos, podremos **encontrar la manera de incluir nuestros mensajes de respeto, igualdad y tolerancia. ¡Les van a servir como prevención y ejemplos positivos!** Obviamente siendo tutores/as de algún curso podemos aprovechar también los espacios de tutorías, las excursiones, etc. ya que compartimos más tiempo con ellas y ellos.

En cualquier caso, escuchemos sus necesidades y preocupaciones, y ayudémosles a expresarse. Es importante fomentar espacios de intercambio para ayudarles desde donde ellos y ellas necesitan.

En este capítulo te vamos a ofrecer claves y herramientas que te ayuden en esta tarea de prevenir la violencia de género en una etapa tan importante de sus vidas. En concreto:

- Pautas de detección.
- Actividades de prevención, que podrás aplicar desde cualquier asignatura que impartas.
- Ejemplos prácticos que podrán servirte en tu día a día.



Antes de comenzar os dejamos un cuento. Una historia que nos ayuda a entender lo atrapada que se puede llegar a sentir una adolescente que está viviendo una situación de violencia de género en su relación de pareja.



Había una vez una chica llamada Kalhí. Una chica valiente y aventurera a la que le gustaba recorrer el mundo en su barco y visitar lugar es insospechados.

Un lindo día de primavera se dispuso a iniciar su nueva aventura. Recorrer el Ártico, nunca antes recorrido con un barco como el de Kalhí. Estaba emocionada y ansiosa por comenzar esta aventura. Le habían hablado tanto del Ártico, algunas cosas malas, como los peligros de quedarse atrapada en el hielo, la dificultad de soportar las bajas temperaturas... pero casi todo bueno, el maravilloso blanco reluciente de las planchas de hielo, los espectaculares icebergs... ¡¡Tantas y tantas veces había imaginado cómo serían!!



Aunque sabía que encontraría dificultades, la emoción le nublaban las posibles ideas de peligro o las precauciones que debiera tener. Cogió una mochila, algunas cosas de comer y adelante... ¡La aventura había comenzado!

El amor es una gran aventura que todas y todos queremos experimentar y disfrutar. La emoción muchas veces no nos deja ver más allá de lo magnífico que se avecina, que tiene que ver con nuestras expectativas, construidas en base a lo que hemos visto, nos han contado, a lo que hemos fantaseado o imaginado... siempre positivo, claro. Nunca querríamos vivir una aventura desagradable si supiéramos a priori que va a ser así.

Comenzó el viaje. Kalhí disfrutaba de lo relajante del paisaje, el mar, el sonido de las olas... Aunque nadie le habló del frío de las noches y de la soledad de viajar día tras día en un barco, sin ver nada ni a nadie. Eso no le gustaba, pero con el paso de los días se fue acostumbrando, y cuando lo pensaba, se decía a sí misma que merecía la pena, ya que la recompensa sería de un valor incalculable. Conseguiría ver y experimentar aquello de lo que tanto le habían hablado.

Cuando estamos en el camino de algo “grande”, de algo “espectacularmente bueno”, o así lo creemos y así nos lo han contado (familia, amistades, películas, series, revistas...) somos capaces de adaptarnos a situaciones desagradables, habituarnos, normalizarlas y motivarnos pensando en el objetivo final.

En las relaciones de pareja ideas como “el amor para siempre”, “fueron felices y comieron perdices”, “fueron felices para siempre” o “el amor triunfó” juegan un papel importante en el mantenimiento de las relaciones de violencia, así como de los mitos que las rodean.

A los chicos y chicas a menudo no les gustan el humor sexista, los chistes machistas, los comentarios negativos sobre las mujeres... pero lo entienden como lo “normal”, sobre todo si se legitima o normaliza. Si esto se traslada a una relación de pareja o se hace explícito, podría resultarles dentro de lo “normal”.

También es importante reflexionar desde qué aspectos se valora una relación, por ejemplo, si se hace desde el “aguanto por amor”, “me



sacrificio por amor y eso quiere decir que le quiero muchísimo, si no lo hiciera no le querría tanto". Porque en relaciones abusivas y/o de violencia estas creencias pueden anclar aún más en la relación.

Kalhí, sin darse cuenta, llevaba meses navegando y ya estaba en un mar donde el iceberg estaba por debajo de su barco. Cada vez se introducía más y más en sus peligrosos salientes de hielo, pero no podía verlo aún, ya que desde la superficie estaba todavía lejano y no se apreciaba tanto.

Existen formas de violencia tremendamente sutiles, a menudo confirmadas por los estereotipos de género o los mitos en torno a chicos y chicas, y las relaciones entre ambos. De esta manera, cuando nos vemos envueltas en una relación de violencia y comenzamos a visualizar cosas que no nos gustan, que nos extrañan o que no nos hacen sentir bien, si están teñidas de buenas intenciones, de amor, de justificaciones "es que justo ese día pasó...", "es que tenía un mal día...", "justo ese día discutí con...", es fácil continuar la idealización o la confianza en que no es importante o en que cambiará.



Un buen día Kalhí, ya acostumbrada al tremendo silencio y a ver los amaneceres y atardeceres en soledad, se encontró una gaviota. Esto le alertó puesto que había leído que las gaviotas estaban en zonas más templadas y por un momento temió haberse desviado de su ruta. Pero la gaviota se fue, así que siguió su camino cada vez más nerviosa por llegar a algún lugar interesante.



En relaciones de violencia nos encontramos con momentos en los que algo nos alarma y podemos percibir que algo no nos gusta, no nos hace sentir bien o no es “adecuado”, pero desde la soledad (el aislamiento que provoca una relación de violencia) es difícil contrastar estos aspectos o pensarlos con claridad. Incluso nos da miedo hacerlo por si la realidad con la que hemos soñado durante meses desaparece.

Kalhí ya no pensaba en otra cosa, cuándo encontraría alguna maravilla de las que le habían hablado. Parecía que al fondo, en la dirección hacia donde navegaba, se vislumbraba algo pero la niebla no le dejaba ver con claridad. Pensó que igual era algo peligroso o que podría verse atrapada en una tormenta, pero ya era demasiado tarde. Intentó aminorar la marcha, incluso navegar hacia atrás, pero parecía que su barco ya sólo podía navegar en una dirección, había perdido el control del timón y estaba tremendamente asustada...

Las relaciones abusivas o violentas a menudo se convierten en la única cosa en la que se piensa y la sensación de sentirse atrapada es bastante común, igual que la pérdida de control. Es entonces cuando la indefensión crece y con ella la dureza de la violencia, en cualquiera de sus formas. Ya están atrapadas y salir de la situación resulta más difícil.

Intentan escapar, pero a veces eso las atrapa aún más. En ocasiones, como forma de defenderse tratan de evitar que sus parejas se comporten de forma violenta, y acaban por sentirse responsables de la violencia por no haber podido evitarla. Son mecanismos de defensa que terminan por dañar cada vez más.

Kalhí finalmente decidió marcharse y se dispuso a buscar la manera de recuperar el control del barco y alejarse de allí. El ambiente no tenía buena pinta y le pareció ver placas de hielo debajo del barco, lo que podía suponer el hundimiento.

Pero justo cuando se disponía a marcharse, allí estaba... ¡por fin! El gran iceberg. Era inmenso, nunca, nunca había visto algo así, ni siquiera en los libros y documentales sobre el Ártico. ¡Era impresionante! y se quedó ensimismada durante un rato, admirando su belleza y lo espectacular que era.



La violencia de género en las relaciones de pareja también tiene una parte impresionante: las reconciliaciones, las promesas de amor, las demostraciones e intentos por hacer ver una realidad contraria y aparentemente bella y maravillosa, que cualquiera nos veríamos tentadas de admirar, aunque solo fuera un rato, o confiar en que pudieran mantenerse. Esta parte del ciclo de la violencia es la que mantiene las relaciones y las expectativas de cambio o la confianza en que la situación al menos mejorará.



A pesar de la maravilla del iceberg, Kalhí estaba asustada y no sabía qué hacer. Por fin entendió que el iceberg escondía una trampa para ella, su barco estaba atrapado en las placas de hielo y no podía moverse. Estaba muerta de miedo y muy blo-



queada. Estaba sola y no sabía qué hacer. Pasó así varios días, la comida y los recursos para calentarse se fueron agotando, cuando de repente se acordó del kit de supervivencia. Cogió una bengala y la lanzó al aire haciendo sonar un ruido ensordecedor. Hizo lo mismo con todas las de la caja.

Al cabo de unas horas, un helicóptero de rescate fue en su busca y consiguieron sacarla de allí. Por fin se sintió aliviada sabiendo que estaba a salvo, pero también la inundó una enorme pena al alejarse de aquella maravilla de iceberg y ver su barco hundirse poco a poco en las profundidades del mar.

Pedir ayuda, contar con gente en cualquier punto del proceso es fundamental. Esperar al momento en que esa persona pueda articular su ruptura y hacerlo de una forma segura es la mejor manera de salir de una relación de violencia.

Aún saliendo de ella, y por el contexto social y cultural en el que todavía vivimos, siempre quedará la idealización del amor y la dureza de separarnos y de perder aquello que hemos sentido como “el gran amor”, aunque en las relaciones de violencia vaya acompañado de otra realidad no siempre visible y nada maravillosa.



La adolescencia es una etapa compleja

Nos encontramos ante una etapa de la vida que conlleva aspectos que no debemos perder de vista, si queremos entender, empatizar, ser capaces de acercarnos y ayudarles mejor.

Trabajemos con nuestro grupo de adolescentes desde **SU PROPIA** adolescencia, que implica:

- Período de cambios
- Inseguridad
- Deseo de intimidad
- Rechazo de normas y límites
- Búsqueda de identidad
- Deseo de explorar y conocer
- Importancia del aspecto y las opiniones externas
- Rechazo de ayuda o negación de problemas
- Creer que “lo saben todo”
- Importancia de pertenencia al grupo
- Aprendizaje del funcionamiento de las relaciones afectivas
- Inicio en la toma de decisiones
- Vivir el presente como si no hubiera un mañana



PERO TAMBIÉN TIENE SUS VENTAJAS

A pesar de ser una etapa complicada, la adolescencia trae consigo muchas ventajas que es importante no perder de vista.

- **Inicio de las relaciones afectivas:** al ser una etapa de aprendizaje tenemos la oportunidad, que no debemos desaprovechar, de sembrar bien las bases y que aprendan a diferenciar entre las relaciones sanas y las que no lo son, para que puedan poner límites a lo largo de sus vidas.
- **Agradecimiento de la escucha:** si el momento es el adecuado se van a abrir y van a agradecer mucho la escucha y la empatía, ya que el sufrimiento acumulado en las relaciones de violencia es muy grande y el aislamiento les impide expresarse con amistades y familia por miedo a lo que puedan opinar.
- **Puesta en práctica a largo plazo:** las y los adolescentes retienen aquellas cosas que les llegan de las personas importantes en su vida. Lo que les aportemos ahora, puede florecer más adelante cuando estén en su momento para regar esa semilla.
- **Sinceridad y transparencia:** en general se les notan mucho los cambios de estado anímico, por lo que desde el centro educativo, al compartir tantos espacios a lo largo del tiempo, podemos llegar a conocerles bien y detectar posibles situaciones conflictivas.



El aprendizaje de las relaciones afectivas



En la adolescencia comienzan los primeros noviazgos y enamoramientos, pero nadie nos enseña cómo deben ser las relaciones afectivas. Tenemos diferentes modelos a nuestro alrededor, de los cuales vamos aprendiendo: en casa, en los medios de comunicación, a través de las amistades, en las redes sociales... La cuestión es que esos modelos pueden ser sanos ¡o no!

Aunque parezca que las cosas han cambiado, y que a día de hoy las relaciones de pareja están basadas en la igualdad, los datos y la realidad nos muestran lo contrario.

Siguen estando presentes los mitos del amor romántico, las desigualdades de género en las parejas, los papeles marcados de chico y chica en las relaciones: chico protector–chica cuidadora; chico malote–chica salvadora; chica objeto, recatada, sexy–chico musculado que no muestra su lado emocional...



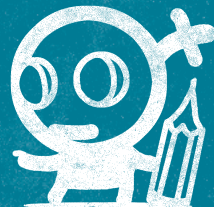
Y a la hora de hablar de **sexualidad**, se sigue abordando como un tabú en las aulas y en la sociedad en general, cuando en realidad las y los adolescentes tienen acceso a una inmensa cantidad de contenidos sexuales por Internet, la mayoría de ellos sin filtro alguno. **¿No sería mejor dejar los tabúes a un lado y sentarnos con ellos y ellas para resolver sus dudas y hablar de lo que les preocupa y de lo que les pasa?**

REFLEXIONANDO SOBRE LOS MODELOS DE PAREJA

Que cada uno escriba una reflexión personal sobre los modelos de pareja que ha tenido y tiene (familia, medios de comunicación, amistades...). Extraer de ellos aquellos aspectos de las relaciones que les gustan y los que rechazan, y por qué. Hacer un mural con aspectos comunes sobre qué cosas les gustan en las relaciones de pareja y cuáles no.

HABLEMOS DE SEXUALIDAD

Habilitar un buzón anónimo de sugerencias en el que puedan depositar las dudas que les surjan en torno a la sexualidad. Ir abordando las cuestiones que vayan saliendo en espacios de tutorías o como temas para redacciones en asignaturas en las que veamos que puedan tener espacio. Si lo consideramos oportuno, podemos separar por sexos en alguna de las cuestiones.



MITOS SOCIALES SOBRE LAS RELACIONES de Pareja

En nuestra sociedad todavía se mantienen muchos mitos sobre el amor y las relaciones de pareja. Es importante que, antes de realizar cualquier actividad en este ámbito con el alumnado, reflexionemos personalmente sobre ello. Veamos algunos de estos mitos y cómo la realidad los desmonta.

“ La violencia de género sólo se da en parejas ya casadas y mayores [FALSO]

Según los datos del último informe del INE, 637 chicas menores de 18 años requirieron medidas cautelares o una orden de protección a lo largo de 2015. Hasta hace muy poco sólo se hablaba de violencia de género cuando había un asesinato y esos casos sí se corresponden con parejas adultas. Pero la violencia de género se puede iniciar, como ya hemos comentado, con el comienzo de las relaciones afectivas, desde los 12 o 13 años.

“ Los malos tratos de verdad son los físicos [FALSO]

La violencia física es la más conocida ya que deja huellas visibles, pero no es la única. Por lo general, antes de llegar a la violencia física se da violencia psicológica. Es mucho más sutil e invisible, pero va a conseguir sembrar en la víctima culpabilidad, dudas, impotencia, inseguridad, sumisión... de manera que, llegado el caso de que se produzca una agresión física, ésta se justifica o minimiza.



“ La violencia de género sólo se da en las clases sociales más bajas [FALSO]

La violencia contra las mujeres es la violación de derechos humanos más habitual y normalizada, y que afecta a un mayor número de personas en el mundo por el simple hecho de ser mujeres. Se da en todas las capas sociales y económicas.

Las mujeres que sufren violencia y pertenecen a clases sociales medias o altas recurren menos a los servicios públicos, lo que hace más difícil estimar la dimensión del problema en estas esferas sociales. En ocasiones, las mujeres de alto nivel socioeconómico se sienten muy presionadas socialmente para ocultar su problemática.

Según datos globales sobre malos tratos se puede afirmar que tanto los maltratadores como las víctimas son personas de todos los países, niveles educativos y clases sociales.

“ Si no hay celos, no hay amor [FALSO]

Los celos son un síntoma de inseguridad personal y sentimiento de inferioridad, **NO DE AMOR**. Implican posesión, miedo al abandono y sensación de pertenencia. Los celos suelen ir a más, al igual que la necesidad de control. Y como es imposible controlar todo, no van a parar nunca. Es como si el maltratador quisiera meter a su pareja en una caja de cristal que sólo él pudiera ver, tocar y manejar, y de esa forma controlar.

Cuando una persona se enamora intenta hacer todo lo posible para satisfacer a su pareja, por eso pasamos por alto los celos, el control, hacer lo que la otra persona quiere, ponernos lo que a él le gusta... “total, si a mí me da igual, lo único que quiero es que me quiera y que esté bien conmigo”. En esos momentos se genera una anulación de la persona y la sumisión empieza a crecer, al igual que su sentimiento de poder ante ella, y la idea de posesión y trófeo que ya tenía.



“ El amor lo puede **TODO**. En el amor se permite **TODO** [FALSO]

Es el mito del **AMOR ROMÁNTICO** que sigue socialmente presente y se hace más fuerte a través de películas, series, programas... Se refuerza también con la idea de la “media naranja”, con la cual se está transmitiendo que no somos personas completas si no tenemos pareja. Según esta idea, para realizarnos personalmente tenemos que tener pareja, lo que genera, sin darnos cuenta, una gran dependencia emocional, y hace que en el ámbito de la pareja se “permitan” muchas cosas que a otras personas de nuestro entorno no les permitimos.

Es importante que en la adolescencia podamos enseñarles que su felicidad no va a depender de una pareja, que la felicidad empieza en cada persona, en cómo se siente, en cómo se valora.

“ Es normal que mi novio pueda exigirme que mantenga relaciones sexuales en alguna ocasión [FALSO]

Según un estudio de 2013,¹ el 5,9% de las chicas se habían sentido obligadas, en alguna ocasión o muchas veces, a realizar conductas de tipo sexual en las que no quería participar (frente al 4,6% en 2010). Es muy importante desmentir este mito desde antes de la adolescencia, trabajando que su cuerpo es suyo y que no deben permitir que NADIE les toque o les obligue a hacer algo sin su consentimiento, y que si eso pasa es una violación de sus derechos. Trabajar desde el respeto y el amor hacia el propio cuerpo, y el respeto y cuidado hacia el cuerpo de las demás personas.

Debemos hablar de la sexualidad para que la vivan como algo normal sobre lo que tienen voz, voto y derechos. Muchas de las agresiones sexuales que ocurren diariamente están todavía normalizadas en nuestra sociedad, por ello no se detectan o no se les da importancia, porque no se nombran como lo que son.

1 Estudio investigación promovida por la delegación de gobierno para la Violencia de Género 2013: *La evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la prevención de la violencia de género.*



“ Si nos queremos tenemos que contarnos y compartir **TODO** [FALSO]

Este mito se relaciona con el control. Intentar controlar todo lo que se hace o con quien se está en cada momento, y todo lo que sucede alrededor de la pareja .

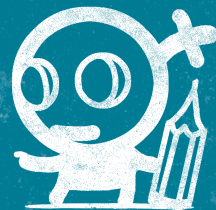
Cada persona tiene derecho a mantener su intimidad. Tener pareja no implica que ya no puedas tener cosas que no quieras compartir. Compartirás aquello que tú libremente quieras. La pareja no lo es **TODO**, en una pareja debe existir confianza mutua y espacio para la independencia. Es muy común que “como prueba de amor” las y los adolescentes den sus contraseñas de móviles o redes sociales... “como no tengo nada que ocultarte te doy mis contraseñas”. Hay que hacerles ver que eso forma parte de su intimidad, son sus cosas. Nuestra pareja tiene que confiar , y aceptar nos como somos.

CAMBIEMOS LOS MITOS

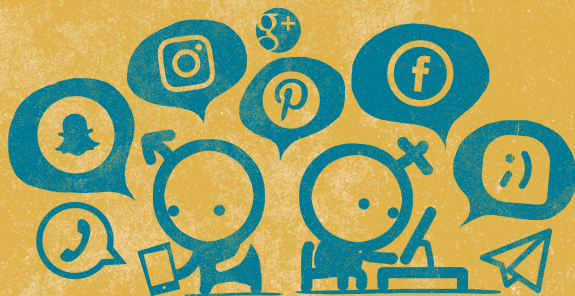
Trabajar en grupos reducidos cada uno de los mitos sobre las relaciones de pareja, para que los debatan y digan si están de acuerdo o no. A continuación, hacer una puesta en común en el aula. Hacer un mural en el que pongan el mito tachado con una explicación desmontándolo y una imagen o dibujo que lo acompañe.

YO ME RESPETO – TÚ ME RESPETAS

Trabajar en grupos reducidos situaciones en las que sientan que se han podido vulnerar sus derechos, que se hayan sentido invadidos/as por alguien o que se les haya faltado al respeto. Desde ahí generar un debate sobre cómo nos sentimos en ese tipo de situaciones y qué podemos hacer para ser respetados/as y para respetar.



Redes Sociales, ¿aliadas o enemigas?



La revolución tecnológica ha sido tan acelerada en los últimos años que muchas familias y personas adultas se ven en la situación de tener que asumir la educación en un terreno en el que no disponen de suficiente formación y experiencia, como consecuencia de la denominada brecha digital. Esta revolución tecnológica puede ser vivida como una amenaza.

¿Es mejor luchar contra las nuevas tecnologías y criticarlas o tenerlas como aliadas y utilizarlas desde ahí? **No podemos ignorar que hoy en día el mundo adolescente es nativo digital, con todo lo que ello implica para su vida y su manera de relacionar se.**



Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) les aportan:

- Autonomía
- Libertad
- Inmediatez
- Auto-formación
- Conexión al mundo
- Vínculo social
- Comunicación constante
- Sensación de impunidad
- Creación de su propio personaje
- Concepción de comunidad y amistad
- Disminución de la sensación de soledad
- No hay aburrimiento

Así que mejor ¡UTILICÉMOSLAS COMO ALIADAS!

- Enseñando aspectos positivos que nos aportan las redes.
- Trabajando la prevención en violencia de género o con las familias a través de un uso responsable y positivo de las TIC.
- Sabiendo cuáles son las redes sociales que utilizan, para desde sus propios intereses poder llegar más a ellos y ellas, y conocer mejor su día a día y sus nuevas formas de relacionarse.
- Fomentando el buen trato a través de las TIC, y que aprendan a denunciar y a comunicar cuando sufran o vean situaciones de abuso.
- No refiriéndonos a las TIC como algo despectivo, ya que para ellas y ellos son importantes. Interesarnos por aprender, nuestro alumnado también tiene mucho que enseñarnos y desde ahí podemos empoderarles.





QUÉ ME GUSTA Y QUÉ NO ME GUSTA DE LAS TIC

Realizar un debate sobre aquellos aspectos que consideran positivos de las nuevas tecnologías, los que consideran negativos, y el por qué. Por ejemplo, igual les puede parecer positivo que las TIC les permiten averiguar si su pareja les está mintiendo o no, pero no les gusta que sus padres puedan localizarles cuando quieran. Este debate nos puede abrir el camino para trabajar sobre derechos y obligaciones, sobre su necesidad de que les respeten y desde ahí entender la necesidad de respetar a las demás personas.

REDES SOCIALES: ¿LIBERTAD O ESCLAVITUD?

Generar un espacio para hablar de las redes sociales. Que puedan expresar libremente si les gustan o no, si las utilizan por decisión propia o por presión social y sensación de pertenencia. Si les hacen sentirse más libres o más esclavos. ¿Qué les aportan? En caso de que les gusten y las utilicen, que presenten cuál es su favorita y por qué.

7 DÍAS SIN INTERNET

A modo de experimento para quien quiera participar, y si no como reflexión para analizar el enganche que podemos tener a las TIC. ¿Cómo me sentiría? ¿Qué cosas haría que ahora no hago? ¿Cambiaría algo en mi vida? ¿Cómo me relacionaría con las personas de mi alrededor?





Violencia de género en parejas adolescentes

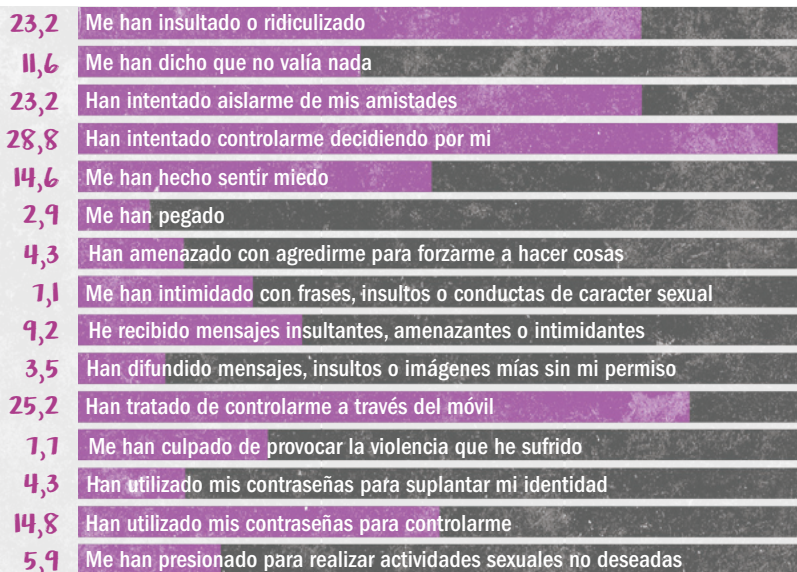


La violencia de género en la adolescencia se da, no es un hecho aislado. Tampoco tiene nada que ver con niveles sociales o económicos. Es quizás una de las formas de violencia más preocupantes ya que tiene lugar en una edad muy temprana, en pleno desarrollo de la personalidad, tanto del agresor como de la víctima.

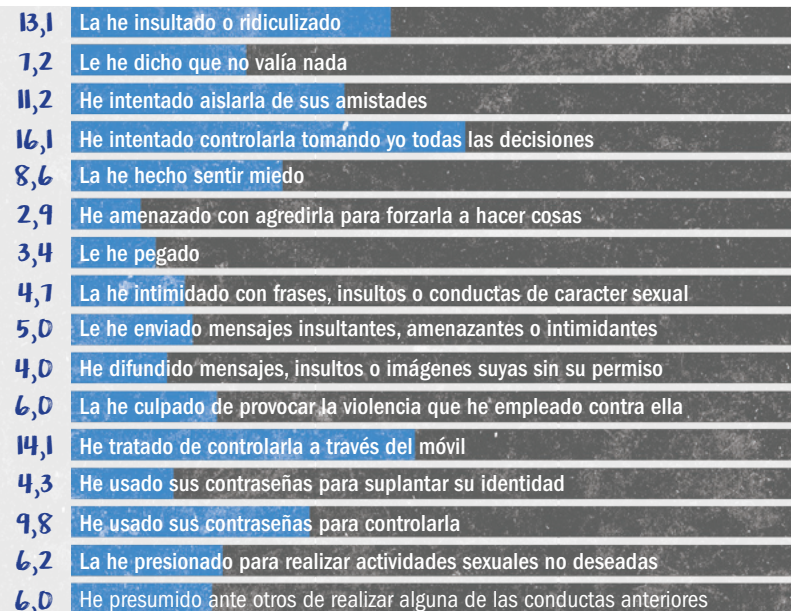
Estar en una relación de violencia de género nos puede pasar a cualquiera, simplemente es “enamorarse de la persona inadecuada”. Que la adolescente sea capaz de percibir la situación antes o después y salir de ella, dependerá de las herramientas de las que disponga y de su círculo de relaciones y apoyo social. Por ello es fundamental estar pendientes para prevenir, detectar e intervenir en la medida en la que podamos.

En la siguiente tabla, recogemos los resultados del estudio *La evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la prevención de la violencia de género*, promovido por la Delegación de Gobierno para la Violencia de Género y publicado en 2014.





Porcentaje de chicas que dice haber sufrido cada situación de maltrato alguna vez, a menudo o muchas veces



Porcentaje de chicos que dice haber ejercido cada situación de maltrato alguna vez, a menudo o muchas veces

En la adolescencia hay **FACTORES DE RIESGO**, que forman parte del desarrollo evolutivo de la persona, como son:

- **Baja percepción del riesgo.**
- **Inmadurez.**
- **Idealización de las relaciones.**
- **Desconocimiento de las relaciones de pareja y su funcionamiento “sano”.**
- **Relevancia de pertenecer a un grupo o tener una red social de apoyo y disfrute.**
- **Dependencia.**

A estos factores podemos sumar la dificultad de identificarse como víctima o como agresor en una relación de violencia de género, debido a los mensajes sociales de minimización y normalización de la violencia en estas etapas.

Por otro lado, hay también **FACTORES DE PROTECCIÓN** correspondientes a esta edad,

- **Momento evolutivo de cambio** (que puede permitir de una forma más sencilla que haya movimientos dentro de la relación).
- **La no dependencia económica hacia ellos** (como sí ocurre en muchos casos de mujeres adultas).
- **Vitalidad.**
- **Ganas de explorar, conocer e investigar.**
- **Rebelión.**
- **Conductas opositoras.**



La adolescencia es un momento evolutivo de construcción personal en el que las experiencias (buenas y malas) apoyan (para bien o para mal) la construcción de nuestra identidad.

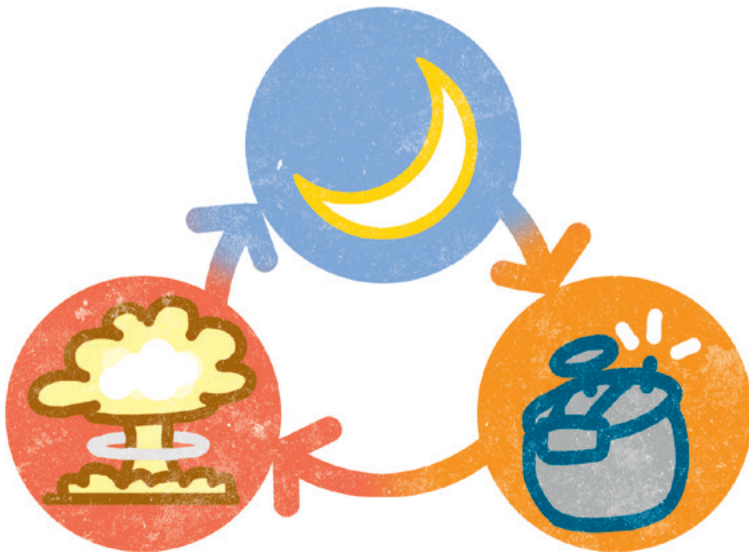


ENTENDIENDO LO QUE PASA: EL CICLO DE LA VIOLENCIA

Las relaciones de violencia de género suelen estructurarse en tres fases, que implican cada vez un mayor enganche de la víctima y un mayor nivel de violencia, ya que se genera tolerancia a la misma y un mayor miedo e indefensión.

Tengamos en cuenta que es un ciclo. Todo pasa por lo que se ha estado fraguando en la fase anterior, y así va girando y girando con el desgaste y la anulación que implica.

1. LUNA DE MIEL



3. LIBERACIÓN DE TENSIÓN

2. ACUMULACIÓN DE TENSIÓN



Es imprescindible ubicar el punto en el que está la situación para poder abordarla de una u otra forma. De lo contrario, corremos el riesgo de que nuestra intervención no tenga efecto o pueda incluso ser contraproducente.

Por ejemplo, si a una chica que está “enamorada de él” y no es consciente de estar sufriendo violencia en su relación, le hablamos de violencia de género y de que su novio es un agresor, probablemente lo negará, no recibirá nuestro mensaje ni se identificará como víctima. Es más, dejará de contarnos cuál es su situación pasando a “maquillarla” para no identificarse con el horror que le estamos contando.

Es muy fácil juzgar desde fuera y no entender cómo continúa en la relación. Por ello es fundamental que podamos empatizar, entender el momento en el que se encuentra la adolescente y lo que significa para ella esa relación.

Hay que tener en cuenta que mantener o haber mantenido un vínculo con un chico violento, anula, intimida y quita libertad de acción y pensamiento a la chica.

Vamos a analizar a continuación los momentos que podemos encontrar dentro de una relación de violencia y cómo se sienten las chicas en cada uno de ellos .



Es importante aprender a detectar las primeras manifestaciones de la violencia en la pareja y cómo funcionan este tipo de relaciones.





1. LUNA DE MIEL

Es el momento “bonito de la relación”, los inicios siempre son así, es la fase de enamoramiento o de reconquista.

Periodo de calma, donde puede llegar a desaparecer la violencia. Suele aparecer el perdón, el arrepentimiento, las promesas de cambio... Vuelve a ser cariñoso y amable como al inicio de la relación, de esta forma se garantiza la dependencia afectiva. El chico muestra su “mejor cara” y se alimenta la esperanza de que podrá cambiar y ser toda la relación así.



QUÉ PIENSA ELLA...

Ha cambiado.

Falsas ilusiones

Ya estoy bien, ha sido sólo una discusión. ¿Violencia de género? Eso no es lo que nos pasa a nosotros, ¡no exageres!

Estoy mejor que nunca, me quiere muchísimo.

Mira lo que me ha regalado, la sorpresa que me ha dado.

Negación

Se le fue un poco de las manos, pero no lo va a volver a hacer.

Esperanza de que va a cambiar

No quiero que le pase nada malo.

Miedo a repercusiones legales o judiciales





2. ACUMULACIÓN DE TENSIÓN

Aparecen y/o aumentan los conflictos. Cualquier motivo sirve de excusa para tener una discusión y para culpabilizar de todo a la chica.

Puede haber momentos de no violencia, pero la tensión se va acumulando. Genera sensación de impotencia y culpabilidad en la chica al no poder cambiar la situación aún poniendo mucho esfuerzo y empeño.

Él gana poder y derechos, y ella empieza a ser sometida y a disminuir notablemente su autoestima y toma de decisiones. Cada vez que se da esta etapa se incrementa la anulación de la menor.

Se produce aislamiento social, de forma sutil o directa.



QUÉ PIENSA ELA...

Hemos vuelto a discutir pero no como antes.

Justificación

Es que esta vez la he cagado yo por lo que hice... o por lo que le dije.

Culpabilización

Bueno, las cosas siguen más o menos igual.

No quiero hablar del tema.

Resignación

En el fondo ha sido una tontería, siempre exagero mucho las cosas.

Minimización





3. EXPLOSIÓN

Es el resultado de la tensión acumulada. La violencia explota, dando lugar a agresiones de cualquier tipo (no sólo físicas).

Al ser una violencia más explícita, la menor suele ser más consciente y es por esto que puede ser en esta fase cuando pida ayuda, hable de lo ocurrido, tome conciencia de lo que pasa o denuncie.

El problema reside en que tras esta fase vuelve la de luna de miel, y con ella las promesas de cambio, arrepentimientos, disculpas, regalos...



QUÉ PIENSA ELA...

Yo no puedo seguir así, tengo que poner más de mi parte.

Responsabilizarse

Creo que no va a cambiar, pero no se qué puedo hacer.

Rabia y desaliento

Tengo que contarte algo, no aguanto más.

Necesidad de desahogo

¿Quién me va a aguantar y querer cómo él, si no tengo a nadie más?

Miedo a quedarse sola

No puedo dejarle.

Desaliento

Igual me lo merecía porque le he decepcionado.

Culpa

Como se enteren mis padres a saber qué le hacen.

Miedo a las consecuencias

Qué van a pensar de mi mis amigas, que ya me avisaron.

Vergüenza



CUÁNDO SE NOS DEBEN ENCENDER LAS ALARMAS

En caso de que en alguno de los chicos o chicas detectemos alguna o varias de las siguientes señales, es importante hacer un seguimiento, incluso hablar con sus amistades y familia por si han detectado algo. Desde el centro educativo podremos obtener mucha información, a veces ambos miembros de la pareja pertenecen a la misma clase o al mismo centro. Si tenemos dudas, debemos ponernos en contacto con profesionales especializados.



SEÑALES EN ELLA

Si observamos a nivel conductual o emocional:

Aislamiento social: apenas se relaciona con sus amistades de siempre, centrándose principalmente en su móvil y en él.

Más desánimo e irritabilidad: contestaciones o actos impropios de ella, baja autoestima y autoconcepto, culpabilidad.



Cambios en su manera de vestir: no se pinta como antes, viste con ropa más ancha, sin escotes, pantalón largo en verano y chaquetas...

Disminución notable del rendimiento académico: ausente y despistada, más cansada en clase, con faltas repetidas sin justifica .

Marcas, moratones o rasguños que intenta ocultar: observar si presenta marcas en su cuerpo, sin explicaciones lógicas, que intente esconder y minimice lo ocurrido.

Si conversamos con ella o la observamos con su pareja y encontramos:

Idealización de la pareja y culpabilización propia: *“si yo no hubiera hecho... no se habría enfadado”.*

Repetidas discusiones, muchas de ellas antes de cosas que le gusta hacer a la menor: *“hemos discutido justo antes de irme de vacaciones, o antes de mi partido de vóley, o antes de las fiestas de mi barrio, o antes de salir con mis amigas...”.*

Justificaciones hacia él: *“es que es muy celoso”, o “ha tenido una infancia muy dura”.*

Dependencia emocional: *“no puedo vivir sin él”.*

Presiones “sutiles” a través de chantaje emocional para mantener relaciones sexuales o para envío de fotos de contenido sexual: *“es que él también tiene sus necesidades y si no se va a ir con otras”.*

Castigos repetidos: *“se enfadó y me bloqueó”.*

Esperanza de cambios: *“me ha dicho que va a cambiar”, “está yendo a un psicólogo”...*

Minimizar las agresiones: *“me llamó puta pero es que estábamos los dos muy enfadados”, “tan solo me agarró del brazo pero es que se me marca muy rápido”.*



SEÑALES EN ÉL

Si observamos a nivel conductual o emocional:

Autoestima muy baja.

Comportamiento agresivo en general y justificación de la violencia como forma de resolver conflictos

Dificultades en sus habilidades sociales.

Empatía baja.

Responsabiliza a otras personas de sus problemas o dificultades.

Cambios de humor repentinos.

No aceptación de normas y límites.

Creencias y actitudes machistas: habla mal de las mujeres, con prepotencia...

Historia de violencia con parejas anteriores.

Si conversamos con él o le observamos con su pareja y vemos:

Intentos repetidos de control hacia ella, recurriendo incluso a la intimidación o a las amenazas.

Celos obsesivos.

Conductas o “bromas” humillantes hacia la pareja.

Culpabiliza a la pareja de todo lo que ocurre.

Aísla a la pareja de otras amistades.

Minimiza las conductas de abuso, “es de broma”, “estábamos jugando”...

Comportamiento muy posesivo con ella, “es MI novia, y son NUESTROS asuntos”.



NUEVAS FORMAS de EJERCER VIOLENCIA de GÉNERO: LAS REDES SOCIALES

Las redes sociales pueden convertirse en una herramienta muy peligrosa a la hora de establecer relaciones si no se utilizan de forma correcta, ya que favorecen el control, diferentes maneras de chantajear, manipular, castigar...

¡Veamos algunos ejemplos!

NUEVAS FORMAS de CONTROL

“Preciosa, mándame una foto para que vea lo guapa que te has puesto [Envío de foto]. ¿Qué pasa, que me quieres fastidiar la tarde? ¿Para qué te vististe así? ¿No te ibas a comer con tus padres? ¿No me estarás engañando?”

“¿Con quién estás hablando ahora? ¿No te ibas a dormir? Mándame copia de la conversación para que lo pueda ver anda... Y no andes borrando nada que ya sabes que luego me entero y es peor”.



NUEVAS FORMAS de CHANTAJE

“Venga anda no seas así, ¿qué pasa, que no confías en mí? Mándame una foto tuya para que pueda jugar un poco... ¿Prefieres que se la pida a otra? Seguro que Bea me la manda si se la pido”.

“Tú verás lo que haces, tengo la conversación guardada y se ve perfectamente cómo disfrutas, así que tú misma, si quieres que se entere todo el instituto de lo que has hecho. ¿O prefieres que se lo envíe a tus padres para que sepan lo que hace su niñita mientras ellos no están en casa?”

NUEVAS FORMAS de MANIPULACIÓN

“¿Qué pasa, que tu partido es más importante que yo? Te estoy diciendo que NECESITO verte porque he tenido un problema en casa y vas tú y pasas de mi, eso es lo que te importo ¿no? Yo aquí hecho polvo y tu riéndote con tus amigas... No me esperaba esto de ti, contaba contigo al igual que tu SIEMPRE puedes contar conmigo”.

“Te he dicho mil veces que no soporto a ese grupo de amigos que tienes, que se han reído de mi y que me hacen sentir mal, que están todos detrás de ti, y vas tú y quedas con ellos. ¿Qué pasa, que te gustan todos? Quédate con ellos si les prefieres, ya me has demostrado lo que significa nuestra relación para ti”.



NUEVAS FORMAS de AISLAMIENTO

“Ya te había dicho que a tus amigas no les importas nada, ¿lo ves?, han quedado y no te han avisado. Venga, no estés triste que yo estoy contigo y conmigo NUNCA vas a estar sola”.

“Eso es que están celosas de que tú seas feliz y tengas novio y ellas no, te tienen envidia y por eso no quieren que yo vaya... seguro que además van a tontear a la discoteca y a acostarse con cualquiera, menos mal que tú no eres así. Tú no te preocupes que con mis amigos eso no va a pasar nunca, ellos son amigos de verdad y nunca me harían eso”.

NUEVAS FORMAS de HUMILLAR

“¿Te das cuenta de lo patética que eres? He visto que le has puesto varios Me Gusta al chico ese de tu clase... ¿Ya estás tontearando también con él? ¿Qué pasa, que te gusta? ¿Por eso el otro día te pintaste los labios para ir al instituto?”

“¿De verdad me preguntas qué me pasaba hoy? ¿Eres incapaz de darte cuenta tú solita? Te digo que vamos a quedar con mis colegas del barrio y vas tú y te pones esos pantalones que sabes que no me gustan nada, que te lo he dicho mil veces... y vas tú y te los pones. ¿Qué te crees que me han dicho cuando te has ido?”



NUEVAS FORMAS de IGNORAR

"Eres lo peor, no quiero volver a saber nada de ti nunca". [Bloqueo de teléfono durante varias horas como forma de castigo].

"¿Qué, vas a quedar al final con tus amigas, no? Tú misma, yo me voy a ir entonces a emborracharme con mis colegas a las fiestas a ver si ligo con alguna como vas a hacer tú, ya si eso mañana hablamos". [Cuelga y no coge ni contesta en toda la noche] .

En una relación SANA no ha y lugar para todo esto.

NOMBREMOS LAS COSAS COMO SON:

Si hay control **NO** hay amor

Si hay chantaje **NO** es amor

Si la manipula **NO** la quiere

Si la aísla **NO** es porque la quiera más

Si la humilla **NO** es por su bien

Si la ignora **NO** es porque ella se lo merezca



¿QUÉ GANAMOS CON LA IGUALDAD?

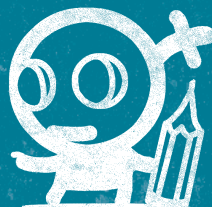
Que cada una y cada uno escriba qué es la igualdad real bajo su punto de vista, y qué aspectos positivos, tanto para los chicos como para las chicas, tendría el vivir en una sociedad igualitaria. Ponerlo en común en clase. También se puede hacer una exposición el día 8 de marzo, en conmemoración del Día de la Mujer.

¿A DÓNDE PUEDO RECURRIR?

Realizar en pequeños grupos una búsqueda controlada de páginas, blogs y otros recursos contra la violencia de género, informándose de qué ofrecen. Conseguiremos, además, una guía de recursos interesantes a los que acceder en caso necesario. Te dejamos un par de ellos para comenzar:

<http://elorientablog.blogspot.com.es/2010/11/violencia-de-genero-recursos-y.html>

<http://minoviomecontrola.com/blog-mi-novio-me-controla-lo-normal/>



INCORPORANDO la PREVENCIÓN y la DETECCIÓN EN el aula

Es importante recordar que si nuestra mirada y trato hacia el alumnado y resto del profesorado es de respeto, escucha, igualdad y tolerancia, transmitiremos esos valores a través de nuestro ejemplo. Pero igualmente importante es trabajarlo en el día a día.

A continuación, te dejamos ejemplos de algunas actividades que puedes realizar en el aula de forma puntual o de manera transversal durante todo el curso.

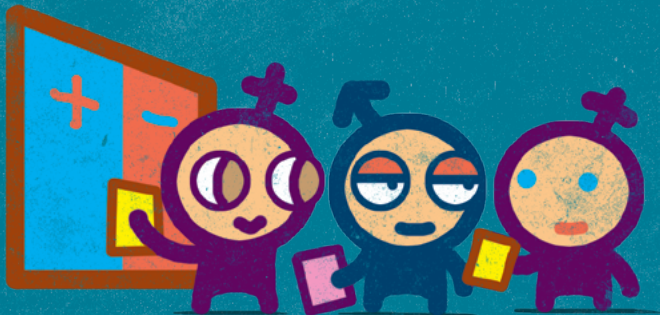


EL DETECTÓMETRO DE RELACIONES SANAS E INSANAS

Crear en el aula un espacio grande que puedan ir rellenando con situaciones que vayan viviendo o que se vayan dando en el aula, o con ejemplos que les puedas aportar. Aquí tienes algunos que te pueden servir:

Ejemplo 1. Juan y Ana llevan dos meses saliendo. Él le dice que va a irse este viernes con sus compañeros de clase a una fiesta que hacen cada año en la que se juntan todos. Ana se enfada y le dice que si prefiere a sus compañeros antes que a ella y que justo este viernes le había preparado una sorpresa, que él verá lo que hace. Juan decide quedarse con Ana, no porque no le apetezca ir a la fiesta sino para que ella no se enfade ni piense que no la quiere.

EJEMPLO
PRÁCTICO





Ejemplo 2. Luis y Lucía llevan juntos cinco meses. Lucía juega al baloncesto y este fin de semana se ha ido a un campeonato. Luis, al no recibir ningún whatsapp de Lucía se ha puesto un poco celoso y se le ha pasado por la cabeza el que estuviera pasando algo, pero después lo ha pensado con más calma y se ha dado cuenta de que su novia está disfrutando del fin de semana y no va a estar todo el día escribiéndole a él, que ya a su vuelta se contarán. El domingo por la tarde se ven y comparten ambos las aventuras de sus fines de semana.

Ejemplo 3. Esther y Pablo son novios desde hace tres meses. Ella se ha ido de compras con su madre y se ha comprado unos pantalones cortos que le encantan y una camiseta ajustada. Pablo va a buscarla a casa y ella se pone la ropa nueva y se pinta toda ilusionada y sintiéndose super guapa. Al verla él la mira de arriba abajo y le pone mala cara. No le dice nada pero se pasa toda la tarde ignorándola, casi sin hablarle y sin mirarla.

Ejemplo 4. María y Paco llevan un mes juntos y él le pide la contraseña de su Facebook porque, como son novios y ya llevan un mes, no puede haber secretos entre ellos. María no quiere dársela porque piensa que eso es algo suyo. Él se enfada y le pregunta qué es lo que esconde, que él no tiene nada que ocultarla. Ella al final acaba cediendo para que no piense que le engaña.

Ejemplo 5. Paula y Sebas llevan cinco meses juntos y todavía no han mantenido relaciones sexuales. Sebas le dice que si no le ha demostrado ya lo que la quiere, que si no lo hacen es porque igual ella no le quiere lo suficiente, que si de verdad le importara



lo haría como prueba de amor. Que él además tiene un aguante y un límite y que como espere mucho al final va a tener que buscarse a otra que le cubra sus necesidades. Al final Paula acaba accediendo, pero no porque quiera mantener relaciones sexuales con él, sino por miedo a que Sebas la deje por otra.

Ejemplo 6. Jose y Laura llevan juntos dos meses. Jose ha quedado para pasar la tarde con su amiga de la infancia. Laura se ha quedado en casa, ha empezado a darle vueltas y ha sentido celos. Cuando al día siguiente queda con Jose éste le cuenta lo que estuvo haciendo la tarde anterior y Laura se sincera con él diciéndole que se siente un poco mal porque se puso un poco celosa. Lo hablan tranquilamente y terminan riéndose de la situación. Cuando Jose vuelve a quedar con su amiga, Laura aprovecha para hacer otras cosas y no vuelve a sentirse celosa ni insegura con ese tema.



EJEMPLO PRÁCTICO



FOMENTANDO LA IGUALDAD Y LA EMPATÍA

Trabajar durante el curso actividades para fomentar relaciones positivas, ya sean de pareja, entre compañeros y compañeras, o con el profesorado. Enseñarles a través de nuestro propio ejemplo y nuestra manera de relacionarnos con ellos y ellas. Crear un Decálogo de Buenos Tratos y exponerlo en el centro. Promover que el alumnado se implique en fomentar la igualdad y la empatía, en el marco del plan de convivencia establecido en cada centro.

¿A QUÉ ME GUSTARÍA REALMENTE JUGAR EN EL RECREO?

¿En los recreos dedican el tiempo a aquello que les apetece o se dejan llevar por lo que las amigas o amigos hacen? Por ejemplo, a María le gustaría jugar al fútbol pero no lo propone porque piensa que nadie le va a seguir, o que los que juegan al fútbol son los chicos.

Pueden preparar un cajón de sugerencias, en el que de manera anónima propongan actividades para el recreo, e ir realizándolas durante el año.

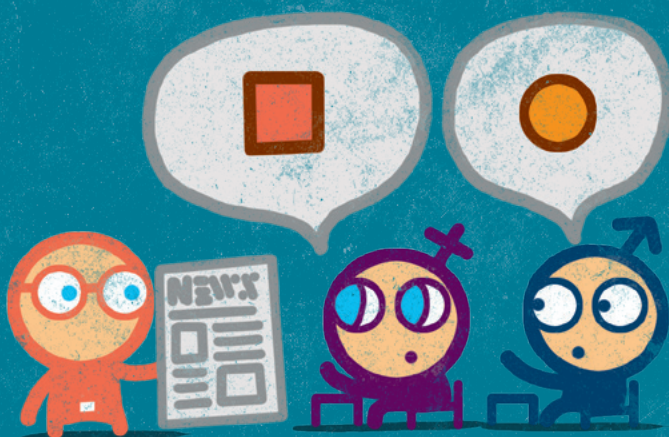


TRABAJEMOS LA IGUALDAD DE MANERA TRANSVERSAL

¿Es posible fomentar la igualdad en la clase de Matemáticas? ¿Cómo puedo aplicar los contenidos de esta guía en una clase de Historia? Lo principal es querer y, como hemos visto en la primera parte de la guía, trabajarnos un poco a nosotros y nosotras mismas. A partir de ahí, durante todo el curso podemos fomentar actividades en las que participen ellas y ellos.

Se pueden generar debates sobre género según surja por temario. Por ejemplo, ¿creéis que a lo largo de la historia las mujeres están reconocidas igual que los hombres?, ¿en qué disciplinas destacan unos sobre otros? Incluso en Gimnasia ¿pensáis que el trato que han recibido las atletas femeninas durante las olimpiadas ha sido el mismo que los hombres?

También puedes recolectar noticias y analizarlas posteriormente. Es importante trabajar con noticias de actualidad y que les puedan resultar de interés.



QUÉ HACER SI DETECTAMOS UNA SITUACIÓN DE MALTRATO

En primer lugar, no nos dejemos llevar por nuestras angustias e impulsos. Ante una situación de violencia de género parémonos a pensar en la menor y en la mejor manera de ayudarla contando CON ella. Pidamos consejo a profesionales especializados sobre cómo actuar.

NO TE CORTES es un programa de la Comunidad Autónoma de Madrid que atiende a adolescentes que están o han estado en relaciones de violencia de género. En los casos en que sea necesario, también acompaña y orienta a sus familias.

El programa ofrece:

- **Línea de atención telefónica (gratuita y confidencial):**
Fundación ANAR 116111
- **Consulta por correo electrónico:** vgjovenes@madrid.org
- **Unidad de atención psicológica.**

Como ya hemos visto, en función del momento en el que se encuentre la menor va a estar receptiva o no al mensaje que le vayamos a transmitir, va a estar abierta o no a recibir ayuda por nuestra parte. Por eso es fundamental poder detectar en qué momento se encuentra, para desde ahí actuar de una forma u otra. Recuerda que en las páginas 113 a 117 de esta guía tienes una descripción de las fases del ciclo de la violencia.



SI SE ENCUENTRA EN FASE DE LUNA DE MIEL...



- Estar presentes y pendientes.
- No minimizar lo que ocurre.
- Crear red y asesorar nos.
- Acompañarla.
- Reforzar vínculos de familia y amigos/as.
- No nombrarlo como violencia de género.
- No entrar en conflicto con él.
- Fortalecerla a nivel personal, empoderarla.
- Estar atentas/os para detectar mecanismos que le llevan a justificar, negar, invisibilizar la violencia.
- Fomentar un clima tranquilo.
- Favorecer actividades en grupo y trabajos en los que él no vaya a participar.

SI SE ENCUENTRA EN FASE DE ACUMULACIÓN DE TENSION...



- Empatizar. No culpabilizar.
- No actuar por impulsos.
- Ofrecerle información objetiva sobre relaciones sanas y reflexión sobre las relaciones (cuidado con meter nos en la suya si todavía no ve lo que pasa).
- Legitimar sus vivencias subjetivas desde un ambiente seguro y protector.
- Que se sienta escuchada.
- No desconfiar ni cuestionar lo que cuenta.
- No agobiar preguntando detalles.
- No juzgar ni decirle lo que debe hacer.



- Recoger su demanda de ayuda.
- En el momento en que esté receptiva, ofrecerle ayuda.
- Si detectamos riesgo de nuevas agresiones, evaluar si tiene herramientas de seguridad. Si no hablar con ella de un plan de seguridad.



SI SE ENCUENTRA EN FASE DE EXPLOSIÓN

- No agobiarla con preguntas y permitirle que cuente a su ritmo.
- Respetar sus silencios.
- No centrarnos ni entrar al detalle de la agresión en sí.
- No actuar por impulsos.
- Estar a su lado.
- No juzgarla ni criticarla.
- No ponerla en duda.
- Asesorar nos previamente en caso de actuaciones legales o denuncias.
- Ofrecerle ayuda con profesionales especializados.
- No dar lecciones.
- Cuidado con criticarle abiertamente, el que ella vea o cuente lo que pasa no significa que todavía no le quiera. Y tengamos en cuenta que después de esta fase puede venir una nueva Luna de Miel.



Una víctima NUNCA es culpable de las situaciones de violencia. Ninguna acción justifica la violencia ni el maltrato contra nadie.

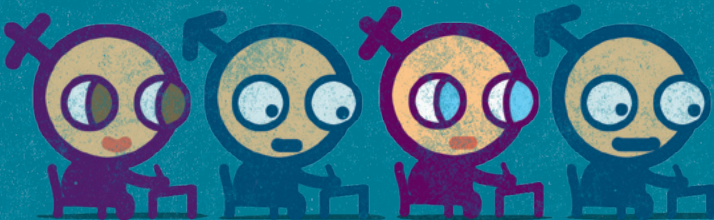
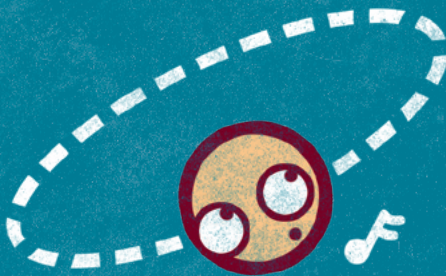


Efecto satélite

Como bien sabemos, los satélites se mantienen en órbita alrededor de los planetas. Tengamos esa función con la menor en caso de detectar señales de una posible relación de violencia de género en su pareja. Mantengámonos cerca, sin agobiarla, pero sí observándola para que, en caso de valorarlo necesario, nos podamos acercar a ella y hablar.

Si nos rechaza o no está en un momento receptivo, volvamos a orbitar a su alrededor respetando sus ritmos hasta que veamos alguna señal de acercamiento.

EJEMPLO
PRÁCTICO



QUÉ HACER SI LA SITUACIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO SE DA EN UNA PAREJA DE TU CLASE

Es importante ponerlo en común con otros profesores y profesoras que les den clase para que puedan estar también pendientes de la situación y actuar de forma coordinada, así como comunicarlo a la dirección para que estén al corriente en caso de tener que tomar medidas.

Te dejamos algunas recomendaciones sobre cómo actuar, que puedes aplicar enmarcándolas en el protocolo del centro:

- No minimizar lo que ocurre ni pensar que la situación va a cambiar sola. Las relaciones de violencia de género son cíclicas y la violencia va en escalada, por lo que seguramente vaya a más.
- No permitir que se den conductas de maltrato delante nuestro, frenarlas.
- Hablar con ambos de lo que vemos, pero siempre por separado. Sin llegar a nombrar la violencia de género directamente, preguntarles cómo se sienten ante determinadas situaciones, cómo están, qué les parece... De esta manera, tantearemos también a la menor para ver en qué momento del ciclo de violencia se encuentra.



En ningún caso mediamos entre ambos y a que son situaciones en las que existe una desigualdad y esto va a provocar que la menor no hable ni se exprese abiertamente, sino que siga ocultando y minimizando lo que pasa. Con una simple mirada del agresor puede sentirse cohibida, amenazada y anulada. La mediación en casos de violencia de género es contraproducente para las víctimas.

- Si no está receptiva en ese momento, ofrecer nuestra ayuda y no juzgarla ni obligarla a que haga nada, estar pendientes de su evolución para elegir el momento adecuado y volvernos a acercar e interesarnos.
- Separarles en caso de que se sienten juntos en clase.
- En las actividades grupales en el aula y fuera de ella que no formen parte de los mismos grupos, así combatimos el posible aislamiento social que ya se esté dando. El aislamiento es el factor de mayor riesgo para una víctima de violencia, ya que aumenta su vulnerabilidad y dependencia.
- Cambio de aula y valoración desde la dirección en caso de que veamos o nos enteremos de alguna agresión grave, aunque haya sido fuera del centro.
- Al hablar con ellos por separado, y en caso de que estén receptivos, ofrecerles algún recurso de ayuda profesional más especializada acorde con la situación de cada uno.



Si conocemos al agresor, podemos caer en minimizar la violencia. Es posible que nos de pena el chico y no veamos la situación de una forma objetiva. Será importante comentar el caso con otros profesionales especializados.



DIFICULTADES QUE PODEMOS ENCONTRAR

Es importante tener en cuenta las posibles dificultades, no para que nos frenen, sino para que al conocerlas podamos combatir-las mejor:

- **Violencia “normalizada”:** en la sociedad en la que nos encontramos se justifican y normalizan muchas formas de violencia, por lo que es importante generar otros patrones de relación, sanos y positivos, basados en el respeto y en la tolerancia, para desde ahí sembrar las semillas contra la violencia de género.
- **La violencia de género no visibilizada por el mundo adulto que les rodea:** de ahí la necesidad de visibilizar aquellas situaciones que detectemos y ponerles freno.
- **Falta de implicación de su entorno no:** en ocasiones nos vamos a encontrar un entorno no sensibilizado con el tema y no colaborador, por eso el trabajo que podamos realizar de apoyo y búsqueda de recursos con la menor será muy valioso para ella.
- **Dificultad para pedir ayuda:** por su momento evolutivo, por las experiencias vividas en la relación, la vergüenza que le genere, los miedos a las repercusiones, “*qué va a pasar si hablo*”... La empatía nos va a ayudar mucho en la manera de acercarnos para que no se sienta juzgada ni criticada, permitiéndole un espacio de escucha.
- **Momento del ciclo de la violencia en el que se encuentre:** como ya hemos visto, en función del momento en el que se encuentre la menor recibiremos un tipo de respuesta u otra por su parte. Es importante por ello tener en cuenta cómo actuar en función de su momento, no del nuestro.



4.

ANEXOS



RECURSOS Y NORMATIVA

En caso de tener dudas, es fundamental que nos asesoremos con personas profesionales especializadas antes de hacer nada.

La Comunidad de Madrid, a través de la Dirección General de la Mujer, te ofrece estos recursos:

- Programa **NO TE CORTES**, unidad de atención a adolescentes víctimas de violencia de género.
Contacto: vgjovenes@madrid.org
Toda la información en: www.madrid.org
- Servicio gratuito de orientación jurídica para mujeres.
Cita previa: 91 720 62 47

A continuación recogemos la normativa más relevante en los ámbitos internacional, europeo, estatal y autonómico.



INTERNACIONAL

- Declaración Universal de los Derechos Humanos.
- Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra las Mujeres.
- Declaración de Naciones Unidas sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.
- Declaración y Plataforma de Acción de la IV Conferencia Internacional sobre la Mujer de Beijing.
- Manual de Naciones Unidas sobre Legislación en materia de Violencia contra la Mujer.
- Declaración de los Derechos del Niño

EUROPEA

- Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea.
- Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica (Convenio de Estambul).

ESTATAL

- Ley Orgánica 1/2004 de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.
- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, de mejora de la calidad educativa (LOMCE). Especifica como uno de sus objetivos la igualdad de oportunidades e incorpora la educación en valores para la prevención de la violencia de género con el objeto de fomentar la igualdad de género. Otra de las herramientas con las que cuenta es el denominado plan



de convivencia que, además de fomentar un buen clima de convivencia dentro del centro escolar, tiene como finalidad la resolución pacífica de conflictos prestando especial atención a la prevención de la violencia de género, la igualdad y la no discriminación.

- Ley 4/2015, de 27 de abril, del Estatuto de la Víctima del Delito. Aglutina el catálogo general de derechos, procesales y extraprocesales, de todas las víctimas de delitos, transponiendo las Directivas de la Unión Europea en la materia.

COMUNIDAD DE MADRID

- Ley integral contra la Violencia de Género. Comunidad de Madrid 5/2005 del 29 de diciembre. Recoge aspectos relativos al ámbito educativo en materia de prevención.
- Estrategia Madrileña contra la Violencia de Género 2016-2021. Se rige por el principio de transversalidad, abarcando tres ejes principales de actuación:
 1. Sensibilización y Prevención.
 2. Atención integral.
 3. Coordinación, seguimiento y evaluación.

El eje de Sensibilización y Prevención, que es de especial interés en el ámbito de esta guía, se desarrolla en base a lo que establece la Ley, en su artículo 3.1, donde se recoge que las medidas de sensibilización tendrán como objetivo la eliminación de los prejuicios basados en la idea de inferioridad o superioridad de cualquiera de los sexos, o en funciones estereotipadas de mujeres y de hombres, e irán encaminadas a erradicar las pautas de conductas sexistas que propician la violencia de género.



Bibliografía

SECCIONES	RECOMENDACIÓN	UTILIDAD
IGUALDAD	<i>La mochila violeta.</i> Enguix, N. y López, C. Asociación Mujeres Politólogas. (2014) Ed. Diputación de Granada. Delegación de Igualdad de Oportunidades y Juventud.	Guía de literatura infantil y juvenil coeducativa y no sexista.
EXPRESIÓN EMOCIONAL	<i>Emocionario.</i> Núñez Pereira, C. y Romero, R. (2013) Ed. Palabras aladas.	Diccionario de las emociones para nombrarlas, identificarlas, expresarlas...
	<i>El arte de emocionarte.</i> Núñez Pereira, C. y Romero, R. (2016) Ed. Nube de tinta.	Para adultos y para compartirlo con niñ@s, además de identificar emociones, propone alternativas para gestionarlas.



SECCIONES	RECOMENDACIÓN	UTILIDAD
VIOLENCIA	<p>Rosa Caramelo Turín, A. (2012) Ed. S.L. Kalandraka Editora.</p> <p>Arturo y Clementina Turín, A. (2014) Ed. S.L. Kalandraka Editora.</p>	Historias para trabajar la violencia de género en la infancia.
	<p>La cenicienta que no quería comer perdices. L. Salameo, N. y C. Sierra, M. (2009) Ed. Planeta.</p>	Cuento alternativo a la versión clásica.
	<p>Nativos digitales: Una nueva generación que persiste en los sesgos de género. Bertomeu, G. (2011). Revista de Estudios de Juventud 92, Adolescentes Digitales, 187-202.</p>	Investigaciones y estudios específicos sobre adolescencia y juventud.
	<p>Violencia contra las mujeres jóvenes: la violencia psicológica en las relaciones de noviazgo. Cantera, I. Estébanez, I. y Vázquez, N. (2009). Informe final. Servicio de Mujer Módulo Deusto – San Ignacio.</p>	
	<p>Adicción a nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. Echeburúa, E., Labrador, F., Becoña, E. (2009). Ed. Pirámide.</p>	



SECCIONES	RECOMENDACIÓN	UTILIDAD
VIOLENCIA	<p><i>Guía de intervención: Impacto de la violencia de género sobre los niños, niñas y adolescentes.</i> Escudero, V., Muñiz de la Peña, C., De la Cueva, F. (2010). Fundación Meniños. Unidad de investigación en inter vención y cuidado familiar .</p>	Investigaciones y estudios específicos sobre adolescencia y juventud.
	<p><i>Te quiero... (sólo para mi). Relaciones adolescentes de control.</i> Estébanez, I. (2010). Revista Pedagógica Tabanque 23, Pr evenir la violencia de géner o desde las aulas. Universidad de V alladolid.</p>	
	<p><i>SOS... Mi chico me pega pero yo le quiero. Cómo ayudar a una chica joven que sufre malos tratos en su pareja.</i> Gálligo Estévez, F . Ed. Pirámide.</p>	
	<p><i>Guía para la detección e intervención temprana con menores en riesgo.</i> González Menéndez, A., Fer nández, Hermida, J., Secades, R. (2004). Colegio oficial de psicólogos</p>	
	<p><i>Programa género-T. Programa socioeducativo para la prevención de violencia de género en parejas adolescentes.</i> Mateos Inchauro rondo, A. (2013) Ed. Pirámides.</p>	



BIBLIOGRAFÍA PARA JÓVENES

RECOMENDACIÓN	UTILIDAD
<p><i>Casa de Muñecas.</i> (2002) Adaptación de la obra de Henrik Ibsen. Ed. Alianza Editorial.</p>	<p>Abre el camino a la reflexión sobre la emancipación de la mujer y la consecución de sus derechos, poniendo en voz de su protagonista la lucha contra la violencia y el maltrato psicológico contra la mujer.</p>
<p><i>El diario azul de Carlota. Violencia de género y adolescentes.</i> Lienas, G. (2006) Ed. El Aleph.</p> <p><i>El diario rojo de Carlota.</i> Lienas, G. (2004). Ed. El Aleph.</p> <p><i>El diario violeta de Carlota.</i> Lienas, G. (2007). Ed. El Aleph.</p>	<p>Un libro para adolescentes que trata todas las formas de violencia a las que se enfrentan las chicas adolescentes; asimismo ofrece recursos para reaccionar adecuadamente en situaciones de peligro. Carlota, decide hacer un trabajo para el colegio sobre violencia de género. A través de sus propias experiencias e investigando en casos que Carlota tiene a su alrededor, va organizando fichas para la presentación de su trabajo y estableciendo las diferentes definiciones de lo que puede considerarse como violencia de género. Carlota vive también el problema directamente con una de sus amigas más próximas.</p>
<p><i>El sí de las niñas.</i> Dirección General de la Mujer. (1999) Adaptación de la obra de Leandro Fernández de Moratín. Ed. Alianza Editorial.</p>	<p>La Dirección General de la Mujer ha adaptado la obra de Fernández de Moratín, El Sí de las Niñas, junto a su correspondiente Guía Didáctica de Apoyo al Profesorado. La defensa del derecho de la mujer a elegir con quién casarse sirve como base para analizar los conceptos de igualdad entre géneros, educar en igualdad y la prevención de la interiorización de valores violentos a través de la educación.</p>



RECOMENDACIÓN	UTILIDAD
<p><i>“Guía Desconecta” del maltrato.</i> Vázquez, N., Estébanez, I. (2009). Ed. Módulo Psicosocial Deusto – San Ignacio.</p>	<p>Guía dirigida a chicas y chicos jóvenes, que pretende aclarar conceptos y confusiones sobre el amor y la violencia, mejorar el reconocimiento de los comportamientos de violencia psicológica y dar unas pautas sobre los buenos tratos en la pareja. Sigue el estilo de las revistas juveniles, e incluye apartados como historias de comic, tests, un consultorio de preguntas y respuestas, muchos dibujos e imágenes y sobre todo, contenido sobre el que reflexiona, opinar y compartir.</p>
<p><i>La cenicienta que no quería comer perdices.</i> L. Salmerón, N. (2009) Ed. Planeta.</p>	<p>Un precioso cuento de hadas reales.</p>
<p><i>La princesa que creía en los cuentos de hadas.</i> Grad, M. (2008) Ed. Obelisco.</p>	<p>Es la historia de una princesa que descubre poco a poco cómo su príncipe azul se convierte en el “príncipe escondido” y cómo aprender que lo único que puede hacer es “escapar”, aunque lo que viene a continuación no sea nada fácil.</p>



GLOSARIO

ASERTIVIDAD: Capacidad de utilizar los derechos que tenemos y de expresar las opiniones y los sentimientos con firmeza, de un modo directo y apropiado.

AUTOCONCEPTO: Imagen que una persona tiene sobre sí misma.

AUTOESTIMA: Manera de valorar nos cada persona.

BRECHA DE GÉNERO: Esta expresión nos invita a pensar de una manera gráfica un problema social. Una brecha es una grieta, es el espacio vacío que separa dos porciones de tierra, o el espacio que queda entre un trozo de piel y otro si me caigo y me hago un corte grande, es decir una separación de material en cualquier superficie.

Cuando se habla de brecha de género se hace para representar gráficamente que existe un vacío, una separación, entre la situación social de las mujeres y la situación social de los hombres. Por tanto, se usa para decir que hay una desigualdad entre hombres y mujeres.

COOPERACIÓN: Realizar una acción junto con otras personas de cara a conseguir un objetivo.



CORRESPONSABILIDAD: Es la responsabilidad compartida. Cuando hablamos de problemas o desigualdades sociales la responsabilidad para encontrar la solución es compartida por todas las personas que forman esa sociedad. Por eso todas y todos somos corresponsables de construir un mundo justo.

La mayor parte de las veces que oiremos esta palabra seguramente sea para hablar de la corresponsabilidad en el hogar que quiere decir que en nuestras casas se compartan las responsabilidades domésticas.

CURRICULUM OCULTO: Conjunto de normas, costumbres, creencias, lenguajes y símbolos que se manifiestan en la estructura y el funcionamiento de una institución, que en sí mismo constituye una fuente de aprendizaje, sin ser explícito formalmente. Otras palabras que no aparecen en la Guía pero que pueden surgir en el debate que se genere en las aulas entre el profesorado y el alumnado.

DIVERSIDAD: Es sinónimo de variedad y va de la mano del término equidad. Este término reconoce que las personas somos todas distintas unas de las otras pero ello no nos hace diferentes, sin que ello implique diferencia de derechos y de igualdad de oportunidades.

EMPATÍA: Capacidad de entender lo que siente otra persona.

Equidad: Es sinónimo de igualdad. La diferencia entre una palabra y otra es que equidad se aplica a situaciones sociales. Por ejemplo una sociedad equitativa es una sociedad igualitaria donde todas las personas son consideradas de la misma manera, tienen las mismas oportunidades y pueden conseguir las mismas cosas. No quiere decir que las personas sean exactamente iguales sino que se puede ser distinta/o teniendo los mismos derechos y oportunidades.

ESTEREOTIPO: Un estereotipo es una definición hecha a partir de una generalización sobre un grupo de personas que nos informa, erróneamente, de cómo son, qué les gusta y cómo deben



comportarse esas personas. Esta definición suele aplicarse a todos los individuos pertenecientes a ese grupo aunque no se corresponda con la realidad. Por tanto, condiciona lo que esperamos de alguien por el hecho de pertenecer a ese grupo.

Si nos guiamos por los estereotipos juzgaremos al resto por el aspecto y no por quienes son realmente. Un ejemplo: “los españoles bailan sevillanas y les encanta la paella” Ni todas/os bailan sevillanas ni a todas/os les gusta la paella.

ESTEREOTIPO DE GÉNERO: Conjunto de ideas, mandatos y expectativas a partir de los cuales se establece un modelo de femenino y lo masculino en un contexto, y se normativiza o categoriza a los miembros de la sociedad de acuerdo a ello.

EXPRESIÓN DE GÉNERO: Es cómo se expresa el género (basado en los roles tradicionales de género). Incluye por ejemplo, la forma de vestir, comportarse...

FEMINISMO: Movimiento que exige para las mujeres iguales derechos que para los hombres.

FIGURA MEDIADORA: En este caso, figura se refiere a persona, individuo. Mediadora es la persona que está en el medio y que facilita la comunicación y el acuerdo entre dos o más personas no posicionándose de ninguna de las partes sino promoviendo mediante preguntas un acuerdo justo para ellas; haciendo que las partes en conflicto se escuchen y se pongan una en el lugar de la otra.

GÉNERO: Grupo al que pertenecen los seres humanos de cada sexo, entendido este desde un punto de vista sociocultural en lugar de exclusivamente biológico.

Puede entenderse también como roles socialmente construidos, comportamientos, actividades y atributos que una sociedad dada considera apropiados para los hombres y las mujeres. “Masculino” y “Femenino” son categorías de género.



HEMBRISMO: Actitud de prepotencia de las mujeres respecto de los hombres. (Palabra no registrada en el diccionario por la RAE. Sí se incluye la palabra misandria)

Identidad de GÉNERO: Alude a la percepción subjetiva que una persona tiene sobre sí misma en cuanto a sentirse hombre, mujer, en cuanto a nuestro rol de género. Sus articuladores son los cánones vigentes de masculinidad y feminidad, junto con nuestro esquema mental y efectivo de pertenencia a un sexo.

Identidad Social: Son los aspectos de la propia imagen que se derivan de categorías a las que creemos pertenecer.

MACHISMO: Actitud de prepotencia de los hombres respecto de las mujeres.

MITO: En la antigüedad, un mito era un relato fantástico que se transmitía de forma oral y que trataba de explicar la naturaleza. Hoy día se utiliza también para explicaciones que aun siendo irreales, y habiendo razones en contra de ellas conocidas por gran parte de la sociedad, siguen usándose habitualmente generando por ello confusión.

Un ejemplo de mito sobre el amor es el mito de la media naranja. Se usa para decir que hay dos personas que se sienten enamoradas la una de la otra pero si lo pensamos bien también quiere decir que la una sin la otra no pueden estar y que una sin la otra están incompletas. Esto es falso, cuando dos personas que se quieren se juntan en pareja pueden ser muy felices y sentirse muy bien, pero también pueden sentirse bien y ser felices separadas. De ser naranjas seríamos naranjas enteras. Mucho mejor estar completa/o siempre ¿no crees? Además, ¿qué da más zumo? ¿Una naranja o dos?

MISANDRIA: Aversión u odio a los hombres.

MISOGINIA: Aversión u odio a las mujeres.



ORIENTACIÓN SEXUAL: Se refiere a la atracción que sentimos hacia otras personas (física, emocional, espiritual, y románticamente).

PATRIARCADO: Predominio o mayor autoridad del varón en una sociedad o grupo social. Sistema de subordinación de la mujer ante el hombre.

SEXISMO: Es la discriminación de las personas por razón de su sexo. Es decir, la diferente valoración de una persona por ser chico o chica.

SEXO BIOLÓGICO: Corresponde a las características físicas-biológicas que diferencian a los individuos a nivel sexual, incluyendo órganos, hormonas y cromosomas.

SEXO: Condición orgánica, masculina o femenina, de los animales y plantas.

VIOLENCIA: Uso deliberado de la fuerza física o poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos de desarrollo o privaciones.

VIOLENCIA DE GÉNERO: Violencia que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre estas por parte de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aún sin convivencia.





La ESCUELA es un espacio privilegiado para promover cambios culturales y desplegar el pensamiento. El PROFESORADO tiene el papel mágico de acompañar al alumnado en el desarrollo y la exploración del mundo, presentando variedad de posibilidades y opciones para que multipliquen sus identificaciones y les reporte flexibilidad en la vida.



ESTA GUÍA, que nace del convencimiento del papel esencial que juega el profesorado, tiene como objetivo servir de ayuda en la estimulante tarea de avanzar en la prevención de la violencia de género desde una educación igualitaria. Un objetivo en el que es posible implicarse con independencia de las asignaturas que se impartan o del tiempo que se comparta con el alumnado.

Además de ayudar a descubrir formas de promover la igualdad y el buen trato, propone actividades que se pueden realizar de manera puntual o a lo largo del curso, en el aula o en el día a día del centro, con el alumnado de corta edad o con quienes están en plena adolescencia.

¡Ahora es tuya, queda en tus manos ponerla en práctica a tu manera y con tu propia creatividad!



**Comunidad
de Madrid**

Dirección General de la Mujer
CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES
Y FAMILIA