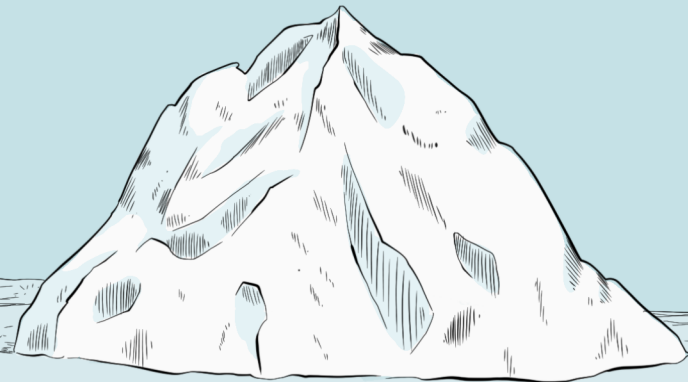
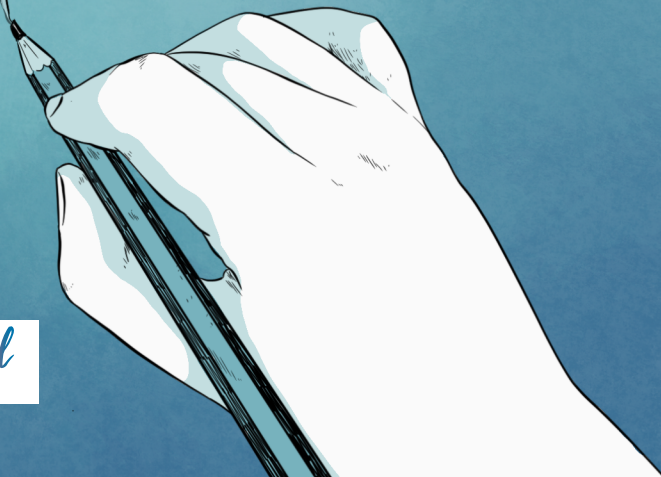
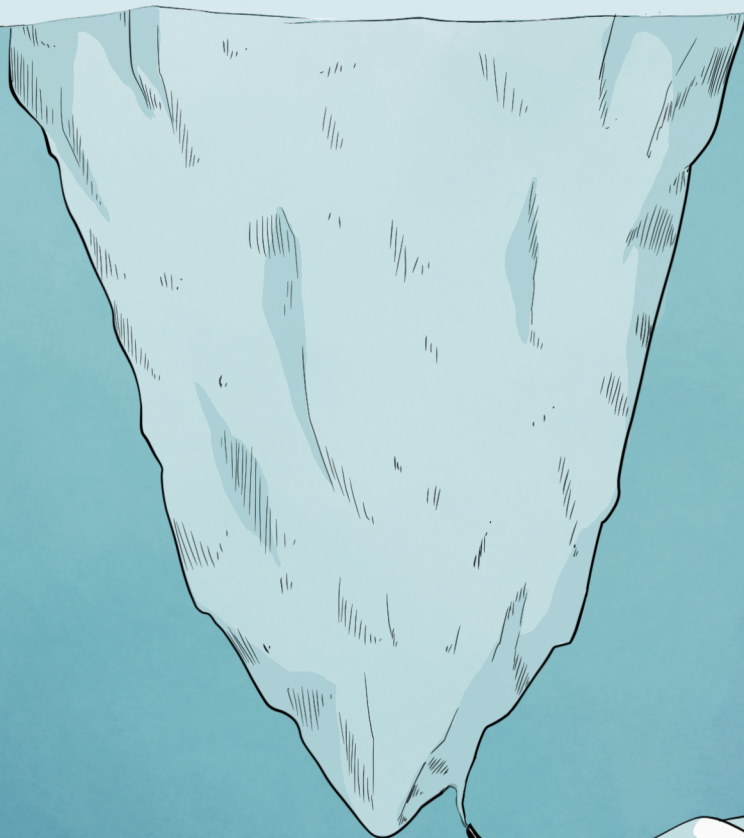


Coeduca Deconstruye Transforma



Dinámicas de grupo por los buenos tratos: hacia unas pedagogías interseccionales



«Se puede enseñar sin reforzar los sistemas existentes de dominación»

bell hooks

**«Mientras las dinámicas sociales sean machistas,
debemos hacer por cambiar la dinámica mundial
empezando por nuestra casa»**

Anna Galí

**«La salida es colectiva. Sin las juventudes no hay revolución.
Educar hasta la ternura siempre»**

Gabriela Magistris y Santiago Morales

«La teoría me la sé, pero cómo me la meto en el cuerpo»

Gabriela Wiener

Autoría: Nadia Martín. Periodista, fotógrafa e investigadora.

Cursó el doble grado de Periodismo y Comunicación Audiovisual, especializándose en el Máster en Estudios Interdisciplinarios de Género (UAM). Doctoranda en Estudios de Género (UCM). Su trabajo ha sido publicado en medios como El Salto, Revista Relies, eldiario.es o La Provincia, entre otros.

Ha desarrollado cursos, talleres y proyectos culturales y coeducativos.

Coordinación: Irene Negrín León. Agente de Igualdad colaboradora de la Dirección General de Juventud del Gobierno de Canarias.

Mónica González Oramas, técnica responsable del Programa Aliadas de la Dirección General de Juventud del Gobierno de Canarias.

Editado por: Dirección General de Juventud del Gobierno de Canarias.

Ilustración: Moño Art

Maquetación: Asiria Álvarez

Corrección de textos: Nerea López Cabral. Agente de igualdad y periodista

Año: 2023

Esta publicación se ha elaborado como parte del proyecto de sensibilización en «Violencias de género en el entorno digital: una mirada interseccional» del Pacto de Estado contra la Violencia de Género y, por tanto, es un material libre y público.

Este trabajo se encuentra bajo la licencia Creative Commons.



0. INTRODUCCIÓN	6	3. CIBERVIOLENCIAS: REFLEXIONANDO SOBRE LAS VIOLENCIAS EN REDES	78
1. ACOSO: IR A LA RAÍZ	12	Actividad 25: Dejemos de culpar a las víctimas: responsabilidad colectiva frente a las ciberviolencias machistas	80
¿Cómo prevenir el <i>bullying</i> y <i>ciberbullying</i> ?	13	Actividad 26. Reflexionando sobre el acoso en redes: alternativas por los buenos tratos (también en la red)	81
¿Por qué una metodología interseccional?	15	Actividad 27. ¿Cómo prevenir la difusión de contenido en línea sin consentimiento?	83
¿Cómo puedo intervenir para generar una reparación real del daño y prevenir la violencia en el centro? Justicia reparativa y restaurativa feminista	16	Actividad 28. Protegiendo nuestros datos en la red	86
Dinámicas de prevención del acoso: ¿Normal? Cuestionamos la 'normalidad' que reproduce violencias	18	Actividad 29. Prevención del <i>hate</i> en redes sociales	87
Actividad 1: Proyección audiovisual: Prevención del <i>bullying</i> LGTBIfobo	18	Actividad 30. <i>Escape-Room</i> como herramienta coeducativa frente a la invisibilización	88
Actividad 2. Estereotipos sexistas y roles de género: <i>Fotobiografía</i>	21	Actividad 31. Emocionario: «entendiéndome, entendiéndote»	90
Actividad 3. Canciones como recurso pedagógico para abordar el acoso	25	4. DECONSTRUYENDO NUESTROS ADULTISMOS	92
Actividad 4: Dinámicas para hacer frente al racismo	27	Actividad 32. El mapa del adultismo	93
Actividad 5: Biblioteca Humana: Pedagogías contra la discriminación desde la literatura	30	Actividad 33. «El Muro de los deseos: Tu voz cuenta» Y tú ¿qué necesitas?	96
Actividad 6: Terminemos con la discriminación y los estereotipos hacia la diversidad	31	Algunas definiciones de adultocentrismo	100
Actividad 7: Coeducación contra el capacitismo	32	Actividad 34: Línea de la interseccionalidad: <i>Role Playing</i>	102
Actividad 8: ¡Terminemos con la humillación corporal!	34	5. RECURSOS DE ATENCIÓN EN CANARIAS Y ESTATALES	104
Actividad 8.1 ¿Cuándo aprendimos a odiarnos?	35	6. FUENTES Y RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS	110
Actividad 8.2 Buenos tratos desde dentro hacia afuera	35		
Para profundizar: Autoestima, una cuestión colectiva. Textos para llevar la reflexión al aula	36		
Actividad 9: 'Las palabras cuentan' La importancia de la ternura y los buenos tratos	37		
Actividad 10: 'Abordar la clase en clase' Clase social y sistema educativo	38		
2. VIOLENCIAS DE GÉNERO ¿CÓMO ABORDARLAS DESDE EL AULA?	40		
Actividad 11: Terminar con las violencias machistas es una cuestión colectiva	44		
Actividad 12: Teatro Foro: Teatro de las oprimidas contra las violencias machistas	46		
Actividad 13: Poner palabras a la violencia y poner palabras al buentrato	51		
Actividad 14: Hacemos frente a la desinformación, los discursos de odio y los mitos sobre violencias machistas	52		
Actividad 15: Comentario de texto periodístico de prevención de violencias machistas	59		
Actividad 16: Deconstruir los mitos del 'amor Disney'	60		
Actividad 17: Árbol de la vida: narrativas colectivas frente a la violencia	62		
Actividad 18: Consentimiento y deseo frente a las violencias sexuales	65		
Actividad 19: Creando nuestro propio museo Exposición 'Artivismos, fotografía y justicia social'	66		
Actividad 20: 'Artivismos, Fanzines y DIY' Aprender creando: aprendizaje-servicio	69		
Actividad 21. ¿Cómo abordar las masculinidades desde el aula?	70		
Actividad 22. Socialización diferencial de género. ¿Qué aprendimos de la cultura?	72		
Actividad 23. ¿Cómo lidiamos con los celos? ¿Cómo prevenimos el control?	75		
Actividad 24: Acoso sexista ¿No te ha pasado?	76		

Introducción

En esta guía didáctica encontrarás dinámicas y materiales que podrás llevar a cabo en grupo con adolescentes y jóvenes para fomentar los buenos tratos en el aula, desmontar estereotipos y prejuicios, así como actividades mediante las que podrás prevenir, detectar y atender los posibles casos de violencias y ciberviolencias machistas, acoso o *bullying* yendo a la raíz e implicando a toda la comunidad educativa. Todo ello a partir de metodologías vivenciales y socioafectivas grupales que abogan por el compromiso colectivo con la igualdad real desde una perspectiva interseccional.

Es importante contar con el apoyo de toda la comunidad, generando espacios en los que se pretende facilitar un clima de confianza entre los grupos de iguales en los que ninguna persona se sienta sola al hacerle frente a la injusticia. Si verdaderamente queremos contribuir a generar cambios transformadores y formar parte de la solución, no podemos dejar fuera el área educativa. Por ello, a lo largo de la guía encontrarás información y recursos que ayuden a sentar unas bases que puedan facilitar esa transformación sociocultural hacia espacios igualitarios y de buenos tratos.

Esta publicación trata de ser una herramienta de apoyo que ofrece recursos para implementar ejercicios, estrategias y contenidos en pro de la no discriminación, la justicia social, el respeto a la diversidad y la prevención de violencias. Las actividades que se proponen en esta guía versan en torno a las dinámicas de grupo, las herramientas del teatro de las oprimidas, las pedagogías coeducativas, los conocimientos situados, el análisis audiovisual y literario o la elaboración de obras creativas y fanzines colectivos que, entre otras iniciativas, favorecen el desarrollo de la creatividad, así como de la cultura como herramienta de reflexión colectiva y transformación social.

Además, tratan de fomentar el pensamiento crítico frente a la desinformación y los discursos de odio, de fortalecer las relaciones interpersonales de buen trato y proponer la resolución no violenta de conflictos con el alumnado, teniendo este un papel activo en el proceso de aprendizaje y enseñanza. «No necesitas herir para enseñar y no necesitas ser herido para aprender» refleja una ilustración de Antonella de @caféconmiel. Las actividades están creadas para acompañar a la juventud a partir de 14 años en adelante. Los ejercicios son diversos para que puedan ser adaptados a las diferentes subjetividades y necesidades de la población a la que acompañamos. Las instituciones educativas, indica Britzman (2002), producen formas de conocimiento y relaciones de desigualdad específicas, por lo que considera preciso profundizar acerca de las complejidades de estos aspectos tomados en conjunto y considerar las relaciones y estructuras sociales. Su propuesta incide en que el aula también puede llegar a ser un espacio que favorezca el cambio social si se revisan las prácticas autoritarias a través de un modelo de aprendizaje trasgresor. Asimismo, val flores (2008:17) plantea unas reflexiones pedagógicas que cuestionen la normatividad que reproduce discriminaciones, jerarquías y situaciones de desigualdad en la escuela. La etapa educativa es fundamental en nuestra fase de aprendizaje y socialización. Es imprescindible acompañar para que las discriminaciones, violencias y discursos de odio dejen de reproducirse. Esto incluye la necesidad de sensibilizar para lograr que los centros educativos sean espacios seguros «en los que desarrollarnos intelectual, social y emocionalmente. Sin violencia ni miedo y con igualdad de trato y oportunidades. Sin embargo, seguimos lejos de este objetivo. A pesar de todos los avances sociales de las últimas décadas, salirse de la norma sigue estado sometido a acoso escolar (insultos, agresiones, ciberacoso...), así como a miedos, falta de información y sentimientos de desprotección» (Vela et al, 2019).

En estas actividades tendremos presentes las estructuras socioculturales de desigualdad e injusticia como punto de partida para buscar soluciones conjuntas. El fin es revisar el machismo, racismo, capacitismo, clasismo, humillación corporal y LGTBIfobia que todas las personas hemos interiorizado para poder hacer frente a las desigualdades del sistema (Brizuela; López, 2017), así como en las violencias que generan, creando espacios en los que el estudiantado pueda expresarse, pues «todo lo que hacemos y lo que dejamos de hacer con nuestro alumnado tendrá repercusión en sus vidas» (Sánchez Sainz, 2019). Esta misma autora propone pensar en las vidas a las que puedes abrir un mundo de posibilidades, «a las que poder hacer que su camino sea más fácil y arrojar luz a su paso por la institución educativa». Además, se parte de un enfoque no adultocentrista en el que, como indican Gabriela Magistris y Santiago Morales en 'Educar hasta la ternura siempre: del adultocentrismo al protagonismo de la niñeces' (Chirimbote, 2021), no hay autoridad, sino una intención de educar desde otro lugar en el que haya un coprotagonismo que nos invite a repensar las relaciones intergeneracionales y las jerarquías de poder que se dan dentro y fuera del aula.

Por lo tanto, en esta guía abordaremos el conocimiento desde una perspectiva multidireccional, valorando lo que la clase pueda aportar a las dinámicas y actividades propuestas. La escritora, profesora y activista bell hooks indica, en 'Enseñar a transgredir: La educación como práctica de la libertad' (Capitán Swing, 2021), que para crear un proceso de aprendizaje emocionante debe haber un interés mutuo en escuchar la voz de la otra persona y reconocer su presencia. Además, asegura que «enseñar de una manera que respeta y cuida las almas de nuestro estudiantado es esencial si queremos crear las condiciones necesarias para que el aprendizaje pueda llevarse a cabo en sus dimensiones más hondas e íntimas».

Las nuevas generaciones también están creando nuevos imaginarios y acabando con muchos tabúes en torno a la salud mental, a la necesidad de crear propuestas colectivas en la erradicación de violencias machistas, a poner fin al *bullying* LGTBIfobo, al racismo, clasismo, capacitismo y a la humillación corporal, entre otras opresiones presentes durante muchísimo tiempo. Para poder educar en la prevención de las situaciones de acoso u otras violencias dadas dentro y fuera del aula es imprescindible ir a la raíz de las opresiones sociales que las sustentan, así como establecer estrategias para reparar conjuntamente el daño de las violencias estructurales y evitar la reproducción de los ejes de poder desde el aula. Si nos remitimos a los últimos informes sobre *bullying* a nivel mundial, nos encontramos con el estudio "Más allá de los números: poner fin a la violencia y el acoso en el ámbito escolar" de la UNESCO (2019), en el que se manifiesta que el racismo, la LGTBIfobia, la humillación corporal y el capacitismo, así como las normas y roles de género, son algunas de las principales causas del acoso escolar. Un informe en el que también se refleja que las niñas son quienes más reciben acoso asociado a su apariencia en todas las regiones del mundo. Este mismo estudio muestra que la formación del profesorado para aplicar las medidas establecidas en las políticas y los planes nacionales sobre violencia y acoso es un imprescindible: «La formación ha resaltado la importancia de que el equipo docente comprenda mejor las causas y la naturaleza de la violencia y del acoso, y de garantizar que tengan las habilidades necesarias para prevenir, identificar y responder a los casos concretos». Las actividades participativas son un recurso metodológico muy útil puesto que hacen posible la construcción colectiva de conocimiento.

La pedagoga Anabel Lorente expresa, en su libro 'True Story' (2020), que las jerarquías son impuestas desde la más temprana edad. Según cuenta la autora, «en esta etapa las aceptamos sin tener el espacio para reflexionar sobre si esa es la única forma de relacionarnos». Lorente cuenta la historia de una niña que sufría acoso escolar, relatando que fue el cariño del equipo educativo lo que consiguió, de alguna manera, paliar el dolor y la soledad que sentía. El Instituto de la Juventud (Injuve) asegura que la prevención no sólo es competencia del sistema sanitario, sino que requiere de una corresponsabilidad de muchos más agentes como el educativo, familiar o social. Además, recoge que la discriminación, estigma y victimización LGTBIfoba hace que el riesgo de tener un trastorno depresivo o un intento de suicidio sea casi tres veces mayor en la población no hetero. Estos datos ponen de manifiesto la importancia de ir a la raíz del problema del *bullying* y su conexión con violencias estructurales que son importantes prevenir desde la temprana edad, abogando por una coeducación por los buenos tratos desde una mirada interseccional. Como indican desde el medio de comunicación antirracista 'Blvck Paper': «Los centros educativos no son ajenos a lo que ocurre en la sociedad y la discriminación racista sigue sin un protocolo específico». Safia El Aaddam, autora de 'Hija de inmigrantes' (Nube de Tinta, 2022), cuenta que la vuelta al cole, para muchas personas, puede ser una vuelta al infierno, por lo que es importante la prevención y no minimizar ni permitir cualquier signo de discriminación.

Algunas de las dinámicas aquí escritas han sido creadas en base a la experiencia de años acompañando al alumnado en centros educativos de Canarias a través de la impartición de talleres. Otras actividades han sido ideadas por profesionales de la coeducación que, a través de su literatura y de diferentes guías didácticas, pretendemos acercarlas tejiendo puentes con contenido útil para hacer de nuestras clases unos espacios seguros y libres de violencias. En la guía 'Metodologías para la educación transformadora y la ciudadanía global', Rubén Gallego nos insta a deconstruir y repensar la competitividad presente en el sistema educativo y propone una pedagogía basada en la cooperación: «Podemos experimentar otras lógicas de relación y acción fuera de la competitividad predominante en el sistema capitalista y heteropatriarcal» (Intered, 2018).

El fin de la coeducación es enseñar de manera que tengamos los mismos derechos y las mismas oportunidades, así como abogar por el logro de unas vidas libres de violencias y opresiones. Es preciso crear un ambiente de respeto y buen trato antes y durante las formaciones, en el que no se permitan las agresiones y otras actitudes de violencia (que les habremos hecho saber que no son bienvenidas en este espacio), pero en el que se permita explorar y hacer preguntas sin miedo a ser sancionadas (Iván Gómez, 2022). A través de las dinámicas propuestas se pretende crear espacios de reflexión que fomenten los buenos tratos, los valores de igualdad y justicia social, así como incidir en la importancia de la implicación de toda la sociedad en la erradicación de las violencias de género.

La distribución del espacio será un aspecto importante a tener en cuenta en nuestras formaciones, ya que influye notablemente en el proceso de aprendizaje. A partir de ésta podremos transmitirles que sus voces son igual de importantes que las de cualquier otra persona presente en el aula. Al impartir formaciones, se recomienda siempre que sea posible trabajar con las sillas y mesas dispuestas en círculo, lo que sin duda incide en una mayor participación y confianza del grupo.

En definitiva, esta guía pretende facilitar dinámicas de grupo y herramientas de prevención de las violencias de género desde una mirada interseccional (es decir, sin perder de vista las relaciones de poder y los diversos modos de opresión), tratando de combatir mitos, violencias y discursos de odio tanto en los espacios *online* como *offline*. ¡La red está repleta de recursos por los buenos tratos y prevención de las violencias! En cambio, a veces no los conocemos o no contamos con las herramientas necesarias para llegar a ellos.

Este proyecto se ha desarrollado en el marco del proyecto formativo 'Violencias de género en el entorno digital: una mirada interseccional', llevado a cabo junto a la Dirección General de Juventud del Gobierno de Canarias, consistente en la impartición de talleres en las diferentes islas del archipiélago.

Sería interesante, para implementar los ejercicios, comenzar con una serie de acuerdos grupales como pueden ser «este es un espacio libre de violencias y juicios» y «escuchamos desde la empatía y el respeto», entre otros. La eliminación de estereotipos y discriminaciones machistas presentes en la estructura social requiere una implicación real de toda la comunidad educativa. Esto incluye tanto al personal docente como a las instituciones, al alumnado y a las familias.

Ojalá les resulten de utilidad estas metodologías participativas para trabajar la igualdad y los buenos tratos en el aula. Estas dinámicas están ideadas a partir de una metodología teórico-vivencial y socioafectiva. Esto supone una ruptura con la dicotomía tradicional emoción-razón. El fin es dar su lugar a las emociones en el proceso de aprendizaje, pues, como indican en 'Educar hasta la ternura siempre', es importante dar a la razón afectividad. Para ello, proponen repensar la visión hegemónica que el poder ha impuesto sobre la racionalidad y establecen nuevos términos como 'sentipensamientos' para cuestionar ejes de dominación como el adultocentrismo en el aula. En este sentido, Elisa Alegre y Sam Fernández (2019) recuperan las palabras de Seidler cuando expresa que «las emociones no son ajenas al sujeto cognosciente y forman parte intrínseca del acto de conocer», entendiendo el concepto y la emoción como un todo en la práctica educativa y rompiendo con esta dualidad que, expresa la escritora Itziar Ziga, se trata de una visión patriarcal del conocimiento. Les mando un abrazo en este proceso de aprendizaje colectivo. ¡Por una educación transformadora!

«Una clase debería ser algo que honre el momento único en que todas esas personas estamos compartiendo tiempo y espacio y nos estamos poniendo al servicio de una idea. Con ayuda de gente que ha pensado ya esa idea, y entre todas enamorarnos de ella o no, tomarla, darle vueltas, atravesarnos, dejarnos impactar y ver qué pasa. Cuando esto sucede, sea cual sea el resultado práctico, estar en clase (que no solo dar clase) es un regalo de la vida».

Brigitte Vasallo (2020:71)

¿Cómo prevenir el *bullying* y *ciberbullying*?

Sabemos que el *bullying* o acoso escolar¹ sigue siendo un problema presente en los centros educativos a nivel mundial. Conocer las principales causas de este tipo de acoso nos permite prevenirlo y detenerlo yendo a la raíz de las violencias que, a menudo, están conectadas con ejes de poder y sistemas de opresión estructurales. Cuando hablamos de acoso escolar hacemos referencia a aquellas conductas dañinas dirigidas a una o más personas que se llevan a cabo de forma reiterada en el tiempo² para hacerla sentir mal. En el caso del ciberacoso cuenta con la peculiaridad de realizarse en la vía virtual, lo que puede llevar a una exposición a mayor escala. Muchas veces sucede que no contamos con las herramientas necesarias para reconocer, prevenir y actuar ante estas violencias, con lo que en la guía facilitaremos recursos³ que nos pueden ayudar tanto en el proceso de acompañamiento como de prevención.

La psicóloga experta en violencias de género en la etapa adolescente, Ianire Estébanez, asegura en su guía #yono-compartoviolenca que «lo (ciber) es la herramienta, no la causa de la violencia. Las redes son el espejo donde vemos los problemas sociales» (2018). Por esta razón, en esta guía trataremos de trabajar en la línea de la sensibilización, concienciación, formación y prevención desde la raíz estructural.

«El espacio cibernético es vital para nuestras vidas actuales. En estos espacios también sufrimos acoso y violencias relacionadas con las intersecciones de opresión. Es importante tomar consciencia sobre los vastos efectos psicológicos y físicos para quienes lo viven. **Tienes el derecho de existir de manera sana y segura en los espacios digitales**». Vía: *Guía de Seguridad Digital Feminista de Hackblossom*⁴ (2017).

Ante las situaciones de acoso, es responsabilidad de toda la comunidad docente asegurar una convivencia pacífica. Hay numerosos materiales que nos pueden ayudar a tomar un papel activo ante estas violencias desde la unidad docente que iremos facilitando a lo largo de la guía, que principalmente tiene un carácter preventivo, pues se ofrecen dinámicas grupales a partir de las que trabajar en la prevención de violencias. El estudio de la Unesco 'Detrás de los números' (2019) citado al inicio de la guía recoge que, a nivel global, entre las principales causas del acoso se encuentran:

Las personas percibidas de alguna manera como «diferentes» tienen mayor riesgo de ser víctimas de acoso. Sobre ello, la escritora Sonya Renee Taylor expresa que «ser diferente es difícil en un mundo que nos dice que hay un "normal". Hemos orientado todas nuestras vidas alrededor de un esfuerzo para ser "normales", sin darnos cuenta jamás de que "normal" no es una realidad fija ni universal».

¹Acoso escolar y ciberacoso: Guía de propuestas para la acción: https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/acoso_escolar_y_ciberacoso_informe_vok_-_05.14.pdf

²Guía sobre *bullying* o acoso escolar para menores: <https://www.anar.org/consejo/guia-sobre-bullying-o-acoso-escolar-para-menores/>

³Qué puedes hacer para combatir el acoso escolar desde el centro educativo: <https://www.noalacoso.org/sobre-el-acoso/como-prevenir-el-acoso-escolar/>

⁴Véase en <https://es.hackblossom.org/cybersecurity/#cheatsheet>

Violencia estética/body shaming. La discriminación por la apariencia física es la razón más frecuente de acoso a escala mundial, con picos más altos en mujeres y niñas.

Racismo. La raza, nacionalidad o color de piel son la segunda razón más frecuente de acoso. Las personas migrantes también sufren más acoso y ciberacoso.

Machismo. En Europa, las niñas y mujeres tienen una mayor probabilidad de sufrir acoso y ciberacoso. De hecho, como indica la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género, el ciberacoso puede ser una vía más de ejercer violencia de género⁵, pues es resultado de la estructura desigual machista así como de los ejes de dominación (Torres et al., 2013).

LGTBIfobia. No ajustarse a las normas de género: quienes son (o se perciben como) personas LGTBI+, así como quienes no se ajustan a los estereotipos de masculinidad y feminidad, sufren más violencia y acoso.

Capacitismo. Violencia y acoso en las escuelas en relación con la discapacidad: las personas discapacitadas⁶ corren mayor riesgo de ser víctimas de actos de violencia física y de recibir acoso.

Clasismo. Condición socioeconómica: una situación socioeconómica desfavorecida se asocia a un mayor riesgo de sufrir acoso.

Podemos observar que el acoso conecta con discriminaciones y ejes de poder ya presentes en la sociedad. En esta guía trataremos de facilitar actividades, literatura y contenido audiovisual que las aborden para prevenir estas violencias desde la raíz. Es importante tomar un papel activo ante el *bullying*, acompañar a quienes son víctimas de estas violencias y, si no nos vemos con la capacidad de hacerlo, buscar ayuda en otras personas de confianza o profesionales especializadas (en la guía recogemos algunos de los recursos de asistencia en Canarias).

En los casos de *bullying* (acoso, burlas y otros daños ejercidos de forma reiterada en el tiempo) suelen darse una serie de roles:



⁵Según el estudio 'Mujeres jóvenes y acoso en redes sociales', un 45,7% de las jóvenes entre 16 y 24 años admiten haberse sentido humilladas, intimidadas, acosadas y/o agredidas alguna vez utilizando las redes sociales (Inmujer, 2022). Una de las formas de violencia contra las mujeres que **más afecta en la etapa adolescente** es el ciberacoso sexual.

⁶Se ha tomado como referencia en torno al lenguaje utilizado para hablar de discapacidad la literatura de Itxi Guerra (2021:27), tal y como se recoge en la actividad 7 de la presente guía.

Es fundamental no reír las gracias de quien ejerce el daño ni minimizar los primeros indicios, pues no son solo bromas cuando se realizan de forma reiterada en el tiempo sobre una o más personas. El objetivo de generar espacios de cuidados y buenos tratos pasa por trabajar por unas aulas que no callen frente al acoso y lo frenen desde las primeras señales, no siendo cómplice de esta violencia que tantas consecuencias acarrea en la vida de quien la sufre. La buena noticia es que ¡cada vez más personas se suman a actuar frente al acoso! Lejos del discurso adultista de que 'la juventud cada vez es peor', los datos⁷ nos dicen que, aunque aún nos quede mucho camino por delante en la consecución de sociedades libres de violencias y opresiones, los avances no dejan de acontecer. Como veremos a lo largo de la guía, es responsabilidad de toda la comunidad generar garantías que no permitan que se den situaciones de acoso con legitimidad. Las actividades facilitadas pretenden ahondar en la importancia de la responsabilidad colectiva en la prevención y actuación. La importancia de no negar el daño ni mirar hacia otro lado ante estos casos es inmensa. En el informe '[El suicidio en la adolescencia: un problema de salud pública que se puede y debe prevenir](#)', del Injuve⁸ (2019), manifiestan que el suicidio es un problema de salud pública que también afecta a la juventud y adolescencia, siendo la primera causa de muerte externa duplicando la mortalidad por accidentes de tráfico en esa franja de edad, e identifican el acoso y violencias como uno de los factores de riesgo desde los que se debe hacer prevención. En el apartado final de la guía facilitamos recursos de asistencia y prevención.

¿Por qué una metodología interseccional?

La interseccionalidad es una metodología ideada por Kimberlé Crenshaw (1989) que analiza las opresiones múltiples e interrelacionadas que viven las personas en base a su pertenencia a múltiples categorías sociales. Estas van desde el género o la clase social hasta la etnia, las corporalidades o la orientación, entre otras. La interseccionalidad permite ir a la raíz de las relaciones estructurales de desigualdad presentes a nivel sistémico. Surge con los activismos antirracistas con el fin de no perder de vista las violencias específicas que se ejercen contra las personas como consecuencia de la estructura social desigual. Es importante tener presente una perspectiva interseccional llevada a cabo en la metodología de prevención de violencias. Esto quiere decir que se atiendan las opresiones diversas que puedan estar viviendo en relación a sus realidades y los ejes de opresión que las atraviesan. Patricia Hill Collins (1990) creó el círculo de la interseccionalidad, que permite conocer la rueda de privilegios y normas sociales que generan discriminación en la sociedad. En las páginas 28 y 29 de la Guía de Recursos '[Proyecto Educativo: La Imposición de la Belleza](#)'⁹ podemos encontrar una actividad asociada al círculo de la interseccionalidad. Para profundizar recomendamos [esta charla TEDx llevada a cabo por Kimberlé Crenshaw](#)¹⁰. La filósofa Ayme Román, en su ensayo "Después del #Metoo" (Penguin, 2022),

⁷El Informe '[Juventud en España](#)' publicado por la Dirección General del Injuve (2020) revela que no todo tiempo pasado fue mejor: «A pesar de la frecuente criminalización de la juventud, nos encontramos con que es, en su mayoría, responsable y comprometida. A lo largo del Informe de Juventud 2020 vemos un perfil de solidaridad, inconformismo y consciencia de las desigualdades y discriminaciones que existen en nuestra sociedad. También preparadas para asumir retos y cambios necesarios en los ámbitos de la educación, la digitalización, la transición ecológica y la erradicación del machismo y sus violencias».

⁸El suicidio en la adolescencia: un problema de salud pública que se puede y debe prevenir (Injuve, 2019) http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/3.el_suicidio_en_la_adolescencia_un_problema_de_salud_publica_que_se_puede_y_debe_prevenir.pdf

⁹Guía Coeducativa: Recursos violencia estética e imposición del ideal de la belleza (Gob. Canarias, 2021) https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgobcan/export/sites/juventud/multimedia/documentos/GUIA_COEDUCATIVA_RECURSOS_IMPOSICIONDELABELLEZA_Nov21.pdf

¹⁰¿Qué es "interseccionalidad"? Charla TEDx de (Kimberlé Crenshaw, 2017) https://www.youtube.com/watch?v=hBalhlmM3ow&ab_channel=formacionmzc

ahonda en este enfoque: «Para articular un feminismo interseccional se trata de atender a la forma compleja y a veces inesperada en que interactúan las relaciones históricas de clase, género y raza, algo imposible de alcanzar con meras sumas y restas». En este texto, además, ahonda en la reparación del daño y los procesos restaurativos con perspectiva de género. La filósofa cuenta con un canal en YouTube en el que desmonta [mitos alrededor de las violencias machistas](#) y divulga sobre conceptos como libertad, justicia u otros temas como las violencias estéticas y *body shaming*.

¿Cómo puedo intervenir para generar una reparación real del daño y prevenir la violencia en el centro?

De los casos de acoso escolar que se detectaron en el año 2021 en España, casi la mitad no fueron resueltos. La forma más eficaz de resolver el acoso fue avisar al profesorado, tal y como indica el propio alumnado en el [III Informe de prevención del acoso escolar en centros educativos de la Fundación Anar](#)¹¹. De este modo, como equipo educativo nos compete tomar un papel activo ante el *bullying* y *ciberbullying*, acompañar a quienes son víctimas de estas violencias y abogar por una reparación real implicando a todas las partes. Si no nos vemos con la capacidad de hacerlo, podemos contar con la ayuda de profesionales y recursos especializados que facilitaremos a lo largo de esta guía. El psicólogo Fran Jódar, en un vídeo con la Psicowoman, explica que muchas veces el negacionismo representado en frases como «no es para tanto» o «son solo bromas» hace que las soluciones o no lleguen, o lo hagan de una manera muy tardía. Les recomendamos [visualizar este vídeo](#)¹² en el que ofrece pinceladas valiosas acerca de la intervención en casos de *bullying* teniendo presentes los ejes de poder desde una mirada feminista, no tratándolo como un mero conflicto, sino atendiendo a lo que está ocurriendo.

Rita Segato habla de la falta de empatía ante las violencias y acuña el término 'Pedagogía de la crueldad', que indica que es todo aquello que nos enseña a ver la vida como cosa. Es decir, la cosificación de la vida supone una deshumanización e insensibilización, así como una anulación de la empatía hacia la vida de las otras personas y la propia: «Llamo pedagogías de la crueldad a todos los actos y prácticas que enseñan, habitúan y programan a los sujetos a transmutar lo vivo y su vitalidad en cosas». Frente a ello propone una contra-pedagogía de la crueldad: «Tendrá que ser una contrapedagogía del poder y, por lo tanto, del patriarcado, porque ella se contrapone a los elementos distintivos del orden patriarcal: mandato de masculinidad, baja empatía, crueldad, insensibilidad, distanciamiento, desarraigo, desensibilización y limitada vincularidad [...] Una contrapedagogía de la crueldad trabaja la conciencia de que solamente un mundo vincular y comunitario pone límites a la cosificación de la vida» (2018). Reflexiona, a su vez, alrededor de la colonialidad del poder y del saber, cuestionando el eurocentrismo como forma de dominación intelectual y como forma única de enseñar en las escuelas.

¿Qué se necesita en los procesos reparación del daño y justicia reparativa y restaurativa feminista en las escuelas?

En la guía relativa al proyecto 'Protagonismo adolescente y juvenil para la prevención

¹¹ La opinión de los estudiantes. III Informe de Prevención del Acoso Escolar en Centros Educativos (Anar, 2020-2021) <https://www.anar.org/wp-content/uploads/2022/02/III-INFORME-DE-PREVENCIÓN-DEL-ACOSOS-ESCOLAR-EN-CENTROS-EDUCATIVOS-2021.pdf>

¹² Reflexionamos sobre el abordaje del Acoso escolar con Fran Jódar | Psico Woman (YouTube, 2023). https://www.youtube.com/watch?v=aSE-QJUGgJA&t=361s&ab_channel=PsicoWoman

de violencias' (Schmitz, 2021) cuentan que las prácticas restaurativas tienen un enfoque preventivo y de actividades de justicia que explícitamente incluyen en sus procesos a la comunidad, planteándose como objetivo el aumento de la calidad de la vida en la misma. Abordan la resolución a nivel comunitario centrándose en la reparación del daño. Desde la plataforma del Ministerio de Educación y Formación Profesional de España se especifica que, cuando los conflictos se dan en la vida del centro, lo que se busca es la reparación de los daños causados asumiendo responsabilidades y ofrecen una serie de [materiales para implementar los círculos restaurativos en los centros educativos](#).

La librería *Traficantes de Sueños* publicó un curso gratuito sobre antipunitivismo, reparación y procesos restaurativos en *Soundcloud*. Recomendamos su escucha para profundizar. En concreto, [el capítulo nº5 con título "Procesos restaurativos, feministas y sistémicos con Anna Galí \(fil a l'agulla\)"](#), pues puede ser útil en su figura como persona facilitadora y da pinceladas en torno a qué es un proceso restaurativo y cuáles son sus partes, poniendo ejemplos de su puesta en práctica. Indica que el objetivo final es la reparación del daño, teniendo en cuenta en todo momento qué es lo que necesita la persona agredida o acosada para poder repararlo.



SCAN ME

La metodología explicada por Anna Galí:

Anna Galí explica, en la librería *Traficantes de Sueños*, que debe hacerse una intervención sistémica y comunitaria y que **es importante que no se deje pasar. Generar culturas y espacios de cuidados en los que, como comunidad, podamos exponer cómo estamos y qué está pasando:** «Cuando se dan casos de discriminación social, no se puede reparar sin una intervención comunitaria, ya que no es un conflicto entre iguales. Esto ocurre desde un lugar de poder muy concreto con todo el respaldo del sistema. Lo que ha sido denunciado es solo la punta del iceberg de las violencias, que se visibilice una significa que ha habido muchas antes que no se han nombrado, que no se han dicho y no se ha dado espacio a que se pueda contar». Expone que la comunidad tiene un papel importante en:

Reparar: que se repare en comunidad y que esta se involucre activamente en la reparación del daño.

Validar los hechos y reconocer el daño: que se reconozca lo que se nos ha hecho, que se acepten los hechos y que se reconozca el daño que esto nos ha producido, que se vea el dolor que tenemos y las consecuencias que ha tenido para nosotras, es decir, validar el dolor.

Generar garantías de no repetición: garantías de que el centro trabajará activa y colectivamente para que esto no nos vuelva a ocurrir ni a nosotras ni a ninguna más.

Una comunidad debe escuchar a las agredidas sin revictimizar, sino estando dispuesta a hacer lo necesario para reparar y acompañar. Para ello, Galí indica que hay que tomarse en serio el tema de la discriminación machista. Es decir, comprender qué nos ha llevado hasta aquí. Matiza que, muchas veces, no tenemos una buena cultura de prevención de

las violencias, sino que hay impunidad. Y recuerda que las violencias son consecuencia y parte del sistema desigual, pero muchas veces no se pone la suficiente atención en que no ocurra. Es importante ir a la raíz de cómo impacta la discriminación, poder reconocer y detectar el machismo en el centro y de qué manera se reproduce, así como tomar responsabilidad en generar espacios seguros y de no impunidad donde se pueda hablar sobre lo ocurrido. Cuenta que el hecho de que los procesos de reparación sean a menudo tan difíciles, sucede porque cuando la persona lo pone encima de la mesa, se le dice «qué dices, exagerada, no me lo creo, y tú por qué estabas ahí», etc. Se la cuestiona y revictimiza, entonces hay que generar espacios donde tengas la seguridad y tranquilidad de que todo el mundo te va a escuchar, te va a entender sin cuestionarte, y se van a establecer las herramientas necesarias para que estés mejor.

DINÁMICAS DE PREVENCIÓN DEL ACOSO

¿Normal? Questionamos la 'normalidad' que reproduce violencias

«Normal es un programa de mi lavadora» es una canción de Viruta (2015) que cuestiona la normalidad a partir de la que se reproducen tantas violencias como hemos visto en el apartado anterior. La socióloga, escritora y activista Gracia Trujillo asegura que «para que haya gente considerada 'rara' y poder controlarla, tiene que haber otra 'no rara' o 'normal'». Y plantea preguntas como quién o quiénes definen qué es 'lo normal', o si no se tratan acaso de convenciones sociales. Explica que, de hecho, lo son y que varían según el contexto y el momento histórico (Trujillo, 2022:15). Las normatividades generan discriminación y desigualdad social, por lo que un cuestionamiento desde las pedagogías coeducativas que abogue por el respeto a la diversidad es crucial. «Lo que nos separa no son nuestras diferencias, sino la resistencia a reconocer esas diferencias», escribe Audre Lorde, escritora, poeta y activista, a lo que añade: «cuando nos definimos, cuando yo me defino a mí misma, cuando defino el espacio en el que soy como tú y el espacio en el que no lo soy, no estoy negando el contacto entre nosotras, ni te estoy excluyendo del contacto; estoy ampliando nuestro espacio de contacto». En esta línea proponemos una serie de actividades en las que se fomente el pensamiento crítico a partir de videoforums, dinámicas de grupo o debates colectivos que fomenten los buenos tratos, la no violencia ni discriminación. Estas pueden ser herramientas poderosas para empoderar al alumnado, fomentar la mirada crítica en torno a los contenidos que vemos y ofrecer información valiosa que se encuentra en materiales audiovisuales como documentales, campañas, videoclips, películas o series.

1

Actividad: Proyección audiovisual: Prevención del *bullying* LGTBfobo | La escuela como espacio que reconoce la diversidad.

Tiempo estimado: 25 minutos

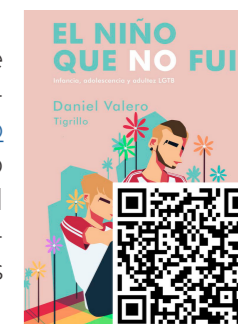
Formato: Audiovisual, literatura

Objetivos:

- Prevenir el *Bullying* LGTBfobo que, como indican [en este Informe sobre la LGTBfobia en las aulas](#) (2019), sigue dándose en los centros educativos y termina por desencadenar la desesperanza hacia el futuro y el odio a una misma.
- Detectar las posibles actitudes o situaciones de acoso LGTBfobo en el aula.
- Ofrecer herramientas en pro de una convivencia con buenos tratos en el centro.

Explicación teórica y datos de apoyo: Abordamos los conceptos 'estereotipos' y 'prejuicios'. Para ello, podemos apoyarnos en [estos materiales didácticos](#)¹³ que los analizan. Tal y como se recoge en el estudio citado anteriormente: «El uso indiscriminado de prejuicios y estereotipos facilitan la inferiorización de quienes lo reciben, dejando así de ser consideradas como iguales. El primer efecto es la segregación y aislamiento, que hace que muchas personas no se sientan realmente parte de su clase, sea porque no las incluyen en actividades comunes, sea porque no las tratan en condiciones de igualdad, o por algún otro trato discriminatorio. La persona apartada se siente marginada, discriminada, y es un paso previo a cualquier agresión física» (2019:20).

Desarrollo de la actividad: En esta actividad ofrecemos referentes que abogan por la transformación social desde la literatura, las redes sociales y el medio audiovisual. Vemos el *booktrailer* del libro '[El niño que no fui](#)'¹⁴ de Daniel Valero, conocido en su canal de YouTube y TikTok como 'Tigrillo', y planteamos una serie de preguntas a partir del mismo con el fin de desmontar prejuicios y discriminaciones. Tras su visionado, ponemos en común las respuestas y conclusiones con todas las personas participantes a partir de las siguientes preguntas.



¿Sabrían contarnos qué es lo que le sucede al protagonista de la historia?

¿Creen que historias como estas suelen suceder en las aulas? ¿Cómo actuarías si vieras que se meten con una persona del centro por no hacer lo que se espera de ella? (En este caso, que un chico no juegue al fútbol y no se ajuste a los roles de género tradicionales).

¿Con qué discriminación conecta el acoso que recibe? (Para trabajar en la reflexión de esta pregunta podemos acercarles los estudios recogidos al comienzo de la guía sobre *bullying* a nivel mundial y su conexión con violencias estructurales como LGTBfobia, racismo, machismo, capacitismo, etc.)

¿Se continúa empleando el término 'maricón' de un modo despectivo? ¿Por qué? ¿Qué podemos hacer para terminar con este tipo de discriminación?

¿Alguna vez has percibido comportamientos discriminatorios hacia otras personas debido a estereotipos relacionados con la identidad o la orientación? ¿Qué podemos hacer para evitarlos?

¹³ A partir de las páginas 19 y 20 podemos analizar los conceptos 'estereotipos' y 'prejuicios': <https://cogameduca.files.wordpress.com/2017/12/guc3ada-talleres-eso-bachillerato-ciclo-formativo.pdf>
¹⁴ https://www.youtube.com/watch?v=FVtQqa-MBeo&ab_channel=DanielValero-Tigrillo

¿Qué relación tiene la discriminación que vive con los roles y estereotipos de género?

¿Conocían a este youtuber? ¿Qué otros conocen? ¿Y otros libros sobre ello?

El escritor Rubén Serrano cuenta que «las personas LGTBI+ no elegimos entrar en ningún armario; nos encierran y empujan ahí», ¿de qué modos pueden hacer sentir a una persona que no se puede expresar, vivir y ser libremente? ¿Qué podríamos hacer -a nivel individual y a nivel colectivo- para que ninguna persona más tenga que vivir en ningún armario?

En el libro 'El Niño que no fui' se invita a la reflexión colectiva para prevenir este tipo de discriminación: «Igual tú fuiste homófobo el algún momento de tu vida, si no ahora, como todas las personas que nos hemos criado en un sistema cisheterosexista que crea prejuicios y creencias de corte negativo en torno a unas orientaciones, identidades y expresiones que se alejan mínimamente de lo que se dicta 'normal'» (2022:109). ¿Qué significa la palabra normal? ¿Qué consideramos 'normal' y qué no? Para reflexionar en torno a la normalidad, Marañón escribe: «Según tu situación social, tu contexto y tu entorno y familia, lo normal será una u otra cosa [...] Si según la realidad de cada uno lo normal representa una cosa u obra ¿por qué insistimos en la normalidad? Es importante enseñar que todas las opciones de vida son válidas y que lo normal no es necesariamente lo mejor, ya que las diferentes épocas han considerado anormales comportamientos que ahora están perfectamente aceptados y normalizados, y al revés, han considerado normales comportamiento que hoy reprobamos. Cuestionar la normalidad es fundamental para eliminar estereotipos y roles que seguimos conservando y arrastrando del patriarcado» (2018: 124).

En el vídeo [Bullying: Levántate contra el acosador homófobo](#) se percibe muy bien lo que sucede cuando una clase decide no seguirle la corriente a las personas acosadoras. Ofrece alternativas para frenar los discursos de odio y el acoso escolar LGTBIfobo, empezando por no mirar a otro lado ante los abusos ni ser la mayoría silenciosa y cómplice de la violencia. Si el aula toma un papel activo, la persona que está recibiendo el acoso se siente acompañada. Esto es muy importante porque los sentimientos de soledad y aislamiento son de los que más se dan en estos casos y porque esto puede ayudar a que la situación de acoso cese lo antes posible, ya que si no se ríen las gracias de quienes ejercen el acoso, no sienten que su actitud es validada por el grupo. A partir de este vídeo podemos instar a nuestro alumnado a establecer alianzas conjuntas de prevención del acoso poniendo en común otras maneras de poner fin al *bullying* que se les ocurran.

En la guía ['Abrazar la diversidad: propuestas para una educación libre de acoso LGTBIfobo'](#) (InMujer, 2015) encontrarás actividades didácticas y dinámicas detalladas para trabajar en las aulas.



¿Qué es 'lo normal'? ¿Cuántas violencias se reproducen en nombre de 'lo normal'?

Muchas de las violencias que se ejercen tienen sus raíces en normas establecidas socialmente que imponen un modo único en torno a cómo se supone que deberíamos actuar, vestirnos, desear, relacionarnos, amarnos y, en definitiva, ser. Estas violencias a la diversidad pueden cuestionarse desde el aula a partir de literatura, reportajes que ahondan en la cuestión y vídeos coeducativos. En el documental 'Que sirva de ejemplo' (Castañón, 2021), Gloria Fortún señala que la norma sustituye el disfrute por la vergüenza y el miedo. Sobre la LGTBIfobia, Luna Miguel apunta en El País¹⁵ que «todo este rechazo no es más que falta de conocimiento, o la ausencia de la generosidad y la empatía que precisamos para comprender el deseo de lxs otrxs».

Para profundizar, visualizamos el vídeo de la investigadora canaria Daniasa Curbelo «[Guanches, guanchas y... ¿guanchxs?](#)»¹⁶ para Alegatox (2021) y su documental '[Memorias aisladas](#)'¹⁷ acerca realidades LGTBI+ en Canarias.

Literatura para trabajar en la prevención de la LGTBIfobia:



2

Actividad: Estereotipos sexistas y roles de género: mi foto, mi historia.

Formato: Reflexión, audiovisual, fotografía

Objetivos:

- Conocer los procesos de socialización.
- Fomentar el autoconocimiento desde la metodología de la fotobiografía de Fina Sanz.

Desarrollo de la actividad: Facilitar el taller 'Fotobiografía', una herramienta desarrollada por Fina Sanz (1982) y que posteriormente enseña como una metodología didáctica de grupos, así como un recurso de cambio y autoconocimiento (Fina Sanz, 2008:22). Esta actividad permite la construcción y el análisis de la historia de vida a través de fotografías significativas de la infancia, la adolescencia y la adultez (Pastor; Martínez, 2012). Consiste en imaginar que vas a contar la historia de tu vida a través de tus fotos a alguien que no te conoce y, para este ejercicio, proponemos reflexionar sobre qué papel tuvo la socialización de género en ella.

¹⁵ <https://smoda.elpais.com/feminismo/lecturas-bisexualidad-luna-miguel/>

¹⁶ https://www.youtube.com/watch?v=geEqbtUQsfA&t=3s&ab_channel=Fundaci%C3%B3nCanariaTamaimos

¹⁷ <https://vimeo.com/248336764>

¿Qué fotos elegirías? Tómate un tiempo para buscar fotos en tu casa, o también en casa de familiares u otras personas que consideres.

Mira cuáles te parecen significativas o te suscitan emociones e identifica la emoción con cada fotografía.

Puedes seleccionar unas cinco fotos tanto de tu infancia hasta la edad de doce años, y otras tantas desde entonces hasta el momento actual. (Fina Sanz, 2008:68)

Traer catálogos, folletos publicitarios o revistas para compartir cómo nos hacen sentir, hacia quiénes van dirigidas, qué colores utilizan y qué relación podría tener con la socialización.

Pedimos al alumnado, la semana anterior del desarrollo de la actividad, que traiga a clase una fotografía de cuando eran peques para escribir algunas claves del propio proceso de socialización¹⁸. Para ello les preguntamos acerca del experimento, sintiéndose libres de analizarlo desde la propia fotografía de su niñez, o de catálogos de juguetes que tengan por casa, y trayendo nosotras como docentes nuestra propia imagen, participando de manera activa en la actividad. Pues, como indica bell hooks, el profesorado que espera que sus estudiantes compartan sus historias, pero no está dispuesto a hacer lo mismo, está ejerciendo el poder de un modo que podría ser coercitivo. Así, llevamos a cabo un ejercicio de lo que se conoce en investigaciones y estudios de género como «conocimiento situado»¹⁹ (Haraway, 1991). Fina Sanz propone la 'Fotobiografía' como una herramienta para el autoconocimiento y su relación con diferentes fenómenos sociales. Jordi Planella y Asun Pie ponen el ejemplo de la poeta Audre Lorde que, a partir de la propia experiencia, nos dejó un legado literario inmenso con el que aprender. Nos invitan a pensar cómo vivimos la socialización en nuestros cuerpos asegurando que nos puede ayudar a acercarla a los discursos pedagógicos. De esta manera, la experiencia se convierte en una verdadera fuente de producción de conocimiento. (2012:265-283).



Fotografía y collage de elaboración propia a partir de revistas de mi etapa adolescente.

Creamos un espacio de diálogo sobre los roles de género que nos asignan desde antes de nacer. Para ello podemos profundizar en el último libro de la socióloga Gracia Trujillo (2022), en el que recoge que pasó su infancia y adolescencia en el que denomina un 'no lugar' entre la idea que se imponía sobre lo que debía ser una niña o un niño, entre el rosa y el azul, sin posibilidad de ningún otro color intermedio. En el estudio sobre *bullying* citado en la introducción, se recoge que el estudiantado que no encaja en los mandatos de género sufre más acoso, motivo por el que es crucial trabajar en la prevención de este tipo de discriminación. El objetivo es que cada persona pueda vivir su identidad y expresión de género de manera libre, sin culpa, sin daños y sin juicios. Como escribe Alana Portero: «¿Tengo que renunciar a mi euforia de género solo porque algunas personas consideran que socava su invisible hoja de ruta?».

¹⁸ Socializar es el proceso de aprendizaje en el que interiorizamos roles, normas sociales de comportamiento, actitudes y valores. Todo ello adquirido a partir del contexto familiar, social, educacional y cultural.

¹⁹ Este enfoque tiene presente, en el proceso de investigación y aprendizaje, el lugar desde el que se investiga. Parte de la base de que todo conocimiento epistemológico se ha desarrollado en un contexto y subjetividad concreta que ha influido en él.

Proyectamos en clase el vídeo '[La Mente en Pañales](#)' emitido en el Canal Odisea y reflexionamos en torno a los estereotipos sexistas y la socialización diferencial desde nuestra primera etapa de vida. Este vídeo nos permite reflexionar sobre los juguetes y su diferenciación por colores, pasillos y género desde la más temprana edad.



Una vez visto el vídeo 'La Mente en pañales', la actividad consiste en escribir lo siguiente en su libreta, recogido en la dinámica '**Paseo del género**' de la guía de ejercicios para el aula '[Hacer los derechos realidad](#)' (Amnistía Internacional, 2004):

Algo que socialmente no suele asociarse a mi género que me gustaría poder hacer sin que se me juzgara o censurara.

Algo que espero que cambie en torno a los estereotipos y roles sexistas.

Qué violencias suelen percibir cuando se salen de los roles de género establecidos (podemos poner el ejemplo de tratar de insultar o acosar con las palabras 'marimacho', 'nenaza' o 'maricón').

Alguna exigencia socialmente asignada a mi género que me gustaría no tener más sobre mis hombros (podemos poner el ejemplo de exigir a los hombres mostrarse siempre fuertes y esconder su vulnerabilidad «los niños no lloran», o a la idea de poder siempre con todo. Y la censura del enfado hacia las mujeres sin que se las tilde de 'locas', 'intensas' e 'históricas', o la imposición de un ideal estético asociado a la feminidad, etc.).

Podemos preguntar si conocen qué significa el binarismo de género y apoyarnos en las referencias históricas de este artículo de [El País sobre comunidades que han desafiado históricamente el binarismo](#) (Villena, 2019)²⁰.

En la página 48 del [Diccionario online de coeducación](#)²¹ del Instituto de las Mujeres de España proponen la actividad consistente en dividir la clase en grupos de cinco o seis personas y repartir fotocopias con el siguiente listado de características:

Ternura	Racionalidad	Seguridad	Frivolidad
Ambición	Docilidad	Afectividad	Suavidad
Valentía	Independencia	Espíritu emprendedor	Inteligencia
Fuerza	Audacia	Ternura	Empatía
Rebeldía	Eficacia	Sedución	Debilidad

²⁰ Reportaje completo: https://verne.elpais.com/verne/2019/06/27/articulo/1561631717_064510.html

²¹ <https://intered.org/pedagogiadeloscuadros/wp-content/uploads/2017/07/ElDiccionario.pdf>

El siguiente paso sería solicitar a cada equipo que realice dos listados, uno con las características que tradicionalmente se han atribuido a la masculinidad y otro con las características que tradicionalmente se les han atribuido a la feminidad. Solicitamos a cada equipo que de acuerdo con los dos listados, definan qué tareas y papeles la sociedad considera que son más adecuados para los hombres y para las mujeres. Por ejemplo: Ternura-mujer-cuidado. Ponemos en común los listados realizados por los grupos. Analizar las diferencias. Algunas preguntas que nos pueden ayudar a la reflexión son:

- ¿Crees que estas cualidades son innatas? ¿Pueden aprenderse? ¿Pueden ser compartidas por hombres y mujeres?
- ¿Qué ocurre cuando una chica tiene cualidades que se les atribuyen a las mujeres? ¿Y cuando es al contrario?
- ¿Influyen los estereotipos de género en nuestras vidas? ¿de qué manera? ¿Qué consecuencias tienen sobre la libertad de elección de las personas?
- ¿Conocen otras identidades de género más allá de las binarias hombre-mujer?

En los talleres de buenos tratos y prevención de violencias que impartimos con juventud, el alumnado cuenta muchas veces que se siguen perpetuando ciertos roles y estereotipos cargados de sexismo y violencias simbólicas en torno a cómo deberíamos ser, actuar, relacionarnos, etc. Desde frases como «los hombres no lloran»²² hasta «enfadarse es de histéricas»²³ o «intensas»²⁴, vamos interiorizando ciertos roles o normas sociales en torno a cómo deberíamos actuar. Esto se conoce como socialización diferencial de género, a partir de la cual se establece qué emociones, formas de estar en el espacio, profesiones, vestimenta o juegos, entre otras cuestiones, son válidas experimentar en función de tu género. Soraya Chemaly aborda esto mismo en su obra 'Enfurecidas' (Paidós, 2019) sobre la imposición de reprimir unas emociones u otras en función de los roles de género.

Material didáctico audiovisual para la actividad: Serie de animación «Dibujando el género», un proyecto divulgativo que tiene como objetivo acercar las aportaciones de los estudios de género a un público amplio, elaborado por Gerard Coll-Planas y María Vidal.



La Ley 2/2021, de 7 de junio, de igualdad social y no discriminación por razón de identidad de género, expresión de género y características sexuales indica, en su Artículo 33, que toda persona debe ser respetada en el ámbito escolar y educativo, tanto público como privado, formal y no formal, sin discriminación alguna basada en su identidad o expresión de género o características sexuales. Asimismo, se recoge que debe haber una protección adecuada cualquiera sea su orientación sexual, identidad o expresión de género, contra todas las formas de exclusión social y violencia, incluyendo el acoso y el hostigamiento dentro del ámbito escolar

²² En la Actividad 20 de la presente guía encontrarás documentales, textos y guías con las que trabajar en torno al modelo de masculinidad normativo.

²³ La médica Carme Valls en 'Mujeres invisibles para la medicina: Desvelando nuestra salud' (Capitán Swing, 2021) responde a preguntas como ¿Por qué las mujeres que viven estrés fueron tachadas como histéricas a nivel histórico?

²⁴ Para profundizar en esta idea podemos leer este artículo de Ana Requena ¿Por qué intensa es el nuevo histérica? https://www.eldiario.es/sociedad/intensa-nuevo-histerica_129_8380682.html

3

Actividad: Canciones como recurso pedagógico para abordar el acoso.

Analizar canciones que versan sobre el acoso escolar es una herramienta pedagógica y cultural muy valiosa. El rapero alicantino Arkano²⁵ denuncia el *bullying* y la LGTBIfobia (es decir, el odio, rechazo, discriminación y desvalorización hacia cualquier realidad asociada a las identidades, expresiones de género y sexualidades diferentes a la normativa heterosexual) en su canción 'Diferente'²⁶. Cuenta que no ir contra el abuso es ser parte del mismo: «He visto estas crisis en instis y colegios, solo hay un rey, la ley del silencio. Dicen que son bromas, no toman en serio el ver a un humano que deja escapar su vida [...] Para mí lo diferente es bello. Para ellos algo que debería ser castigado. Y así me lo hicieron ver en primero. Me ignoraron, me ofendieron, me golpearon y me escupieron. Consiguieron que dijera 'no me quiero'». Para trabajar con esta canción, repartimos la siguiente ficha para rellenar:

Análisis de la canción 'Diferente' de Arkano

Haz un breve resumen de lo que cuenta la canción y el videoclip 🎵

¿Qué relación tiene con el estudio* que analizamos al comienzo de la guía?

Algunas sensaciones que he tenido son:

↻

↻

📍

¿Crees que las situaciones que representa la canción suceden en el centro educativo?

¿Qué podríamos hacer para que estas situaciones no sucedieran? Mi reflexión sobre el tema es:

*UNESCO (2019): Behind the numbers: ending school violence and bullying. Recuperado de <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000566465>

²⁵ En este reportaje para La Sexta, Arkano denuncia el machismo en muchas batallas de freestyle. https://www.lasexta.com/programas/sexta-noche/arkano-denuncia-machismo-mundo-rap-cuando-empece-batallas-que-mujer-ocupaba-posicion-mero-objeto_20220417625c3d94d593ed0001a13bf9.html

²⁶ LArkano - Diferente: https://www.youtube.com/watch?v=DvclwDRXUGo&ab_channel=Arkano

En el [‘Manual de Dinámicas de Grupo para el Aprendizaje’](#)²⁷ de María de Jesús Gómez, proponen realizar, a comienzo del curso, un baile de presentación (2007:3) con el fin de que las personas integrantes del grupo se conozcan a partir de actividades afines, objetivos comunes o intereses específicos. A continuación recogemos algunas que se han hecho tanto dentro como fuera de Canarias:

La cantante majorera Marta Umpiérrez se hizo viral durante el confinamiento por subir sus canciones a reels de Instagram. Una de ellas hablaba de la LGTBfobia en la etapa escolar.

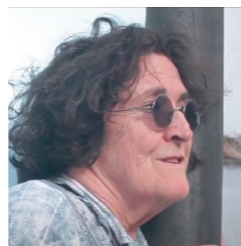
Otra es este *freestyle* de la tinerfeña Sara Socas: **«Hay que armarse de valor para salir del armario y carece de valor quien piense lo contrario»**. Con sus rimas sale del armario, [reivindica derechos sociales y previene el acoso LGTBfobo y machista](#): «Ahora entiendo porque las chicas no se sienten seguras, las quieren calladas y mudas [...] en este país es en el que más mujeres asesinan».

La cantante andaluza María Pelae, conocida por canciones como ‘No me mires así’ o ‘La niña’, dio un discurso para el [pregón del pride de Torremolinos](#) (2022) en el que expuso sus vivencias en la etapa escolar.

La cantante de Gran Canaria Ptazeta, conocida por canciones como ‘Mami’, [expresa en una entrevista con Shangay](#) que: *«El orgullo LGTB+ es celebración. Gracias a las personas que empezaron el movimiento y vivieron la peor parte, han hecho que hoy podamos salir libremente a la calle como queramos ser. Me siento orgullosa de todo el progreso que sigue»*.

En las publicaciones de la web <https://canariasorgullosa.com/> recogen referentes del colectivo en Canarias con el fin de crear un espacio de igualdad y diversidad. Puedes consultar sus libros [disponibles en abierto en PDF en esta plataforma](#).

Una de las figuras más importantes de la conquista de derechos LGTBI+ y contra las violencias machistas en Canarias es Lorenza Machín. Su libro ‘Caminando’ cuenta su historia de activismo y resistencia y cómo se ha convertido en la referente canaria que hace de este mundo un lugar más justo y libre. El cortometraje [‘Lo que no se ve’ realizado en el festivalito de La Palma](#) por el cineasta Lamberto Guerra aborda las normas sociales que, muchas veces, hacen que no vivamos libres. «A los sesenta me di cuenta de que me enamoraba por primera vez, que el mundo era maravilloso, que escribía mi primer poema de amor y era a una mujer. Desde ese día estoy viviendo con mayúsculas. La vida es un suspiro, cada segundo es un tesoro. ¡Vive!». (Vía: Canarias Orgullosa).



4

Actividad: Dinámicas para hacer frente al racismo.


Tiempo estimado: 45-50 minutos


Formato: Audiovisual, literatura


Objetivos:


- Cuestionar la estructura racista que reproduce violencias y discriminaciones.
- Detectar las posibles actitudes o situaciones de acoso racista en el centro.
- Cuestionar la supremacía blanca y las narrativas de xenofobia y racismo.
- Ofrecer recursos para lograr una buena convivencia en el centro.

Desarrollo de la actividad, explicación teórica y datos de apoyo:

 Vemos el vídeo [‘La EXPERIENCIA de una estudiante migrante de MARRUECOS en ESPAÑA’](#)²⁸, realizado por la activista y TikToker Hanan Midan para *Playground*.

 El reportaje [‘Hablan las víctimas de odio en redes sociales’](#) realizado por *Documentos TV* de RTVE sobre cómo la xenofobia, machismo, racismo y LGTBfobia parecen no tener freno tampoco en la red. Personas que han sufrido ciberacoso cuentan su experiencia con los *haters* u odiadores de las redes sociales.

 Este fragmento de [la entrevista a Yeison García en Saldremos Mejores](#). El activista cuenta que, el primer día de clase, fue su profesor quien ejerció violencia racista contra él. Ahonda en la importancia de colectivizar y organizarnos, de mirarnos hacia adentro antes de señalar fuera y ser conscientes de las jerarquías de poder que estamos reproduciendo en clase, de qué modo me posiciono frente al alumnado, cómo son los tratos que estoy ofreciendo y si esto coincide con mis valores y los buenos tratos.

 [Esta mini-entrevista con Tamara Clavería en Eitb](#): «He sufrido antigitanismo desde la escuela. Desde que no te inviten a los cumpleaños hasta que no te alquilen un piso. ¿Por qué me pasaron esas cosas? Pues así opera el racismo».

Para poder realizar el análisis de los vídeos que acabamos de proyectar será preciso hacer una introducción teórica sobre los antirracismos para tratar de trabajarlos. En 2010 la escritora y activista afroamericana Moya Bailey acuña el término «misogynoir» para hablar del tipo de misoginia concreta que sufre una mujer racializada al interseccionar ejes como la raza y el género en dicha opresión. Por su parte, en la guía práctica ‘Antigitanismo de género’ (Federació d’Associacions Gitanes de Catalunya, 2021) explican que «las personas gitanas experimentan tanto la exclusión social como el racismo y que, en concreto, las mujeres gitanas se enfrentan a una triple discriminación, tanto por ser gitanas como por ser mujeres y por ser pobres. Por lo tanto, todos los factores de etnia, género y clase no deben tratarse por separado sino colectivamente, ya que se cruzan y oprimen a las gitanas desde múltiples direcciones: a esto lo llamamos antigitanismo de género». En el libro de Chenta Tsai ‘Arroz Tres Delicias: Sexo, raza y género’ (2019), además de ahondar en la importancia de contar con lugares donde podamos ser nosotras mismas sin miedo a sufrir *bullying* por ello, se definen numerosos conceptos importantes para deconstruir las ideas racistas. Uno de ellos es el colorismo: «Un término acuñado por Alice Walker y citado por primera vez en 1982. Se basa en el hecho de que, cuanto más oscura es la piel de una, más

²⁷ Leer el manual en: <https://www.uv.mx/dgdaie/files/2013/02/Manual-de-Tecnicas-y-Dinamicas.pdf>

²⁸ Acceso a los vídeos:

Hanan Midan: https://www.youtube.com/watch?v=JIGzTBCbfz0&ab_channel=PlayGround

RTVE: <https://www.rtve.es/play/videos/documentos-tv/documentos-tv-hablan-victimas-odio-redes-sociales/4596257/>

Yeison García: https://www.instagram.com/reel/Cln9zrZjShB/?igshid=MDJmNzVkJmJy%3D&coig_restricted=1

Tamara Clavería: https://www.youtube.com/watch?v=O0LLduWURPE&t=18s&ab_channel=eitb

está sujeta a la discriminación y los prejuicios». En el libro de Mikki Kendall 'Feminismo de Barrio' (2022) se indica que «sabemos que el color de la piel continúa siendo el criterio más evidente que determina cómo se trata a una persona» y se adentra en las raíces de esta discriminación asociándola a los cánones de belleza europeos, a la clase social, a la supremacía blanca, al colonialismo y a la esclavitud. El tercer libro recomendado para esta dinámica es 'Qué hace un negro como tú en un sitio como este', de Moha Gerehou, en el que se asegura que la discriminación racista aún presente en la sociedad hace que a las personas negras se las lea continuamente como «los otros», los ajenos, los que nunca serán de aquí. Explica que no puede tratarse la problemática de la discriminación racista como hechos aislados, sino abordarlo como algo sistémico, pues el racismo sigue presente en todos los ámbitos del sistema y las aulas no están exentas de ello. Por esta razón, es importante tratar de trabajarnos como profesionales de la educación nuestras ideas racistas para después poder trabajarlas también en grupo en las aulas.

¿Creen que vivencias como las de Hanan suelen darse en los centros educativos? ¿Y como las de Yeison?

Elabora un listado con propuestas que se podrían llevar a cabo para evitar que ocurran situaciones de racismo en el centro. Crea una propuesta en grupo de prevención de la discriminación racista y actuación grupal si percibimos que sucede.

En el reportaje de RTVE reivindican que la xenofobia, machismo, racismo y LGTBifobia están tan presentes en la sociedad como en las redes sociales. ¿Alguna vez han leído, recibido o enviado mensajes como los que cuentan en el vídeo? ¿Creen que los daños de los mensajes de odio en redes sociales terminan al apagar la pantalla? ¿Por qué?

¿Conocen iniciativas que abogan por terminar con el *bullying* digital? ¿Y en las aulas? Tras plantear estas preguntas podemos hablarles de la iniciativa "[Si se burlan de un compañero no me río](#)": un colegio decora sus baños con frases contra el acoso escolar.

¿Ayudarías a una persona que está recibiendo violencia racista presencialmente? ¿Y online? ¿Qué necesitarías para poder hacerlo de un modo seguro?

¿Sabían que el racismo es una de las principales causas del acoso escolar? (Para la actividad podemos facilitarles algunos estudios como los de la UNESCO '[Behind the numbers: Ending school violence and bullying](#)' (2019): «Según las y los estudiantes entrevistados, la apariencia física es la causa más común de intimidación, seguida por la raza, la nacionalidad y el color de la piel»).

¿Por qué es importante? Según dicho informe, la intimidación y acoso tienen efectos negativos significativos en la salud mental, la calidad de vida y el rendimiento académico de quien lo sufre.

¿Conocían el término 'antigitanismo'? ¿Qué estereotipos están asociados?

¿Consideran que desde el centro educativo se trabaja activamente para erradicar el racismo? ¿De qué manera sí se hace y qué anhelarían que se hiciera? ¿Y el estudiante cómo suele actuar? Podemos crear un tablón con propuestas colectivas a partir de esta práctica.

En la guía didáctica '[Racismo: qué es y cómo se afronta](#)'²⁹ (2005), realizada por el grupo INTER, podemos encontrar actividades para realizar en el aula y concienciar en torno a las violencias racistas.

Deconstruir narrativas racistas. Desde SOS Racismo (2023) exponen que los ataques racistas no son casos aislados, sino una manifestación de ideas, creencias e imaginarios de una sociedad racista: «No son casos aislados. No son 'locos', hemos sido educados en una sociedad que inferioriza a unos en beneficios de otros, en este caso a las personas blancas». El discurso '¿Acaso no soy yo una mujer?', de Sojourner Truth (1851), ponía de manifiesto la necesidad de una mirada que tuviera presente la discriminación que viven las mujeres negras en concreto para terminar con la opresión sistémica racista y machista. En 2020 se populariza el movimiento [Black Lives Matter](#) con el objetivo de poner fin a las violencias y discriminaciones infligidas hacia las personas negras. Para trabajar en ello desde el aula, podemos proyectar los siguientes vídeos:

- '[Me gritaron Negra](#)', de Victoria Santa Cruz, en la que cuenta el racismo que vivió a los siete años.
- La [charla TED de Lucía Mbomio ¿Existen las razas?](#)³⁰ y plantear preguntas, tras su proyección, en torno al *blackface* (especialmente en fechas como carnavales o navidades), las violencias simbólicas y el racismo presente en la sociedad. [La historiadora Katherine G. explica en Afroféminas](#) que «el *Blackface* es creado por y para una audiencia blanca, en donde los sujetos caricaturizados vivieron la opresión de la esclavización y en los tiempos actuales otros tipos de opresiones y dominaciones heredadas del colonialismo (siglo XX-XXI) [...] Nos despersonaliza, convirtiéndonos en una masa sin cara, sin rasgos propios, sin identidad, pieles manchadas de betún y labios rojos carmesí y caricatura mal hecha».
- Los vídeos de Moha Gerehou³¹, de concienciación antirracista como '[Seis expresiones racistas que se nos escapan cada día](#)' para el canal de YouTube de eldiario.es.
- El espacio '[Mujeres Africanas y Afrodescendientes \(en\) Canarias](#)' genera contenido cultural desde la pluralidad, con un enfoque afro-isleño e interseccional.
- [Afrocolectiva](#)³² es un medio de comunicación y deconstrucción antirracista que cuenta con textos centrados en la lucha contra todos los sistemas de dominación.
- [Desirée Bela-Lobedde le envía esta carta a su yo del pasado #QueridaYo | VERNE:](#) «Muchas cosas han cambiado desde que tenía tu edad y me daba miedo hablar sobre temas relacionados con el racismo pensando que en mi entorno no se me iba a comprender, pero el tiempo pasa y te da gratas sorpresas, mi consejo para ti es que no tengas miedo: habla y escribe, estarás haciendo de espejo para un montón de personas que tienen las mismas experiencias que tenías tú cuando sentías que eras la única niña negra en los espacios y que nadie iba a comprender todas las cosas que te pasaban y que estaban relacionadas con el racismo. Eso va a cambiar. Sigue adelante». Desirée Bela comparte textos y vídeos educativos

²⁹ Acceso a la guía completa de dinámicas frente al racismo aquí: <https://www2.uned.es/grupointer/guia%20racismo.pdf>

³⁰ Charla TED de Lucía Mbomio ¿Existen las razas? https://www.youtube.com/watch?v=s2r0lfRGtI0&ab_channel=TEDxTalks

³¹ Vídeo de Moha Gerehou '6 expresiones racistas que se nos escapan cada día' https://www.youtube.com/watch?v=f7E-1V5mqJ7U&ab_channel=elDiarioes

³² Puedes visitar su página web: <https://afrocolectiva.wordpress.com/>

con los que poder aprender en las aulas a través de [su página web](#)³³. Para ahondar en términos como *blackface* y apropiación cultural visualizamos vídeo [¿Qué es la “apropiación cultural”? ¿Qué podemos hacer para no caer en ella?](#) que realizó para *PlayGround*³⁴.

Para cerrar la actividad, les proponemos que sigan investigando sobre las principales reivindicaciones de los activismos antirracistas y que traigan a la siguiente sesión diferentes movimientos sociales con sus reivindicaciones y demandas explicadas, así como biografías y **literatura de activistas antirracistas**.

Para empezar, les proponemos estos:



5

Actividad: Dinámica de Lectura | Biblioteca Humana: Pedagogías contra la discriminación desde la literatura.

Gracias a esos libros conseguí sobrevivir y, lo que era aún más importante, conseguí imaginar una salida.
(Preciado, 2020: 27)

Tiempo estimado: 45 minutos.

Formato: Literatura, conversatorio

Objetivos:

- Fomento de la lectura
- Empatizar con las realidades de compañeros y compañeras de clase
- Acercar al estudiantado literatura diversa

Desarrollo de la actividad:

Proponemos una actividad inspirada en la 'Human Library' llevada a cabo por diversas bibliotecas y centros culturales del norte de Europa. En este caso, haremos una sinergia entre la metodología práctica de la biblioteca humana³⁵ y el club de lectura³⁶. En esta guía

³³ Desirée Bela: "Expande tu mente y ábrete al aprendizaje desde una perspectiva afrocentrada, asertiva y de cuidados" en <https://www.desireebela.com/aprende-gratis/>

³⁴ Vídeo de Desirée Bela sobre la apropiación cultural https://www.youtube.com/watch?v=Zqd-54atZF0&feature=emb_title&ab_channel=PlayGround

³⁵ Bibliotecas públicas Municipales de Zaragoza establece una serie de acuerdos asociados a la biblioteca humana: <https://www.zaragoza.es/contenidos/educacionybibliotecas/bibliotecas-municipales/normas-biblioteca-humana.pdf>

³⁶ La Universidad Complutense de Madrid cuenta con clubes de lectura que indagan en la importancia de leer en comunidad: <https://www.ucm.es/clubesdelecturaucm/>

6

Actividad: Terminemos con la discriminación y los estereotipos hacia la diversidad.

Tiempo estimado: 30 minutos

Formato: Audiovisual, reflexión

Objetivos: El fin de esta actividad es poner en cuestión las normas de género y vestimenta indagando en la historia, así como frenar el *bullying* por vestimenta, expresión de género, orientación, identidad, etc.

Desarrollo de la actividad:

Ponemos el vídeo [HollySiz - The Light](#) y planteamos una serie de cuestiones al estudiantado.



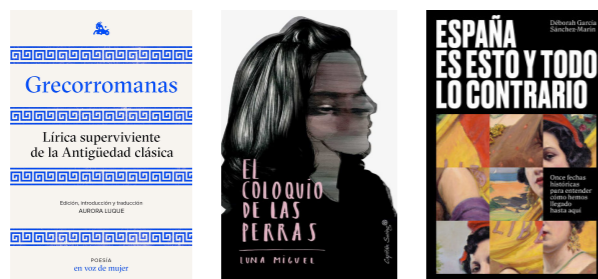
Primero pedimos que nos cuenten con sus palabras la historia que acaban de ver. Seguidamente preguntamos al grupo³⁷:

- ¿Cómo creen que se ha sentido el protagonista?
- ¿Creen que es algo que suele ocurrir en las aulas?
- ¿Qué opinan de la actuación del profesorado y la dirección del centro?
- ¿Qué opinan de la actuación de sus compañeros y compañeras?
- ¿Qué actitudes les parecen que pudieron hacer daño al protagonista y por qué?
- ¿Cómo habrían actuado para evitarlo?

³⁷ Adaptación de la actividad propuesta por las dinámicas del colectivo LGTB+ de Madrid (Vela et al., 2018).

También se preguntará por su opinión acerca de lo que hacía el padre al inicio del corto y al final. Es importante no poner el foco en el protagonista al buscar las causas de la discriminación que sufre ya que el problema radica en los roles y estereotipos de género que dictan unos comportamientos, formas de vestir o de expresarse por encima de otros en función de normatividades en las que, en su totalidad, no encajamos ninguna persona. Para concluir la reflexión podemos acercarnos a la obra 'La historia política del pantalón' de [Christine Bard](#) (2010)³⁸, que recoge que el pantalón simbolizaba la masculinidad hasta tal punto que, incluso, era una prenda prohibida para las mujeres. Gracias a los movimientos reivindicativos y transgresores de artistas, activistas feministas, revolucionarias, viajeras, actrices y deportistas, hoy las mujeres pueden llevar esta prenda. Fueron todas ellas quienes se reapropiaron de una vestimenta considerada, hasta entonces, masculina. Además, podemos poner en valor la iniciativa que muchos centros de España llevaron a cabo el [4 noviembre de 2020 cuando crearon la campaña #laropantienegénero](#)³⁹ en protesta a la discriminación que vivió un alumno por asistir con falda a clase a su centro educativo. Para concluir la actividad, escuchamos el [reportaje de Nieves Concostrina](#)⁴⁰ para su programa de historia de la Cadena SER en el que habla de **los taconazos de Luis XIV**, conocido como Rey Sol. Cuenta que usaba tacones rojos y pelucas para parecer más alto y entrañaba más un símbolo de poder que la idea de feminidad con la que los asociaríamos después.

Aprendiendo historia más allá de la norma:



7

Actividad: Coeducación contra el capacitismo

Tiempo estimado: 40 minutos.

Formato: Literatura, activismos

Objetivos:

- Conocer la terminología sobre el capacitismo y los activismos que están luchando contra este tipo de discriminación.
- Concienciar sobre el acoso capacitista en las aulas.
- Acercar literatura en torno al capacitismo.
- Contribuir a la prevención de este tipo de violencias.

³⁸ Este reportaje de El País ahonda en esta literatura: https://elpais.com/cultura/2012/04/03/album/1333452212_301062.html

³⁹ Visita la noticia completa: <https://www.20minutos.es/noticia/4444188/0/tiktok-espana-se-vuelca-con-un-alumno-al-que-castigaron-por-llevar-falda-para-demostrar-que-la-ropa-no-tiene-genero/>

⁴⁰ Acceso al reportaje sonoro:

https://cadenaser.com/programa/2015/12/28/cualquier_tiempo_pasado_fue_anterior/1451301447_943144.html

Desarrollo de la actividad:

Traer al aula el [Fanzine "Lucha contra el capacitismo" de Itxi Guerra](#)⁴¹ y la entrevista con [Hoy Empieza Todo](#) de Radio 3 [Itxi Guerra](#) y su 'Lucha contra el capacitismo' (2022)⁴² para abordar conjuntamente los siguientes temas tratados. Esta autora define el capacitismo como «el sistema social, político y económico que discrimina a las personas discapacitadas por el hecho de serlo. Es un sistema en el que los cuerpos y mentes son valorados según un estándar de normalidad, inteligencia y excelencia» (2021:33).



«Hay personas que preferimos el uso de la palabra 'discapacidad' como forma de reapropiación del término. Nos permite resignificar y despojarla de todos aquellos atributos negativos que han sido establecidos por el sistema capitalista»

(Guerra, 2021:26)

- Uso del lenguaje y capacitismo: indagar en la idea que expone la autora en torno a la terminología que empleamos en nuestro día a día cuando mencionamos la discapacidad: «El lenguaje modifica a la sociedad al mismo tiempo que modifica nuestra mente y la concepción que tenemos de la realidad» (Guerra, 2019: 24).
- ¿Conocíamos este tipo de discriminación? ¿Somos conscientes de los privilegios y opresiones en torno a ello? Podemos leer en conjunto con el alumnado las aportaciones teóricas de este [libro](#) para desmontar las creencias capacitistas que tenemos integradas a nivel social, con el fin de responsabilizarnos y no seguir reproduciéndolas.
- Podemos hablar del [canal de YouTube de Oyirum](#)⁴³ sobre capacitismo y activismo corporal. @oyirum, en uno de sus carruseles, explica: «El capacitismo es una opresión que nace de la necesidad del capitalismo de apartar a aquellos que no le van a ser productivos; que no responden a sus intereses. Si no liberamos a las tullidas, solo estaremos liberando a las cuerpos productivas del patriarcado».
- Colectivos como 'Orgullo Loco' reivindican frente al estigma del sufrimiento psicoemocional así como frente al 'cuerdismo', «un tipo de opresión estructural que consiste en un conjunto de prácticas y creencias que presuponen la superioridad de los pensamientos, prácticas y experiencias consideradas 'cuerdas' sobre las de las personas consideradas 'locas' o que padecen sufrimiento psíquico»⁴⁴. Para trabajar en torno a ello, 'The Icarus Project' crea la guía didáctica '[Los Mapas Locos: Rutas para la transformación personal y liberación colectiva](#)':⁴⁵ «Los Mapas Locos son documentos que creamos para nosotras mismas como recordatorios de nuestras metas, lo que es importante para nosotras, nuestras señales personales de dificultad, y nuestras estrategias para el bienestar. En el camino hemos aprendido que nuestras comunidades son impactadas por los sistemas sociales de diferentes maneras, y que estas diferencias afectan nuestra salud mental. Nuestras guías abordan asuntos importantes como la

⁴¹ Blog y textos de la autora: <https://luchacontraelcapacitismowordpress.com/2021/02/12/fanzine-lucha-contra-el-capacitismo-5-0/>

⁴² RTVE: <https://www.rtve.es/play/audios/hoy-empieza-todo-2/capacitismo-2022-08-17t11-25-34097/6671979/>

⁴³ Canal de Oyirum: <https://www.youtube.com/channel/UCOv3PynABCbLv0REjj3LXg/videos>

⁴⁴ Ví: <https://elasombrario.publico.es/reivindicacion-orgullo-loco-cuerdismo-feroz/>

⁴⁵ Guía de Mapas Locos: <https://static1.squarespace.com/static/57bcd6322994ca36c2f0329b/t/5a81c32608522974e5e5c23f/1518453757058/Mapas+Locos.pdf>

opresión y el trauma intergeneracional y te invitan a unirte a otras para confeccionar soluciones que ayuden a transformar la salud de nuestras comunidades [...] el objetivo es cambiar los estigmas sociales asociados a la salud mental».

8

Actividad: ¡Terminemos con la humillación corporal!

Tiempo estimado: 20 minutos por ejercicio.

Formato: Literatura, activismos, reflexión

Objetivos:

- Trabajar en torno a la humillación corporal y sus consecuencias.
- Prevenir el body shaming.
- Reflexionar sobre las violencias estéticas y fomentar los buenos tratos.

Desarrollo de la actividad:

En 2021 lanzamos una guía didáctica con título '[Imposición de la belleza: Violencia estética e imposición del ideal de la belleza: Recursos para la coeducación en igualdad de género](#)' con Juventud Canaria⁴⁶ en la que se proponen numerosas dinámicas asociadas a literatura diversa que nos ayudaría a trabajar el acoso asociado a las violencias estéticas. Pues, como hemos visto, la apariencia física es la principal causa del *bullying*. La humillación corporal o *body shaming* consiste en ridiculizar, avergonzar o burlarse del aspecto físico de otra persona. En esa guía encontrarán diferentes actividades para poder trabajar esta cuestión en el aula. Esta actividad consiste en escoger algunas de las dinámicas ahí descritas para su desarrollo. Para acceder a más literatura y dinámicas para realizar en el aula, pueden acceder en el siguiente código QR o en el apartado de 'publicaciones' de la página de Juventud del Gobierno de Canarias:



«La autoestima es una construcción colectiva que depende de todo un entorno social para sostenerse»

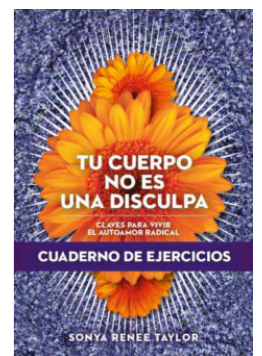
Miquel Missé (2018)

⁴⁶ Acceso a la guía didáctica en el siguiente enlace: https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgobcan/export/sites/juventud/multimedia/documentos/GUIA_COEDUCATIVA_RECursos_IMPOSICIONDELABELLEZA_Nov21.pdf

Sonya Renee Taylor, activista corporal y escritora, lanzó en 2021 con la editorial Melusina el [cuaderno de ejercicios](#) 'El cuerpo no es una disculpa, claves para vivir el autoamor radical' que brinda claves, herramientas y actividades para trabajar el autoamor y buenos tratos frente a las violencias estéticas. Esta autora expresa que la sociedad nos ha empapado de una idea de vergüenza corporal inmensa a través de la cual etiquetamos los cuerpos llamándolos «buenos» o «malos» o «mejores» o «peores» que nuestro propio cuerpo. Renee plantea la tesis de que «Tu cuerpo no es una disculpa. No es algo que debas a alguien para decirle «lo siento por tener este cuerpo». Pero, en realidad, aunque hayan tratado de hacernos creer por todos los medios posibles lo contrario, no hay una manera equivocada de tener un cuerpo. A continuación les proponemos realizar dos de las actividades desarrolladas en su cuaderno y a que, si fuera posible, cuenten con el mismo en el aula:

Actividad 8.1: ¡Terminemos con la humillación corporal!

Para responder a esta pregunta, Renee Taylor cuenta la historia de Keisha, que sufría *bullying* en la guagua, recibiendo vejaciones por su calvicie. Expresa que ese acoso la llevó a asumir que su cuerpo 'debería' ser de otra manera y esto se vio reflejado o reforzado por mensajes familiares, sociales, culturales y políticos (2021:50). Además, propone responder a las siguientes preguntas para indagar en que la vergüenza corporal es un problema estructural:



La actividad consiste en responder las preguntas propuestas por la autora:

Actividad 8.2 Buenos tratos desde dentro hacia afuera.

- ¿Recuerdas los mensajes que recibiste sobre tu propio cuerpo durante tu pubertad?
- ¿Recuerdas alguna ocasión en la que te hayas o te hayan comparado con alguien?
- ¿Cómo afectó esa comparación a tu autoestima y a tu autoconfianza?
- ¿Qué impacto tuvo en tus ideas sobre ti misma y la otra persona?
- ¿Cuántos mensajes de vergüenza corporal estás absorbiendo cada semana?
- ¿Qué estás viendo que contribuye a la opresión de tu cuerpo o que hace que unos cuerpos sean considerados malos, incorrectos, invisibles, deshumanizados y avergonzados?

Brigitte Vasallo escribe en 'Mentes Insanas' (RBA, 2020) lo siguiente:



«A mí también me pasa: a veces me veo en fotos y lo primero que me sale de dentro es criticarme. Criticarme a mí, pobre de mí. Criticar mi aspecto. Pero me paro, le pego un cachete al bicho ese que aún llevo dentro y que quiere que me odie a mí misma, que me disguste, que me desprecie. Y le digo: ehhh cuidadito... ni una palabra majo. Y le hago callar». (Vasallo, 2020: 91)

La psicóloga Paula Marín plantea reflexionar en torno al diálogo inter-

no, a qué cosas nos decimos a nosotras mismas y si esas cosas que nos decimos se las diríamos a alguien que apreciamos. Por ejemplo: si un compañero de clase tiene ansiedad, un modo de acompañamiento sería «es normal que sientas eso, estoy contigo, te escucho, no te juzgo, esto también pasará...» ¿Te dices esto también a tí? Y propone imaginarnos si lo que te dices cuando tienes ansiedad se lo dirías a otra persona. ¿La estaríamos tratando bien? El objetivo es pararnos a pensar en cómo nos tratamos a nosotras mismas y cómo tratamos a otras personas con el fin de promover los buenos tratos desde dentro hacia afuera. Para realizar esta actividad, escogemos una libreta, tal vez con un color al que tengas especial cariño, y le ponemos el nombre «autocuidado». Pones la música que te haga sentir bien y, cada vez que sientas esa voz juzgona sobre ti, o sobre tu cuerpo, haz una pausa, respira hondo y sustituye el pensamiento con uno de los cumplidos de la lista facilitada a continuación (Renee Taylor, 2018: 59). Si dices el pensamiento crítico en voz alta, hazte un cumplido verbal y luego hazle otro a otra persona. Algunas ideas de la lista de cumplidos: afable, agradecido, alegre, amable, ambiciosa, amigable, atento, audaz, auténtico, aventurera, cálido, capaz, carismática, claro, colaborativo, compasivo, comprometida, comunicativo, comunitario, concienzudo, conocedora, consciente, considerada, creativa, cuidadoso, cariñoso, divertida, emocionado, empática, empoderante, enérgico, entusiasta, espontáneo, exitosa, expresivo, fiable, honesto, fuerte, generoso, genuino, hábil, honrada, imaginativo, indagador, ingeniosa, innovadora, inteligente, valiente, resolutiva, responsable y sincero.

Cuando empecé el rodaje de mi documental autogestionado **'La Imposición de La Belleza'** (2019) grabé imágenes que veía en las calles de Puerto del Rosario (Fuerteventura) y el centro de Madrid, y me fui dando cuenta de qué mensajes lanzaban sobre los cuerpos. Empecé a apuntar cómo me sentía después de consumir esos mensajes (que no solo están en las calles todo el tiempo, sino también en el móvil 24/7) y fue una tarea útil para tomar consciencia y comenzar a despojarnos de esas voces de la culpa y la vergüenza corporal que denuncia Sonya Renee en su literatura. La psicóloga Rebeca Pardo, a quien entrevisté para esta pieza, expone que cuando el sentimiento que nos producen esos mensajes son más de rebeldía y enfado hacia la norma corporal del anuncio y no tanto hacia nuestros cuerpos, ese cambio de dirección puede darnos algunas pistas del impacto que tienen los medios en nuestro bienestar emocional y lograr juntas establecer estrategias desde los activismos corporales contra esa norma.

Para profundizar: Autoestima, una cuestión colectiva. Textos para llevar la reflexión al aula.

Muchas veces se hace alusión a la autoestima como un hecho individualizado bajo lemas «si quieres, puedes» o «quererse es una cuestión de actitud». La periodista Ana Requena, explica que aprendemos a vivir en nuestros cuerpos como lugares hostiles a los que torturar y despreciar en lugar de respetar y querer. La psicóloga Rebeca Pardo en el documental 'La Imposición de la Belleza' explica que la autoestima se va construyendo a lo largo de nuestra historia de aprendizaje y que tiene que ver con factores ambientales, sociales, culturales y del contexto de cada individuo. Así, explica que la autoestima es la consecuencia de las cosas que hemos vivido. En esta línea, [la psicóloga Jara Aithany en VICE](#) (2020) asegura que la dismorfia corporal es consecuencia de la violencia hacia nuestros cuerpos: *De pequeña pegué un estirón que me hizo sacarle dos cabezas a todas*

mis compañeras de colegio [...] Mis compañeros de clase me insultaban y mis compañeras y amigas ya no querían jugar conmigo porque les daba miedo. Hablar de la dismorfia corporal como un trastorno psicológico sin examinar la raíz del sufrimiento es invisibilizar y normalizar toda la violencia que reciben los cuerpos que no caben en la norma.



Las violencias estéticas en los entornos de comunicación siguen estando muy presentes. A continuación les facilitamos algunos artículos, guías y recursos:

- La [guía básica de Gordofobia](#)⁴⁷ de Magda Piñeyro con el Instituto Canario de Igualdad.
- Artículo [La percepción de la belleza: los estándares occidentales llevan consigo un racismo inherente](#)⁴⁸, por Chenta Tsai (Putochinomarción) arquitecte y cantante, en El País.
- Conversatorio [Violencia estética y body shaming](#)⁴⁹ con Habla Canarias
- La [guía 'Sin Filtros'](#)⁵⁰ de Asiria Álvarez y Cristina Gil con Juventud Canaria.

9

Actividad: 'Las palabras cuentan' | La importancia de la ternura y los buenos tratos.

Tiempo estimado: 30 minutos

Formato: Audiovisual, reflexión

Objetivos: Fomentar los buenos tratos en clase y prevenir el acoso.

Desarrollo de la actividad:

Proyectamos el experimento social ['Por 13 razones | La importancia de las palabras | Netflix'](#) para realizar la dinámica propuesta en el vídeo con el estudiantado. Con esta actividad reflexionamos sobre el valor e impacto que pueden tener las palabras que decimos a otras personas: sobre valorarnos y prevenir las violencias verbales que están normalizadas. Para indagar en la importancia de las palabras a través de la red, la comunicación no violenta y la asertividad podemos ir a la *Actividad 28* 'Prevención del hate en redes sociales'.



⁴⁷ Guía completa: <https://jornadagordofobiayviolenciaestetica.com/guia-basica-sobre-gordofobia/>

⁴⁸ Texto de Chenta Tsai: <https://elpais.com/espana/madrid/2020-10-14/la-percepcion-de-la-belleza.html>

⁴⁹ Conversatorio de Habla Canarias: https://www.youtube.com/watch?v=EjY3FwagP78&list=PLY7X33blXSml3koBW-Xw_Eb3BCnroxFIX&index=11&t=3s

⁵⁰ Acceso a la guía: [https://grancanariajoven.grancanaria.com/files/uploads/files/Salud/Guia-sin-filtros\(1\).pdf](https://grancanariajoven.grancanaria.com/files/uploads/files/Salud/Guia-sin-filtros(1).pdf)

10

Actividad: Cooperación frente a la competitividad | ‘Abordar la clase en clase’ | Clase social y sistema educativo**Tiempo estimado:** 1 hora.**Formato:** Presentación oral, conversatorio**Objetivos:** Trabajar la autoestima, conocer al alumnado y prevenir el acoso, ciberacoso y *bullying*. Ofrecer recursos para acompañar a la juventud en su camino educativo. Reflexionar sobre el impacto de la clase social en el rendimiento académico.**Desarrollo de la actividad:**

Hay aspectos positivos de las personas, habilidades, saberes y potencialidades más allá de las que se valoran en las aulas. Hay veces en las que no se tiene presente las diferentes necesidades y realidades socioeconómicas del alumnado, que influyen indudablemente en su desarrollo educativo y su bienestar emocional. Para trabajar la motivación y la autoestima proponemos a cada estudiante que se prepare una exposición explicando algo que les encante o se les de bien. Dedicamos algunas clases a escuchar las presentaciones que se hayan preparado, estableciendo los tiempos necesarios en función del número de participantes. Cuando llevas a cabo esta actividad con tus estudiantes descubres presentaciones interesantísimas de temas que versan desde el baile o los movimientos sociales de su localidad hasta la literatura, la música, etc. Esta actividad puede darnos pistas de las potencialidades de cada persona, así como conocer mejor sus inquietudes, talentos y aquellas cosas que les hacen sentir bien. Esto podría, además, facilitarnos el poder acompañar a cada una a elegir su propio camino.

En junio de 2022, los medios de comunicación se hacían eco del caso de [G. Plaza](#)⁵², un joven que recibió ciberacoso tras haber dicho que quería estudiar filología clásica habiendo obtenido la mejor nota de selectividad. «Prefiero la felicidad al éxito seguro», fue su respuesta ante la oleada de *hate* en redes sociales, consejos no pedidos sobre la carrera que debía hacer e, incluso, desvalorizaciones hacia su persona. En muchas ocasiones hemos presenciado cómo en el aula se ridiculiza al que pregunta alguna duda, como si acaso no fuera parte del propio proceso de aprendizaje. Por ello es importante potenciar un proceso de aprendizaje que atienda a las diversas subjetividades.

‘Abordar la clase en clase’ | Clase social y sistema educativo

Save the Children⁵³, en el informe [Repetir no es aprender. Mitos desmentidos y alternativas posibles a una práctica ineficiente e inequitativa](#) (2022), desmonta mitos como «la repetición responde a limitaciones educativas individuales» y asegura que «ante dos estudiantes con conocimientos, dificultades de aprendizaje y niveles de motivación similares, el de nivel socioeconómico bajo tiene casi tres veces más probabilidades de repetir que el de clase acomodada». Especifica, a su vez, que el abuso de la repetición de curso en los colegios e institutos españoles está perjudicando al alumnado, sobre todo al de bajo nivel socioeconómico. El informe recoge que España es el país con mayor tasa de repetición de curso en la Unión Europea y la OCDE: «A los 15 años, el 29% del alumnado ha repetido curso alguna vez. Nuestro sistema educativo es una anomalía en este aspecto». Frente al discurso de la meritocracia y la competitividad que ignora la clase social, la pedagoga Anabel Lorente ofrece una perspectiva de clase en el capítulo ‘Pedagogía’ de True Story: «Es tan fácil reírse de aquel que ‘no sabe’. Condenados a mirar por encima del hombro, a

ser muy, muy listos. Pero no lo suficiente como para entender que no todas las personas han tenido las mismas oportunidades para acceder al conocimiento o que hay saberes más allá de los que se imponen en un aula» (2020:99). Sobre ello, bell hooks en su texto ‘Abordar la clase en clase’ indica que es significativo que en las aulas haya una particular ceguera hacia las diferencias de clase y que es crucial reconocerlas en el proceso pedagógico: «No podemos permitir que ello nos impida acceder al conocimiento, es importante subvertir y cuestionar la estructura existente» (2021:199).

Activistas y psicoterapeutas han teorizado sobre el fenómeno o síndrome de la impostora, es decir, en el miedo a ser un fraude y no creer merecer sus méritos, apuntando que existe una prevalencia en mujeres, personas racializadas y de clase obrera. Las causas han sido analizadas por numerosas investigaciones que se recogen en el vídeo [El síndrome de la impostora: el lolazo del neoliberalismo terapéutico](#) de la psicóloga crítica Itxaso Gardoki⁵⁴, que aborda las desigualdades que desembocan en inseguridades y angustia al creer no ser nunca suficientes. Explica que no hay que individualizar nuestros malestares ya que están asociados a los factores externos sociales y estructurales así como las jerarquías de poder que nos rodean. Este [artículo de Afrofeminas](#)⁵⁴ ahonda en el ‘síndrome de impostora’ desde un análisis sobre su impacto en las personas racializadas.

Aprendimos antes a competir que a cooperar | Hacia el aprendizaje colaborativo

¿Imaginamos un sistema en que prime la cooperación a la competitividad? La escritora Layla Martínez piensa en la utopía como un instrumento que podría devolvernos la capacidad de imaginar y guiarnos para construir un futuro en el que merezca la pena vivir. El sistema capitalista ha ido reforzando el individualismo y la competitividad en muchas áreas de nuestra vida. Tener que «ser mejor que» para llegar a algo, en lugar de poner en el centro los cuidados colectivos, refuerza la confrontación entre personas. Y es que la propia competición es la que nos compara y confronta. Acaba siendo lo contrario a compartir y cooperar, verbos sin los que no podemos entender una red de cuidados colectivos. Esta misma autora expresa que hablar sobre las desigualdades de clase social en áreas como la academia, la literatura (o el discurso público en general) sigue siendo un tabú. La filósofa Judith Butler plantea que, para que la vida sea digna de ser vivida, «es necesario reivindicar nuestra interdependencia, la implicación de los unos con los otros, para respirar en un auténtico mundo común».

⁵² Puede leerse completo en https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2022-09/Repetir_no_es_aprender.pdf

⁵³ Acceso al vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=oZVukq67BM&t=17s&ab_channel=LoQueNoMeContaron

⁵⁴ Acceso al artículo: <https://afrofeminas.com/2022/02/09/sindrome-de-impostora-y-su-impacto-en-las-personas-racializadas/>

Violencias de género

¿Cómo abordarlas desde el aula?

Las violencias de género, como recoge la *Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*, no se trata de un problema que afecte al ámbito privado. Al contrario, se manifiesta como el símbolo más brutal de la desigualdad existente en nuestra sociedad. Así, no se deben entender como casos aislados, sino como un tipo de violencia dada a partir de una discriminación estructural y sistémica, así como de creencias machistas y relaciones de poder presentes en la sociedad. Dicha Ley enfoca el trabajo de prevención de un modo integral y multidisciplinar, empezando por el proceso de socialización y educación. La psicóloga Zaida Yanes, especializada en intervención en Violencia de Género, en la guía '[Te Acompaño](#)'⁵⁵ (ICI, 2020) expresa que la violencia de género no es únicamente aquella que se da de forma aislada dentro de las parejas, sino que es el reflejo de algo mucho más complejo que tiene su origen en la desigualdad de poder que se funda a nivel sistémico. Recuerda que la *Ley 16/2003, de 8 de abril, de Prevención y Protección Integral de las Mujeres contra la Violencia de Género* de la Comunidad Autónoma de Canarias en su artículo 3 presenta una mirada mucho más amplia de las diversas manifestaciones de violencias de género; desde las violencias físicas, psicológicas y sexuales, hasta los feminicidios, el acoso, las violencias en el ámbito laboral y relacional, así como cualquier otra forma de violencia que lesione o sea susceptible de lesionar su dignidad, integridad o libertad.

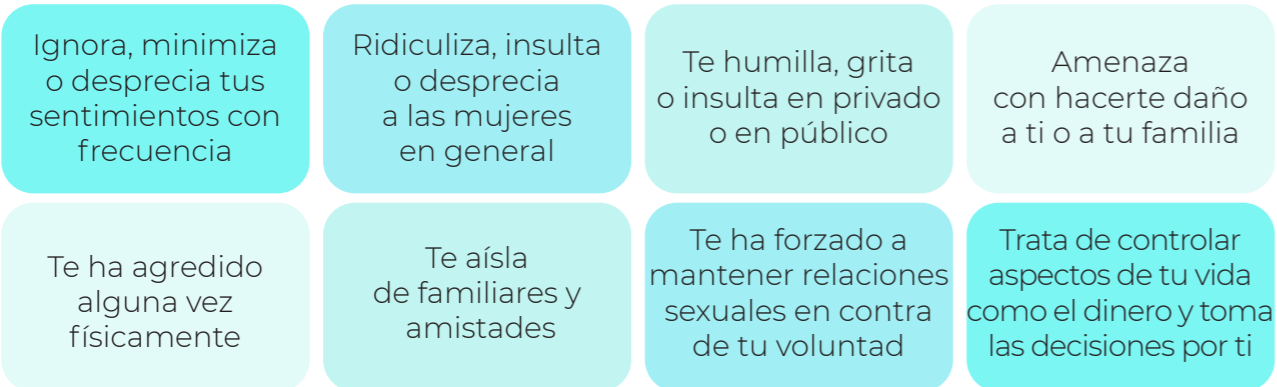
[El Plan para la Igualdad y Prevención de la Violencia de Género 2017-2020](#) del Gobierno de Canarias define la coeducación como «el horizonte del desarrollo integral de la persona superando las limitaciones de género y a procesos como el desarrollo de la autonomía personal; el desarrollo cognitivo, afectivo social; el aprendizaje de pautas de relación, comunicación y resolución no violenta de conflictos; el respeto a la igualdad y a la diversidad de las personas; la libre elección y desarrollo de orientación; la corresponsabilidad en los ámbitos público, privado y comunitario; la educación afectivo-sexual, salud sexual y reproductiva; la visibilidad, reconocimiento y dignificación de la contribución de las mujeres a la cultura y sociedad y su protagonismo en la historia, la ciencia, la economía, la política o las artes; el conocimiento de la historia y la teoría feminista, los fundamentos filosóficos de la reivindicación de los derechos de las mujeres como derechos humanos y la situación actual de las relaciones de género; el uso no sexista del lenguaje, la comunicación y la representación de mujeres y hombres; la orientación académico-profesional diversificada y libre».

A continuación tratamos de pensar colectivamente estrategias para erradicar las violencias machistas, pues, como indica la psicóloga Paola Fernández en '[No la dejes sola: Guía para personas allegadas de víctimas de violencia de género](#)' (2021), se trata de un fenómeno complejo y hay algunos aspectos que son importantes a tener en cuenta para comprender qué es lo que sucede y así poder ayudar de la forma más efectiva posible. En la guía encontrarán información, recursos especializados y modos de actuación.



⁵⁵ https://violenciagenero.org/sites/default/files/te-acompano_guia_de_intervencion_con_menores_0.pdf

Algunas conductas consideradas factores de riesgo⁵⁶ por especialistas⁵⁷:



Los abusos y maltratos en el ámbito de la pareja pueden abordarse a partir de recursos especializados. En cuanto a su prevención, la coeducación lleva años trabajando en la elaboración de guías didácticas u otros materiales de sensibilización. Entre ellos, en 2003 Pamela Palenciano crea su monólogo *'No Solo Duelen Los Golpes'*⁵⁶, donde cuenta que fue esa frase que le dijo su psicóloga lo que le hizo ver que había vivido violencia machista. La escritora Gabriela Wiener indica en *'Dicen de mí'* (Esto no es Berlín, 2018) que «la diferencia entre la violencia de género y otras formas de agresión es que, en la primera, el hecho de ser mujeres nos coloca en un lugar vulnerable y de peligro. Se da en relaciones de desigualdad de género en las que, por norma general, una de las partes no solo tiene más potencia física sino que también se cree 'superior' a la otra. Por eso intenta ejercer control y poder sobre ella». Asimismo, insta a reflexionar acerca del machismo; de esa violencia estructural que nos atraviesa a todas las personas. Para comprender mejor la complejidad del ciclo de las violencias de género podemos aproximarnos a los análisis de la psicóloga Leonore Walker, que en 1979 estudió las fases por las que se pasan en una relación de maltrato y desarrolló una explicación de los ciclos de la violencia machista en la pareja que hacen que sea tan complejo salir de una situación así. Los acuñó como *Cycle of abuse* y están compuestos, principalmente, por tres fases: acumulación de la tensión, agresión y luna de miel.



Elaboración propia a partir de la teoría de Leonore Walker (1979)

Pamela Palenciano, en una [entrevista con AmecoPress](#) (2020), explica: «Se sigue viendo como un problema muy personalizado, como una cosa no estructural. Está costando mucho que se vea la estructura de la desigualdad. Parece que es un problema solo entre Paqui y Manolo. Además, como se está romantizando la violencia y perpetuando la palabra 'tóxica', no se habla de agresión machista, sino que se ve como una simple 'cosa tóxica'. Para mí la palabra tóxica es muy peligrosa. Si buscas el perfil de una persona tóxica en Google todo lo que describe a esa persona hace referencia a mi maltratador y él no era simplemente tóxico, era machista».



Adaptación del gráfico elaborado por Amnistía Internacional Madrid sobre las violencias de género

⁵⁶ https://violenciagenero.igualdad.gob.es/informacionUtil/comoDetectarla/primerosSignos/docs/Diptico_castellano.pdf

⁵⁷ <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/informacionUtil/comoDetectarla/primerosSignos/home.htm>

⁵⁸ <https://nosoloduelenlosgolpes.com/>

11 Actividad: Terminar con las violencias machistas es una cuestión colectiva.

Tiempo estimado: 20 minutos

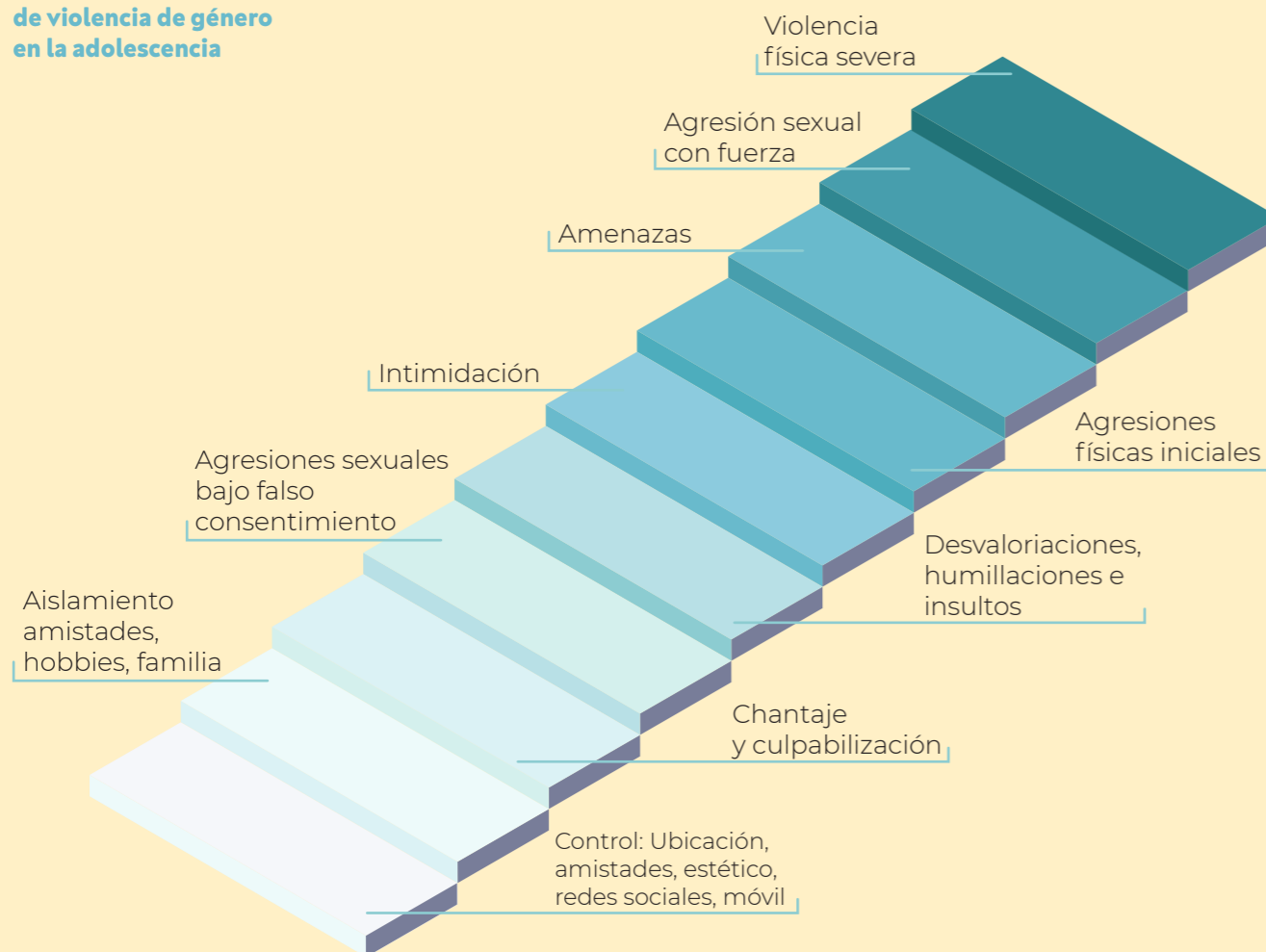
Objetivo: Prevenir las violencias machistas.

Formato: Audiovisual, reflexión, conversatorio

Desarrollo de la actividad: Visualizar la charla de la socióloga Carmen Ruiz Repullo con título *'Pepa y Pepe. La escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia'*, que explica que se van subiendo una serie de escaleras, que representarían los distintos tipos de violencia, con el fin de prevenirlas y detectarlas desde la etapa adolescente, e indagar en las diferentes violencias de género que se señalan en el vídeo. También rompe mitos como 'la tonta es ella por no salir de ahí' a través del experimento de la rana como se explica en el reportaje de El País⁵⁹ titulado "La historia de Pepe y Pepa' sirve para detectar la violencia machista entre adolescentes'. Tras su visionado, podemos ir a la actividad número 12 'Poner palabras a la violencia y poner palabras al buenttrato' para crear murales educativos de reflexión colectiva sobre lo que queremos y lo que no en una relación.



Escalera cíclica de violencia de género en la adolescencia



Escalera cíclica de la violencia de género en los adolescentes, del estudio 'Voces tras los datos: una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes' (Ruiz Repullo; IAM, 2016).
Recuperado de https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/4879_d_VocesDatos.pdf

Para profundizar contamos con la [literatura de Itziar Ziga](#) 'La feliz y violenta vida de Maribel Ziga' que trata de ser un ejercicio de sanación colectiva frente a los mitos y el estigma que viven quienes han sido maltratadas, tal y como desgrana [en esta entrevista](#) con *paroledequeer*:

«Quiero que entendamos radicalmente que las violencias que atraviesan nuestros vínculos son aprendidas y podemos desaprenderlas [...] Que nos hartan de mística romántica desde chiquitas para que traguemos con el patriarcado y que no somos débiles ni bobas ni masocas emocionales: ninguna mujer busca ser maltratada pero todo está montado para que le cueste horrores, incluso la vida, dejar de serlo. Que tenemos un plan y una genealogía feminista grandiosa, y nunca paramos. ¡Vamos a desenseñar a desaprender cómo se deshacen las cosas!».

Tras esta lectura y análisis de la charla proyectada, podemos crear, en conjunto, un material audiovisual (un vídeo de TikTok, un cortometraje o un reel educativo) de denuncia frente a estas violencias.

Guías para profundizar: La guía [¿Eso es violencia?](#) de Irene Negrín trata de ofrecer a la ciudadanía toda la información posible acerca de lo que se entiende por violencias machistas, desde conceptos hasta recursos de asistencia y herramientas para actuar.



Guías para el acompañamiento: Para poder reparar el daño en casos de violencias machistas es importante realizar un trabajo personal de sensibilización previa sobre el problema global de la socialización machista. Aquí facilitamos algunos recursos para el acompañamiento con perspectiva de género:



Acompañar con cariño y sin juicios: La ternura es revolucionaria. «Menos 'amiga date cuenta' y más 'amiga cuenta conmigo'»

Algunas de las razones por las que las supervivientes no cuentan a nadie la violencia que sufren son múltiples. En la [Guía de Recursos para familiares y amistades de supervivientes de violencia](#) de la Comisión para la Investigación de Malos Tratos a Mujeres (2005) exponen que versan desde el miedo a que las personas adultas subestimen lo que les ocurre; al temor de que no les den importancia; el creer que controlan (y controlarán) la situación; el miedo a tener que iniciar una acción judicial; los sentimientos contradictorios que genera la violencia psicológica; la vergüenza frente a la familia y amistades que muchas veces alertaron del comportamiento violento del agresor, puede ser muy duro; preocupaciones por su estado inmigratorio o el de su familia o el miedo a la reacción del agresor, entre otros. La socióloga Carmen Ruiz utiliza otra historia, además de la de Pepe y Pepa, la del experimento de la rana. El fin es concienciar sobre la culpabilización de la víctima, cuando le dicen que «la tonta es Pepa», por subir los escalones: se intenta meter a una rana viva en una olla de agua muy caliente, el animal huirá al instante. Si se mete con el agua a temperatura ambiente y se calienta poco a poco, la rana estará demasiado débil para huir cuando el agua vaya a hervir. «Aquí hay que apoyar a Pepa y poner la mano para que salte», afirma la socióloga. «O agarrarla, y sacarla». Vía El País (2017).

⁵⁹ Puede leerse completo en el siguiente enlace: https://verne.elpais.com/verne/2017/11/27/articulo/1511783569_920432.html

12

Actividad: Teatro Foro: Teatro de las oprimidas contra las violencias machistas**Tiempo estimado:** 45 minutos**Objetivo:**

- Concienciar y poner nombre a los diferentes mecanismos del maltrato psicológico.
- Crear estrategias que permitan construir relaciones de buen trato lejos de los mitos del amor expandidos y aprendidos socialmente, así como implementar la práctica artística y de expresión corporal como modos de transformación de la sociedad a través de la construcción de diálogos y pensamientos colectivos.
- Proponer alternativas por los buenos tratos desde la expresión teatral.
- Profundizar en dinámicas de control dentro de la pareja para su prevención.

Formato: teatro, conversatorio, reflexión

Desarrollo de la actividad: Crear un Teatro Foro* en el aula de concienciación de las violencias machistas (desde las menos visibles y difíciles de identificar hasta las más evidentes) y generar un espacio conjunto de deconstrucción de esos comportamientos, actitudes o patrones de conducta.

*Un Teatro Foro es una pieza teatral en la que se invita a las personas espectadoras a participar, no como meros receptoras pasivas, sino con un papel importante en la obra. Se presenta un problema (ligado a una opresión social) tratando de hacer visible de qué manera se produce e invitando al grupo a buscar soluciones. Consiste en realizar un teatro-foro, en la línea del Teatro de las Oprimidas ideado por Augusto Boal y basado en la pedagogía del oprimido de Paulo Freire. Tiene un fuerte potencial pedagógico basado en su naturaleza participativa con el público. El estudiantado pasa a ser espectadoras y actores. Se comienza explicando la dinámica al alumnado, dejando claro cuál es su papel y haciendo una breve introducción de lo que van a ver. Se elabora un guion con los materiales de esta guía, y representamos la obra dejando abierta la problemática social presentada (que en este caso sería la violencia de género) invitando a la clase a proponer posibles soluciones ante la misma y a representar esas soluciones en escena. Finalmente cerraremos con una serie de conclusiones y abriremos un turno de preguntas para contar con aprendizajes colectivos en los que todas las voces y necesidades presentes en el centro educativo se tengan en cuenta.

En el vídeo 'Creación de un Teatro Foro. 1ª Parte' de Mojo de Caña encontrarán un ejemplo práctico explicado para la facilitación de un Teatro Foro.



Esta actividad sigue la filosofía del [Teatro de las Oprimidas](#) que, como desarrollan en su página web, «surge como respuesta a la urgencia de construir formas de representación teatral que no culpabilizasen a las oprimidas por las opresiones que enfrentaban y de superar el individualismo del abordaje escénico de los conflictos. Es una investigación estética y política, que busca garantizar la inclusión de la estructura social en la puesta en escena y en el diálogo con el público».

La actividad que proponemos a continuación pretende repensar en grupo los patrones que repetimos en el ámbito de las relaciones de pareja que, muchas veces, tienen que ver con dinámicas que vamos heredando y aprendiendo desde las diferentes instituciones socializadoras. Para profundizar en esta idea, podemos ir al apartado «Deconstruir los mitos del amor romántico o 'amor Disney'» de la presente guía donde se recogen diferentes materiales literarios y audiovisuales.

Dos personas de la clase, con la previa facilitación de la persona tallerista, comienzan actuando con el guion de la micro-obra que facilitamos abajo y, una vez finalizado, se plantean una serie de cuestiones sobre una problemática concreta, que en este caso son las violencias machistas. Las personas espectadoras, una vez respondan, suben al escenario con su propuesta para terminar con ese problema social.

Pueden profundizar con [este vídeo de Lorena Pastor⁶⁰](#), docente del Departamento de Artes Escénicas (P. Universidad del Perú), en la que habla del teatro de las oprimidas: «Se presenta una obra de teatro en un momento de crisis, el protagonista debe encontrar la manera de resolver y solucionar el problema, la obra se detiene y se consulta al público cómo solucionarlo. Entonces los actores lo iban resolviendo poniendo estas sugerencias en escena, la obra se convertía en un espacio de aprendizaje y construcción conjunta». Otro proyecto que ha implementado la metodología del teatro-foro es *Dis-like⁶¹*, como podemos [ver en este vídeo](#) para profundizar.

Se pretende crear una adaptación teatral inspirada en un texto⁶² de Punk relacional (2022), un grupo de podcasters y activistas que trabajan en pro de aprender a «querer bonito».

La función se presenta en dos tiempos:

1. Se presenta el problema con el guion facilitado.
2. Se pregunta al público cómo puede solucionarse proponiendo alternativas e interpretan sus ideas.

Participantes: La idea es escoger a dos personas de la clase, que cada una haga de un miembro de la pareja e interprete la escena.

Guion propuesto para la parte 1 de la obra:

Escenario: Una pareja está hablando en el salón de su casa tomando un zumo de frutas. Ella anuncia que va a salir de casa con sus amigos, y se desarrolla la siguiente conversación:

Personaje 1. Marta: Bueno, cariño, voy a salir. ¡Te quiero!

Personaje 2. Gabriel:

Su novio, Gabriel, se queda mirando al suelo en silencio, suspirando y cada vez más nervioso, pero todo el rato sin decir una palabra y evitando todo tipo de contacto visual.

Tras ese largo silencio, preguntamos al alumnado si esta actitud de quitar la palabra o mantener silencios se repitiera reiteradas veces en la relación ¿estaría haciendo algo que tenga que ver con maltrato? (e indagamos en el castigo

⁶⁰ Vídeo sobre el creador del teatro de las oprimidas: https://www.youtube.com/watch?v=YIKHmIAdxJw&ab_channel=PUCP

⁶¹ Vídeo del Proyecto Dis-like desde dentro | Teatro Foro en acción: https://www.youtube.com/watch?v=Vv5cuJy5usc&ab_channel=ProyectoDis-like

⁶² Puede leerse el texto de las viñetas en este enlace: <https://www.instagram.com/punkrelacional/>

de silencio desestabilizador como una forma de violencia psicológica en las relaciones). Hay algunos estudios, como *'The Silent Treatment: Perceptions of its Behaviors and Associated Feelings'* de Kipling D. Williams, Wendelyn J. Shore y Jon E. Grahe, que identifican el silencio como castigo (dejar de hablar o ignorarle) como un tipo de violencia psicológica que trae fuertes consecuencias en la autoestima de la víctima. Dentro de una relación, suele denominarse 'la ley de hielo' cuando el silencio tiene como fin castigar o manipular al otro. En el reportaje *'Ley del hielo en las relaciones de pareja: qué es y por qué no hay que aplicarla'* de eldiario.es analizan este tipo de violencia psicológica con expertas en psicoterapia de pareja.

Personaje 1. ¿Qué pasa? ¿No quieres que vaya? ¡Dime algo!

Personaje 2.

Sigue el silencio de Gabriel como forma de manipulación psicológica, para que ella se sienta culpable por salir con sus amistades, ella se muestra cada vez más preocupada por esta actitud y, tras largos silencios, Gabriel responde:

Personaje 2. No me gusta que todo el tiempo salgas con tus amigos porque yo no sé qué es lo que hacen cuando están a solas y me preocupa que puedas estarme engañando. Por favor no salgas sin que esté yo presente.

Personaje 1. Comprendo tu sentir pero considero que la forma en que me estás diciendo las cosas tiene un tinte de reclamo, recriminación y chantaje, porque en lugar de concentrarte en gestionar tu sentir, estás tratando de imponerme una restricción sobre mis relaciones.

Personaje 2. Si me quisieras, me entenderías. Pero ya veo que te doy igual...

Volvemos a dirigirnos al público para preguntarles si esta vez está haciendo algo que tenga que ver con maltrato (e indagamos en la manipulación, victimización y chantaje emocional como formas de posible violencia psicológica en las relaciones). Para profundizar podemos reflexionar en grupo sobre el iceberg de violencias machistas y la escalera cíclica de la violencia (recogidas ambas en esta guía), en la que presenta el aislamiento, chantaje y culpabilización como posibles indicios de maltrato.

Personaje 1. No me parece justo que me hagas sentir mal por disfrutar de mi independencia y autonomía. Y quiero que comprendas que tengo derecho a salir con quien yo quiera sin que eso implique automáticamente un engaño hacia tu persona o hacia nuestra relación.

Se crea un largo e incómodo silencio

Personaje 2. Bueno, Marta, mira, tú sabrás. Encima, últimamente subes muchos selfis y parece que lo haces para que los tíos y tías te den me gusta.

Nos dirigimos al público para profundizar en el cibercontrol como un tipo de maltrato. Para ello, podemos apoyarnos en la página 19 de la guía *#YoNoCompartoViolencia de la psicóloga Ianire Estébanez*⁶³, con título «Cibercontrol. No respeto tu espacio».

Personaje 1. Pero ¿qué me estás diciendo? Creo que deberías pensar en lo que hay detrás de todo ese intento de control. Hay que trabajar en qué es lo que verdaderamente te molesta, te lastima o te inquieta. ¿El hecho de que yo tenga independencia y pueda salir con otras personas a divertirme sin incluirte o que tú no puedas controlar cada aspecto en mi vida?

Personaje 2. Creo que es una combinación de todo lo que mencionas pero, sobre todo, tengo miedo de perderte porque siento que conmigo no te diviertes tanto como con tus amigos. Pero bueno, tú sabrás lo que haces...

**rompe uno de los vasos que estaba sobre la mesa, vacío* (se puede interpretar con un vaso de plástico). Marta se va de la casa dando un portazo y con un malestar intenso en su pecho.*

En este momento paramos la obra y preguntamos al alumnado qué ha sucedido, y si pueden ponerle nombre a las conductas presentadas y a plantear alternativas, haciendo de actores y actrices para poner solución efectiva a la situación, guiando la explicación en torno a que esas actitudes forman parte del iceberg de las violencias machistas. El Emakunde (Instituto Vasco de las Mujeres) recuerda en EITB que «los casos de violencias machistas que salen a la luz son la punta del iceberg de un problema grave y estructural». Para poner palabras a lo que ha sucedido en esta escena podemos leer la definición de La Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género (2020:15) de la violencia ambiental: «Una forma de violencia psicológica que genera intimidación de manera indirecta utilizando todo aquello que quiere, ama, posee y tiene. Suelen ser conductas explosivas que generan miedo, sumisión y sufrimiento en la víctima, aunque no se realicen sobre su cuerpo, sino sobre lo que le rodea y sobre lo que es importante para ella».

Concluimos con reflexiones finales en torno a las violencias de género, desde las más sutiles como la emocional o psicológica hasta las más evidentes:

- ¿Qué aprendemos con esta obra de teatro y la situación planteada?
- ¿Ha hecho el personaje 2 (Gabriel) algo relacionado con el maltrato? ¿El qué?
- ¿Cómo creen que pueden prevenirse y trabajarse estas situaciones?

Al finalizar la actividad podemos imprimir y repartir la ficha de Estébanez 'Te quiero, pero no más que a mi vida: La construcción de nuevos modelos de amor'⁶⁴.

Algunos datos e infografías para profundizar tras el teatro de las oprimidas:

En esta infografía de la psicóloga forense Paula Delgado expresa que la violencia no es solo lo que se ve:

«Cuando hablamos de relaciones de violencia, parece que nos referimos solamente a aquellas en las que existen agresiones, físicas o psicológicas que son evidentes. Sin embargo, las dinámicas destructivas suelen comenzar mucho antes. Por regla general, el sentir que la otra persona no empatiza con nosotras y no valida nuestras emociones es el comienzo de algo que puede ir en aumento ¿Por qué? Porque esto va a conseguir que nos cuestionemos y que cada vez vayamos cediendo más espacio, a no ser que seamos capaces de poner límites o de salir de esa relación. Una vez que nuestra confianza en nosotras mismas ha bajado, para la otra persona va a ser más fácil ir aumentando el

⁶³ Acceso aquí a la guía sobre ciberviolencia en la etapa adolescente: https://www.juntadeandalucia.es/iamimages/FONDO_DOCUMENTAL/COEDUCACION/Guia-ciberviolencia.pdf.pdf

⁶⁴ Ficha disponible aquí: <http://minoviomecontrola.com/ianire-estebanez/Ponencia.Santiago-Te-quiero-pero-no-mas-que-a-mi-vida.-La-construccion-de-nuevos-modelos-de-amor.Ianire-Estebanez.pdf>

nivel de violencia ya que es habitual que se de un fenómeno que se llama indefensión aprendida. Este término define a la sensación de que haga lo que haga no puedo hacer nada para cambiar la situación, puede venir después de haber intentado negociar, confrontar e incluso irnos y que no haya dado resultado, ya que en ese momento a nuestro cerebro le resulta más fácil adaptarse al abuso que seguir luchando. Por eso, aunque desde fuera veamos claras las señales desde las humillaciones, a la persona le puede resultar difícil tomar acciones que le permitan parar esa situación. No depende de nuestra inteligencia ni de nuestras capacidades, sino de lo indefensas que nos sentimos en ese momento. Reconocer las primeras señales significa evitar que la situación empeore, además de entender que se pueden dar en cualquier ámbito (familiar, laboral, de pareja...), por eso, cuando somos tan pesadas con la gestión emocional y con pedir que nos validen y nos respeten desde el principio lo hacemos con un fin: prevenir el seguir ascendiendo en la pirámide de la violencia» (Delgado, 2021).



Violencia intragénero: una realidad invisibilizada

La violencia intragénero es aquella que se manifiesta en parejas o exparejas del mismo género. Las señales o indicios de que existe violencia intragénero son similares a las dadas en casos de violencia de género, pero interseccionan otros ejes como la edad, la clase social, la discapacidad o la raza entre otros. Anthony Carballo, de la [Asociación LGTBI+ 'Di-](#)

[versas Canarias](#)⁶⁵ declara que la violencia intragénero se produce dentro de las relaciones afectivo-sexuales, entre personas del mismo género, con el objetivo de establecer una asimetría de poder a través de la cual dominar y controlar a la pareja o expareja, tanto si existe convivencia como si no. Es fundamental conocerla para poder actuar frente a ella (Diversas, 2021). También recuerda que ésta se considera violencia doméstica y está regulada en los artículos 153.2 y 173.2 del Código Penal y que tienes disponible el teléfono de la asociación para asesorarte y acompañarte: 623431462. La abogada Charo Alises [ha publicado algunas guías con recursos de asistencia y atención ante estos casos](#).⁶⁶

13

Actividad: Poner palabras a la violencia y poner palabras al buentrato

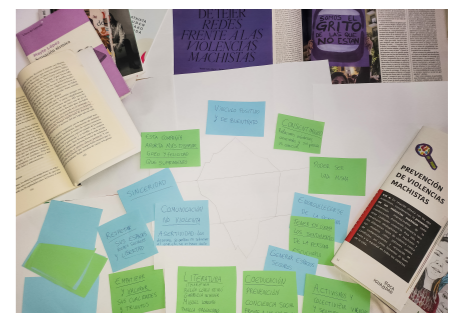
El primer paso para poder detectar y prevenir las violencias de género es poder ponerle palabras. Indica la psicoterapeuta Paola Fernández en la guía 'No la dejes sola' que la violencia de género en la pareja es un fenómeno complejo y que un primer paso consiste en conceptualizar lo que sucede. Solo así podremos comprender los indicios de violencias para prevenirla y contribuir a su erradicación. Para esta actividad proponemos crear un iceberg de violencias machistas: en la parte inferior se encuentran las más normalizadas e invisibilizadas, y arriba las violencias más visibles y explícitas. Podemos ayudarnos del iceberg recogido en el apartado 'Violencias machistas'. Proponemos una reflexión colectiva sobre cada aportación propuesta y nos preguntamos si añadiríamos alguna.



Actividad: Propuestas de amor del bueno

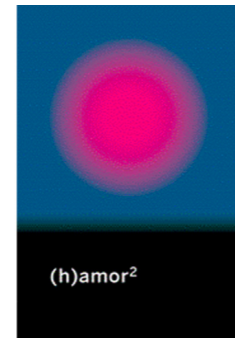
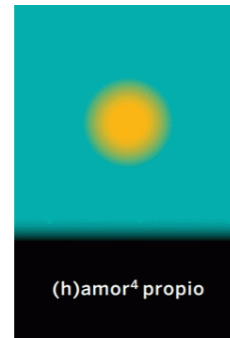
Una vez hayamos hecho la actividad alrededor de la conceptualización del iceberg de violencias, ya habremos indagado en lo que daña, pero ¿y qué es lo que nos suma?

En la prevención del maltrato es imprescindible fomentar el buen trato. Por ello, para esta actividad crearemos con el alumnado un mural colectivo, un iceberg con lo que sí queremos en una relación basada en los buenos tratos para construir en positivo el 'amor del buentrato', desde las pequeñas cosas que nos hacen bien hasta los aspectos que consideremos más importantes. Entre algunos ejemplos, podemos encontrar desde el consentimiento hasta la validación emocional, la escucha activa, la valoración y compañía. También la confianza, la ternura, la comunicación no violenta, el respeto de los espacios y el disfrute de los compartidos, así como el hecho de que las discusiones se centren en arreglar el problema (no en hacer daño) buscando soluciones y llegando a acuerdos igualitarios desde la empatía y la honestidad. Explica Fina Snaz, en su obra 'El buentrato como proyecto de vida' (2018) que, una vez conocido el problema del maltrato, es importante contar con metodologías constructivas que nos permitan establecer un modelo de convivencia desde y para el buentrato. Por esto, en la actividad se valorarán las cosas que sí queremos en nuestras relaciones.



⁶⁵ <https://diversascanarias.com/aproximacion-a-la-violencia-intragero-campana-de-sensibilizacion/>
⁶⁶ <https://www.juntadeandalucia.es/sites/default/files/2021-09/Violencia%20Intrag%C3%A9nero.pdf>

Literatura complementaria:



14

Actividad: Hacemos frente a la desinformación, los discursos de odio y los mitos sobre violencias machistas

Formato: Reflexión, presentación oral, verificación y bulos

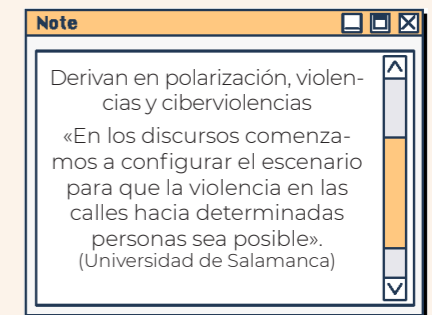
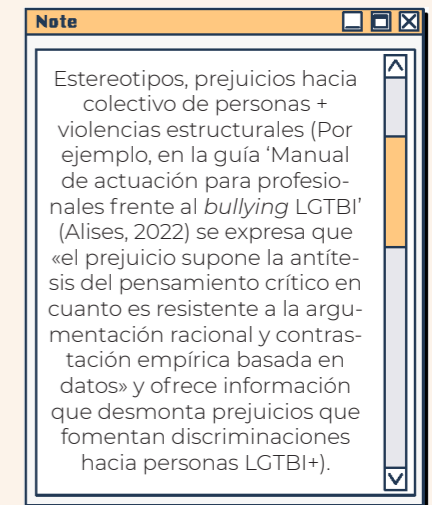
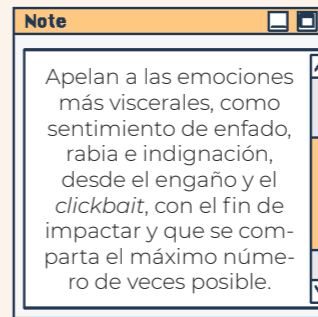
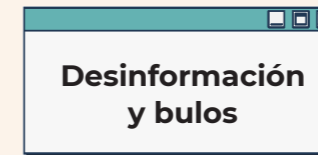
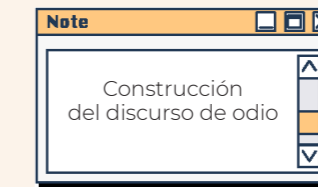
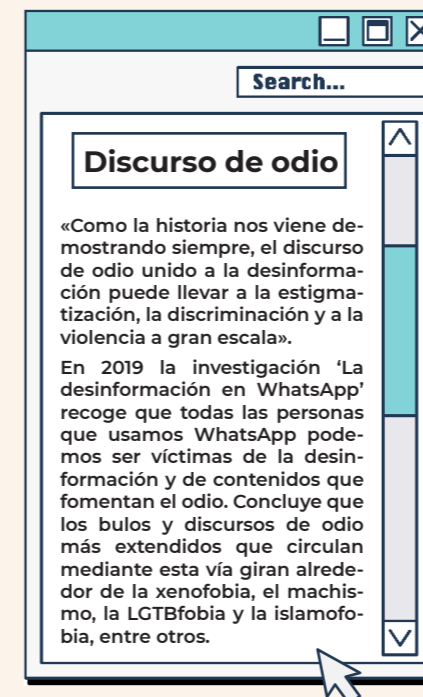
Objetivo:

- Desmontar bulos sobre las violencias machistas.
- Concienciar sobre la relación entre las noticias falsas y los discursos de odio.
- Ofrecer herramientas de *fact-checking* o verificación de noticias.
- Fomentar el pensamiento crítico con las informaciones en la red.

Aprender a desmontar la desinformación desde el aula: La desinformación y los bulos tienen una clara conexión con los discursos de odio dominantes. Los discursos de odio basan sus cimientos en la desinformación, los prejuicios y estereotipos hacia ciertas personas y colectivos. [Un 83% de la ciudadanía](https://www.newtral.es/espanoles-encuentra-a-menudo-noticias-falsas/20200228/)⁶⁷ afirma que se encuentra a menudo con noticias falsas o engañosas, según el último Eurobarómetro relativo a España. Asimismo, *Oxfam Intermón*⁶⁸ (2022) cuenta que [8 de cada 10 personas han escuchado bulos sobre las personas migrantes](https://www.oxfamintermon.org/es/nota-de-prensa/8-cada-10-personas-han-escuchado-bulos-personas-migrantes-discursos-odio): «El 80% de la población en España ha escuchado alguna vez un bulo sobre personas migrantes. Estos datos evidencian el gran alcance de la desinformación». Los bulos sobre violencias machistas, así como las discriminaciones LGTBIfobas o racistas, pueden combatirse. En este apartado encontrarás recursos disponibles para ello. Ante la desinformación, es fundamental el pensamiento crítico, cortar la cadena de la desinformación contrastando; contando con fuentes y datos verificados. En 2019 Greenpeace publica su investigación 'La desinformación en WhatsApp' donde se encuentran estrategias para resistir a la desinformación: «No quedarse en el titular, comprobar la URL de la noticia, desconfiar de las capturas o cadenas sin una fuente oficial son algunas de las prácticas que debemos incorporar».

⁶⁷ <https://www.newtral.es/espanoles-encuentra-a-menudo-noticias-falsas/20200228/>

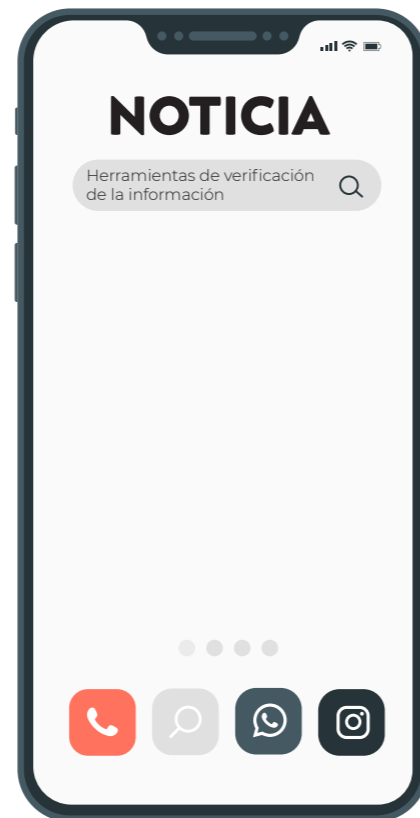
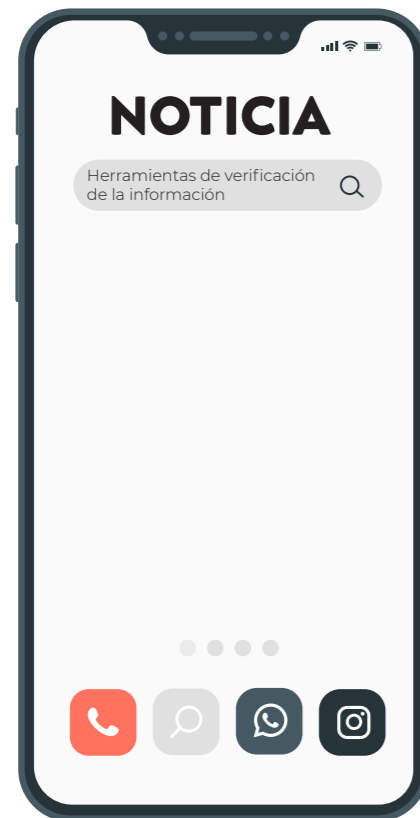
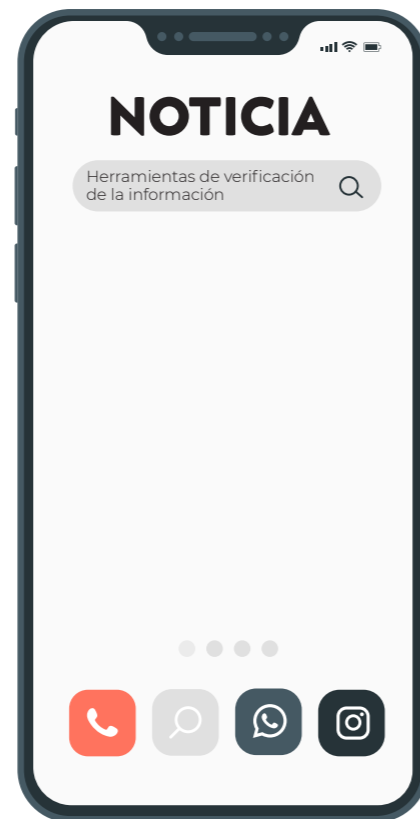
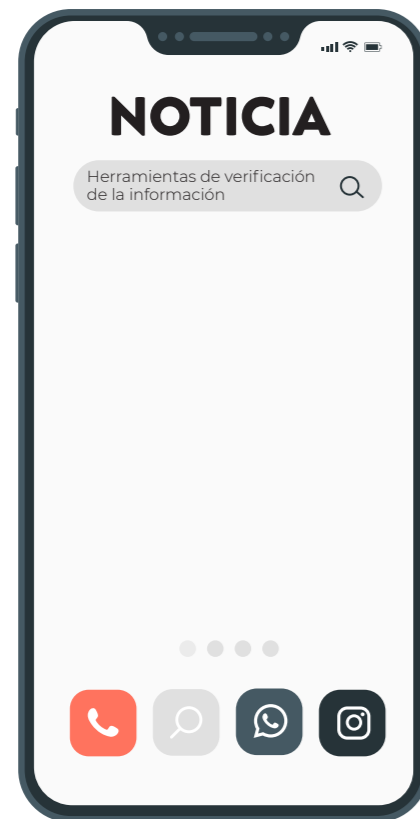
⁶⁸ «8 de cada 10 personas han escuchado bulos sobre las personas migrantes» (Oxfam, 2022) <https://www.oxfamintermon.org/es/nota-de-prensa/8-cada-10-personas-han-escuchado-bulos-personas-migrantes-discursos-odio>



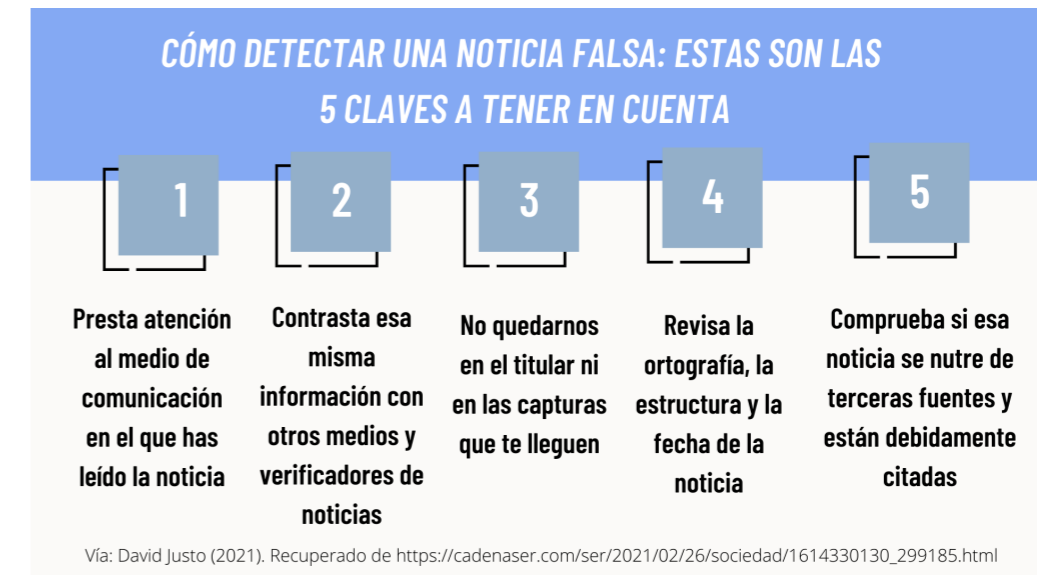
Via: <https://www.un.org/es/hate-speech/understanding-hate-speech/hate-speech-and-real-harm>
<https://es.greenpeace.org/es/en-profundidad/asi-funciona-la-desinformacion-en-whatsapp/nuestro-estudio/>

Desarrollo de la actividad: Recortamos folios con forma de teléfono móvil como la ficha facilitada en esta actividad y los repartimos al alumnado. En la parte superior de la 'pantalla' aparece una noticia falsa (para elegirla podemos escoger alguno de los bulos que más se estén difundiendo en ese momento sobre la temática que queramos trabajar: racismo, machismo, clasismo, etc.) y el alumnado tiene que escribir justo debajo cómo identificaría y verificaría esa información. La actividad se hace en grupos de dos o tres personas y juntas van encontrando estrategias para hacer frente a la desinformación. Finalmente deberán hacer una exposición para poner en común los recursos. Escriben en el móvil de papel sus mecanismos de verificación de la información y responden a la pregunta '¿Cómo harías frente a la desinformación?'. Tras hacer una revisión de diversas fuentes con sus dispositivos móviles u ordenadores, cada persona escribe en su ficha:

1. El paso a paso de qué fue lo que hizo para verificar los datos dados en la noticia.
2. A qué fuentes consultaron y por qué les resultaron fiables.
3. En qué se fijó del cuerpo de la noticia para verificar los datos.
4. Si sabe quién es la persona que escribió la noticia y cuál es la fecha de publicación.
5. Si conoce la línea editorial del medio de comunicación en el que se ha publicado.
6. Si es un bulo, ¿conecta esa desinformación con algún discurso de odio? ¿Con cuál? ¿De qué manera? (Por ejemplo, según los datos extraídos del [Barómetro de la desinformación y los discursos de odio frente a personas migrantes](https://www.oxfamintermon.org/es/nota-de-prensa/8-cada-10-personas-han-escuchado-bulos-personas-migrantes-discursos-odio), el 80% de la población española ha escuchado alguna vez un bulo sobre personas migrantes, lo que puede fomentar las creencias xenófobas y racistas.)



Después de que cada estudiante haya escrito su propuesta, le invitamos a compartirla en voz alta con el resto del grupo y facilitamos diferentes [tips de verificación para identificar bulos](#)⁶⁹ y discursos de odio.



Aquí les facilitamos algunas plataformas, información y verificadores de noticias disponibles:

- **La IFCN es la red internacional contra los bulos.** El equipo de periodistas de Neutral fue el primer signatario en España, en 2017, de la red internacional de verificadores [Fact-checking Network](#) (IFCN). El texto de Noemí López Trujillo para este mismo medio, con título [‘Cuando los bulos se convierten en un “arma para la des-humanización de las personas trans”](#)’, indaga en los bulos más frecuentes sobre las personas trans y sus daños. Sobre ello, el colectivo La Intersección, como parte de su investigación para plantear su campaña colectiva de apoyo a las personas trans, concluye que [el odio está muy coordinado, pero no es mayoría](#)⁷⁰. Este mismo colectivo propone estrategias para fomentar los buenos tratos en la red con su iniciativa [‘Cómo impedir que el odio avance en redes: la estrategia del no casito’](#) donde encontraremos cartelería con este modus operandi: «La próxima vez que veas un tuit racista, en lugar de compartirlo, dedica ese tuit a dar visibilidad a colectivos antirracistas, personas racializadas y proyectos en favor de la diversidad, así no favoreces el *engagement* de las cuentas que fomentan el odio y apoyas a quienes hacen por el bien común».
- [Frente a los bulos, periodismo para que no te la cuelen | Maldita.es](#)⁷¹: Plataforma digital que crea herramientas periodísticas para frenar las noticias falsas mediante un proceso de verificación múltiple.
- [Verifica RTVE: «Ni roban el trabajo ni las ayudas: claves para detectar bulos económicos contra inmigrantes»](#)⁷² (2022): cuentan con una línea de Whatsapp 659800555 de verificación de la información.

⁶⁹ Cómo detectar una noticia falsa: estas son las 5 claves que debes tener en cuenta: https://cadenaser.com/ser/2021/02/26/sociedad/1614330130_299185.html

⁷⁰ La Intersección: Análisis de narrativas de odio: <https://lainterseccion.net/narrativas/analisis-de-narrativas-trans>

⁷¹ Maldito bulo: <https://maldita.es/buscar/violencia%20machista>

⁷² RTVE Verifica: Claves para detectar bulos sobre personas migrantes

<https://www.rtve.es/noticias/20210416/claves-detectar-bulos-economicos-contra-inmigrantes/2086261.shtml>

- [EFE VERIFICA, el servicio contra la desinformación](#)⁷³: Se comprueba la veracidad de contenidos y mensajes que se viralizan en internet o se difunden ampliamente en el discurso público. Explican y contextualizan. Las verificaciones se basan en el análisis de hechos y datos.
- La herramienta de Google «buscar por imágenes» para corroborar si la información que nos está llegando es verídica o si, por el contrario, difunde imágenes que no corresponden al suceso. También contamos con la herramienta de «buscar con Lens» que nos llevará a las páginas de Internet de donde proceda originalmente.
- En la web oficial de la Unión Europea⁷⁴ puedes encontrar materiales didácticos para detectar y combatir la desinformación.

Proyectamos los siguientes vídeos:

- 1) [‘Cinco mitos de la violencia machista desmontados en menos de tres minutos’](#) de eldiario.es y vamos al siguiente apartado en el que se recogen estudios que desmontan las noticias falsas que se repiten cada año en torno a las violencias machistas y fomentan el negacionismo, creencias falsas y la desinformación.
- 2) [¿Qué es y cómo nos afecta la desinformación?](#) de Artículo19, organización independiente que promueve el avance de los derechos de libertad de expresión y acceso a la información de todas las personas, de acuerdo a los más altos estándares internacionales de derechos humanos, aseguran que las mentiras enganchan porque apelan a nuestras emociones y que es importante contar con herramientas para combatir la desinformación.

Mitos y estudios:

- «La mayoría de los agresores machistas o quienes cometen feminicidios en España son migrantes».

La creencia que las personas más violentas «son las de fuera» es una narrativa errónea que fomenta el odio hacia las personas migrantes (y que conecta con la discriminación xenófoba y racista), pues los datos avalan que casi un 70% de los agresores (el 69,57%) habían nacido en España⁷⁵.

- «La mayoría de las denuncias por violencias machistas son falsas».

Por un lado, los datos de la [Fiscalía General del Estado](#)⁷⁶ avalan que son solo un 0,004% de las denuncias. Además, una de las características de este tipo de violencia es que la mayoría de víctimas o no denuncia o tarda una media de 8 años y 8 meses en hacerlo, ascendiendo esta cifra hasta 11 años en el caso de Canarias según [el estudio sobre el tiempo que tardan las víctimas de violencia de género en verbalizar su situación de la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género](#) (2019)⁷⁷. Frente al discurso culpabilizador de la

⁷³ Efe Verifica: Violencias Machistas <https://verifica.efe.com/?s=violencia+machista>

⁷⁴ Unión Europea: Detectar y combatir desinformación

https://learning-corner.learning.europa.eu/learning-materials/spot-and-fight-disinformation_es

⁷⁵ Puede consultarse aquí el boletín estadístico del año 2020:

https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/boletines/boletinAnual/docs/Boletin_estadistico_anual_2020_df.pdf

⁷⁶ https://www.fiscal.es/memorias/memoria2021/FISCALIA_SITE/index.html

⁷⁷ Puede consultarse aquí el estudio Estudio sobre el tiempo que tardan las mujeres víctimas de violencia de género en verbalizar su situación coordinado por la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género: https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/investigaciones/2019/pdfs/Estudio_Tiempo_Denuncia4.pdf

víctima, es importante conocer los datos. Si se tarda una media de 8 años y 8 meses en denunciar, tal vez sería interesante pararnos a analizar qué sucede para que resulte tan complejo salir de una situación así. Desde la dificultad de reconocer como violencias las agresiones que forman la parte no visible del iceberg de la violencia de género hasta el miedo, el juicio ajeno o la propia desconfianza a que haya una protección y reparación real en el proceso judicial. Para comprender mejor la complejidad del ciclo de las violencias de género podemos aproximarnos a los análisis de la psicóloga Leonore Walker, que en 1979 estudió las fases por las que se pasan en una relación de maltrato y desarrolló una explicación de los ciclos de la violencia machista. Los acuñó como *Cycle of abuse* y están compuestos, principalmente, por tres fases: acumulación de la tensión, agresión y luna de miel. Las creencias e imaginarios colectivos machistas que culpabilizan en lugar de acompañar y caminar de la mano hacia una reparación del daño tampoco ayudan.

Desmontemos estas creencias machistas ¡por colectivizar la ternura, los buenos tratos, trabajar las creencias machistas desde la raíz y recuperar el derecho a disfrutar una vida libre de violencias!

«La juventud es cada vez más machista. Antes las relaciones eran más sanas»

Muchas veces se repiten ciertos prejuicios y estereotipos hacia la juventud desde una mirada de condescendencia. Esto es lo que se conoce como adultismo. En cambio, [el último informe de juventud en España publicado por Injuve](#) (2020)⁷⁸, expone: «No todo tiempo pasado fue mejor. A pesar de la frecuente criminalización de los jóvenes, nos encontramos ante una juventud que es más responsable y comprometida [...] Así lo demuestra el informe que recoge que 9 de cada 10 mujeres jóvenes y casi 8 de cada 10 hombres consideran que la violencia de género es uno de los problemas sociales más importantes».

→ En 2019 la [Fundación Telefónica alertaba sobre los peligros del DeepFake](#), una técnica que permite, entre otras cosas, difundir noticias falsas en formato audiovisual a través de la inteligencia artificial: «Mediante una serie de algoritmos, que se conocen como modelos generativos, son capaces de generar expresiones y gestos faciales para simular intencionadamente discursos que no existen». Un ejemplo de ello es el [vídeo elaborado por el actor y director de cine Jordan Peele](#)⁷⁹, quien demostraba lo fácil que es manipular un mensaje con esta técnica en redes sociales.

Actividad para desmontar noticias falsas en torno a violencias machistas:

Consiste en realizar un juego de ‘verdadero’ y ‘falso’ en el aula, con los objetivos de fomentar la capacidad crítica frente a los bulos difundidos por diversos medios y mensajes de odio. Podemos acceder al siguiente enlace <https://wordwall.net/> y crear nuestro propio cuestionario con esta herramienta a partir de los materiales facilitados en la presente guía.

Herramientas para crear nuestros propios juegos de aprendizaje:

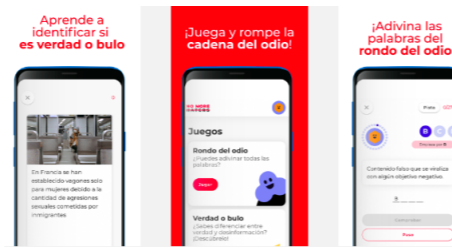
- **Wordwall:** herramienta para crear actividades interactivas y tus propios recursos de enseñanza con juegos.
- **Kahoot!** herramienta interactiva de aprendizaje de forma muy dinámica.
- **Quizizz:** creación de cuestionarios y presentaciones de manera gamificada.

⁷⁸ Informe juventud en España 2020: http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2021/03/informe_juventud_espana_2020.pdf

⁷⁹ Puede verse aquí: https://www.youtube.com/watch?v=cQ54GDm1eL0&ab_channel=BuzzFeedVideo

Juegos para hacer frente a la desinformación:

- [El juego No More Haters frente a la desinformación](#) y los discursos de odio en Internet. Se trata de una aplicación con tres juegos diferentes dirigidos a juventud de entre 14 y 29 años para que sean conscientes de la importancia de generar discursos responsables libres de odio, basados en la inclusión y en el respeto. En este vídeo se explica la iniciativa: [Campaña #NoMoreHaters: Spot completo 40"](#).
- [El juego de la campaña «frena, verifica, comparte» | Escape Room ¿Sabes reconocer la desinformación?](#) de Maldita con Oxfam Intermón, un juego disponible y accesible *online* para, de una manera divertida, frenar la desinformación y los discursos de odio que se propagan dentro y fuera de la red.



Un aspecto a tener en cuenta en nuestro tratamiento de la información, además de contrastar las fuentes de las que procede y contar con criterios científicos (en casos de valorar la validez de los estudios citados), son los propios sesgos. Entre algunos sesgos cognitivos a tener presentes a la hora de comprobar la veracidad de la información nos encontramos desde el sesgo de confirmación, por el que se tiende a creer antes una información que confirma nuestras creencias sin llegar a contrastarla y que puede dificultar ampliar la propia mirada, hasta el efecto Dunning-Kruger, que consiste en considerarse experto/a en un tema tras informarse de manera superficial y pese a contar con escasos conocimientos sobre ello. Donna Haraway habla de conocimientos situados para identificar el lugar desde el que se conoce y se aprende. Este enfoque puede servirnos para identificar los propios sesgos que tenemos las personas en base al propio contexto sociocultural y, así, minimizar su impacto en la medida de lo posible.

La desinformación consiste en ofrecer datos erróneos, muchas veces de manera malintencionada, que suelen fomentar discursos de odio. Apela a las emociones más viscerales como sentimiento de enfado, rabia e indignación, con el fin de impactar y que se comparta el máximo número de veces posible. En el [vídeo](#)⁸⁰ 'Noticias falsas y discursos de odio. Claves para entender el mundo que viene' de la Universidad de Salamanca, citan estudios científicos que exponen los riesgos de la propagación por redes sociales de discursos de odio y noticias falsas, que son el antecedente directo de los crímenes de odio: «En los discursos comenzamos a configurar el escenario para que la violencia en las calles hacia determinadas personas sea posible».

Tras hacer un breve repaso por las herramientas de verificación de contenidos o fact-checking con las que contamos, a continuación les compartimos estudios, portales de estadística e informes que desmontan algunos de los bulos sexistas, racistas o adultistas (entre

otros) que siguen presentes tanto en el espacio virtual como en la sociedad en general y a partir de los que, muchas veces, se fomentan determinados discursos de odio.

15

Actividad: Comentario de texto periodístico de prevención de las violencias machistas

Formato: Comentario de texto, literatura

Objetivos:

- El objetivo del comentario es el de explicar el contenido del texto y sintetizarlo, así como realizar una reflexión conjunta posterior sobre el mismo.
- Incentivar el interés por la literatura, pues el texto hace un recorrido por la literatura de autoras relevantes en la prevención de violencias machistas como Mayte López, Nerea Barjola, bell hooks, Belén López Peiró y Laura Latorre, entre otras.
- Fomentar el pensamiento crítico y de análisis de textos periodísticos.
- Acercar recursos culturales de prevención y actuación frente a las violencias machistas.

Desarrollo de la actividad: Leer y analizar el reportaje periodístico ['La importancia de tejer redes frente a las violencias machistas'](#)⁸¹ (El Salto, 2022) y realizar un comentario de texto sobre la temática. Para ello puede complementarse con esta [infografía de Amnistía Internacional](#) que explica el 'Iceberg de las violencias machistas', así como las diferentes guías y recursos literarios recogidos en el mismo reportaje. Es importante dar a conocer al alumnado el iceberg de las violencias machistas con el fin de comprender que, para que suceda un feminicidio, ha habido antes toda una estructura machista basada en la desigualdad y que las violencias van más allá de los golpes.

En el documento 'Guion para el comentario de un texto periodístico'⁸² (Gobierno de Canarias, 2015) explican cómo desarrollar un comentario de texto de un artículo periodístico. Para escribir un comentario de un reportaje periodístico puedes seguir un guión similar al del texto de opinión, pero con algunas diferencias. Al igual que en el comentario de texto de un artículo de opinión, en este caso se precisa identificar y explicar tanto los aspectos generales como el contenido y la forma del texto. Se comienza con una explicación de la tipología textual. En este caso estamos ante un reportaje periodístico. Continuamos con un resumen del contenido y una síntesis de la idea o ideas centrales del reportaje. En el apartado 'análisis del contenido' revelan que es preciso desgranar los diferentes elementos de comunicación empleados y las funciones del lenguaje. Aquí se debe analizar la calidad de las fuentes de información recogidas y la información del cuerpo del artículo. Seguimos con una contextualización del tema que se desarrolla, luego con la tesis argumentativa, así como un análisis de esos argumentos. Después un breve análisis de la estructura y, finalmente, terminar con una conclusión de cierre que incluya el propio posicionamiento frente al tema. Cuando todas las personas tengan su comentario de texto, podemos crear un 'collage de ideas' con lo que cada integrante del grupo considerara más relevante, valorando todas las aportaciones e inquietudes, y con propuestas de libros sobre el tema, bien los que se citan en el artículo o bien otros que les resulten útiles.

⁸⁰ Puede verse aquí: https://www.youtube.com/watch?v=TayAmXX8okg&ab_channel=UniversidaddeSalamanca

⁸¹ Acceso al reportaje: <https://www.elsaltodiario.com/violencia-machista/importancia-tejer-redes-frente-violencias-machistas>

⁸² Aunque en este documento especifican cómo realizar el comentario de texto para un artículo de opinión, y en este caso estamos ante un reportaje periodístico, puede servirnos como base orientativa: <https://www3.gobiernodecanarias.org/mendoza/ecoblog/jperherf/files/2015/05/guion-comentario-periodistico.pdf>

Literatura de la pieza frente a las violencias machistas:



16

Actividad: Deconstruir los mitos del 'amor Disney'.

«Cuando dos corazones están cerca, su lenguaje es el susurro; pero si están lejos se gritan, porque no se escuchan»

Proverbio maya citado por Pamela Palenciano en su monólogo 'No solo duelen los golpes'.

Formato: Audiovisual, conversatorio, reflexión

Objetivos: Concienciar sobre los mitos del 'amor Disney' y ofrecer herramientas para vincularnos de manera sana

Desarrollo de la actividad: El imaginario colectivo está cargado de mitos alrededor del amor que vamos heredando de generación en generación y que, como veremos a continuación, puede generar sufrimiento e, incluso, dificultarnos el poder salir de relaciones abusivas. Para acompañar a la juventud a pensar los afectos, sería interesante acercar la literatura y contenido audiovisual de diversas investigadoras y escritoras que han ahondado en cómo nos relacionamos desde la sociología, los estudios de género y la investigación social. Para detectar casos de violencias en el ámbito de la pareja, es importante desmontar ciertas creencias asociadas sobre el 'amor Disney' que, como veremos a continuación, romantizan dinámicas como el control o el aislamiento. En este apartado nos centraremos, principalmente, en las aportaciones de Vasallo, Coll y hooks. Para ello acercamos al alumnado los siguientes contenidos:

El reportaje «El lenguaje del amor» con Brigitte Vasallo⁸³ para el programa Deslenguados de La 2 de TVE (2021) en el que explica qué es el «amor Disney» y cuáles son sus problemáticas a la hora de relacionarnos con otras personas: «Nos hace la vida más difícil, nos genera muchas violencias y nos atrapa en una cosa que no nos hace bien».

El vídeo 'Desmontamos el amor Disney con Brigitte Vasallo'⁸⁴ para Playground en el que la escritora e investigadora expone que:

«El amor Disney, si seguimos el recorrido de cualquier cuento clásico, se basa en la chica buena rodeada de mujeres horribles, malas, feas y enemigas que será sacada de esa comunidad de mujeres por un señor de clase más alta que la



Vía: Playground YouTube

encerrará en un castillo. A partir de este resumen, ya podemos hablar de todo lo demás».

Cuenta que a partir de este relato jerarquizamos las relaciones, aprendemos que el amor es ciego y que para salir de las violencias tenemos que desmontar la jerarquía y que la relación con nuestras amigas y otras relaciones cobren peso en nuestra vida, sin dejarlas a un lado: «Si generásemos auténticas redes afectivas y formas sociales de querernos y relacionarnos más allá del vínculo familiar o de la pareja, estaríamos mucho más protegidas [...] Lo que me interesa son las dinámicas relacionales sin violencia, no la cantidad de personas que estén implicadas».

Podemos trabajar mitos del amor Disney en el apartado '[Pedagogía de los cuidados: El mito del amor romántico, generador de violencia de InteRed⁸⁵](#)'. En esta plataforma recogen contenido coeducativo y vídeos con los que poder trabajarlos con el estudiantado.

- mito de «quien te quiere te hará sufrir» o creer que «el amor todo lo puede», son mitos muy presentes en la sociedad que dificultan salir de situaciones de abuso y maltrato y hace que muchas queden atrapadas en la relación.
- mito de que el amor todo lo puede o que cambiarás a la otra persona por amor (por muy mal que te esté tratando).

El fanzine de Elisa Coll 'Mitos del amor romántico: causas, consecuencias y alternativas'⁸⁶ (2019) en el que, entre otros mitos que nos dificultan establecer relaciones de amor sano y no opresivo, se trabajan algunos de los siguientes:

- La omnipotencia del amor: creencia de que el 'amor verdadero' todo lo puede, lo aguanta, lo perdona y justifica, pase lo que pase. Es un mito que puede dificultarnos salir de relaciones en las que hay maltrato.
- El control es una demostración de que te quiere de verdad.
- El amor es imposible de controlar e implica dolor.
- Tenemos una media naranja: no puedes abandonar al «amor de tu vida» porque estás destinada a estar con él. Es tu media naranja y ninguna otra persona podrá entenderte o quererte tanto. Es imposible que seas una persona completa y feliz sin él.
- El amor verdadero lo aguanta y lo perdona todo: Los malos tratos son perdonables si él te quiere, o si se arrepiente y te pide perdón aunque se repitan. Tú debes ser comprensiva y perdonarle, porque en eso consiste el amor.
- Quien bien te quiere, te hará llorar: el amor implica sufrimiento.
- **Mito de la friendzone⁸⁷:** considerar que por el hecho de tratar bien a una persona, ésta contrae un tipo de deuda contigo.
- **Mito de penélope: esperar 'por amor'⁸⁸** a que llegue, esperar a que cambie y me quiera para siempre. Mito analizado a partir de La Odisea.

⁸⁵ Guía de InteRed completa:

<https://www.intered.org/pedagogiadelos cuidados/es/2018/11/27/el-mito-del-amor-romantico-generador-de-violencia/>

⁸⁶ <https://mitosamorromantico.wixsite.com/fanzine/conseguir-el-fanzine>

⁸⁷ ¿Por qué lo llaman 'friendzone' cuando deberían llamarlo «machismo»? <https://blogs.20minutos.es/el-blog-de-lilih-blue/2018/03/09/por-que-lo-llaman-friendzone-cuando-deberian-llamarlo-machismo/>

⁸⁸ Leer el texto sobre el mito de Penélope: <https://lamenteesmaravillosa.com/penelope-el-mito-de-la-mujer-que-espera-para-siempre/>

⁸³ Reportaje completo: https://www.youtube.com/watch?v=AdT8vE76yPc&t=1s&ab_channel=La2

⁸⁴ Vídeo completo de Brigitte Vasallo con Anna Pacheco para Playground:

https://www.youtube.com/watch?v=YcL_pJJZhu0&t=153s&ab_channel=Playground

A partir de la lectura de [este fanzine](#)⁸⁹, en el que se recoge que «Para comprender el papel que juega el amor romántico en situaciones de violencia en la pareja hombre-mujer, es preciso recordar que la violencia de género siempre se produce de forma gradual. Es decir, la causa de un pequeño comentario machista y de una agresión física es la misma: ambas son escalones distintos de la misma escalera». Nos centramos en [la página 43](#), en la que Coll se centra en las alternativas basadas en poder contar con una red de cuidados que nos acompañen y alejarnos de la idea de que «sin pareja, estamos solas»:

«Las amistades son ese terreno firme al que podemos saltar cuando se hunde el suelo bajo nuestros pies, quienes forman una red horizontal como resistencia ante las violencias que sólo pueden darse verticalmente. ¿No sería fantástico que construyéramos así todas nuestras relaciones? (Elisa Coll, 2019:43).



Del mito del amor romántico a la violencia de género:⁹⁰ «Se ha demostrado la importancia otorgada en nuestro entorno al modelo de amor romántico, la aceptación de los mitos al respecto y, al mismo tiempo, está teóricamente establecido el papel de dichos mitos en el mantenimiento de las relaciones de pareja violentas [...] Se precisa mejorar la sensibilización social hacia las violencias machistas en la pareja en sus formas más encubiertas y hacia el papel desempeñado en ella por el modelo de amor romántico imperante. Y todo ello con el fin último de establecer pautas que permitan redefinir ciertos aspectos de la relación de pareja y del amor para llegar a unas relaciones sentimentales más igualitarias y satisfactorias» (Bosh; Ferrer, 2007).

17

Actividad: Árbol de la vida: narrativas colectivas frente a la violencia

Propuesta: Cecilia González, psicóloga **Ilustración:** Lourdes Rodríguez

Formato: Ficha y escritura, reflexión

Objetivo: Fomentar los buenos tratos, la empatía y prevenir el acoso a partir del 'Árbol de la vida'. Fortalecer el autoconocimiento, los límites saludables y la autoestima.

Desarrollo de la actividad: La psicóloga Cecilia González, con un máster en Terapias Narrativas, explica que el árbol de la vida es un muy buen recurso desde un enfoque narrativo colectivo. Se creó sobre todo para trabajar en contextos donde minorías habían sufrido violencias. Desde las prácticas narrativas que nacen con White y Epston, se entiende cómo las personas dan sentido a sus vidas a través de los relatos que hacen de las experiencias vividas, formando así su identidad. Este ejercicio permite visibilizar las habilidades, destrezas, esperanzas, sueños y valores (entre otros aspectos) de cada una de las participantes. Se ha demostrado que, trabajándolo con adolescentes, salen a relucir muchos recursos internos alejados de la violencia. Por eso es una herramienta muy valiosa, además de ser una actividad muy visual. Desentierra historias acerca de ti que creías que no las tenías bajo la premisa «el problema es el problema, y la persona es la persona». Por eso es una buena herramienta. Sobre ello, el psicólogo C. Chimpén

([psyciencia](#)⁹¹, 2013) indica que este ejercicio se puede realizar como una forma de acompañar a la juventud en este viaje de redescubrimiento de sus valores y de reconexión con las personas relevantes en sus vidas. Según su metodología de trabajo, las relaciones interpersonales deben ocupar un lugar central en el proceso educativo. Lo aplicó a una clase de 4º E.S.O para prevenir la violencia con el objetivo de «rescatar y resaltar las capacidades y los conocimientos de la adolescencia para que se sientan fuertes y para enfrentarse con éxito a ese tipo de situaciones», pues el árbol de la vida funciona como metáfora de los elementos significativos de la vida. Con los recursos que cada uno aportó de manera individual, formaron un conjunto de valores y consiguieron cumplir otro objetivo fundamental de nuestra intervención: formar comunidad y conseguir unidad en la diversidad (Freire, 1994)».

La actividad consiste en rellenar las partes del árbol de la siguiente página de este modo:

Raíces: aquí escribimos nuestros orígenes, tanto familiares como de la propia historia, ancestros, aquellas personas que nos aportan aprendizaje y acompañamiento en la vida.

Tierra: aquí nos centramos en el presente, qué nos gusta hacer, nuestros intereses y actividades, lo que hago actualmente, qué es lo que me llena.

Tronco: habilidades, destrezas, conocimientos y lo que valoro de mí. Habilidades para cuidar de las demás personas, mis valores, qué se me da bien, actos de buen trato... Es importante poder tener este reconocimiento propio.

Ramas: Sueños, objetivos realistas, esperanzas, propósitos y metas futuras. Escribir la dirección a la que quiero llegar en mi vida.

Hojas: personas que son importantes para mí. Qué cualidades tienen que valoro y por qué

Frutos: Logros y cosas de mi vida que me hacen sentir bien, qué me gusta recibir de otras personas y con qué aspectos o logros de mi vida siento orgullo.

Tras rellenarlo, los pegamos en un mural con título «bosque de la vida». Explican M. Campillo y E. Villegas (2015) que este proceso de colectivización «hace visibles las historias de las acciones, interacciones, significados y conocimientos que forman parte de la respuesta que hasta ahora no había sido contada ante la violencia y la opresión, lo cual forma parte de las habilidades rescatadas y ahora compartidas grupalmente»

⁸⁹ 'Mitos del amor romántico: causas, consecuencias y alternativas' de Elisa Coll y Gema Marín: https://cb9f8103-75ab-4f99-be66-4931d4779b80.filesusr.com/ugd/d8d86d_22f59430f9c24c84a4cbe679dd9ace65.pdf

⁹⁰ Véase en: <https://www.inmujeres.gob.es/publicacioneselectronicas/documentacion/Documentos/DF0055.pdf>

⁹¹ <https://www.psyciencia.com/de-la-terapia-narrativa-familiar-a-las-practicas-narrativas-colectivas/>

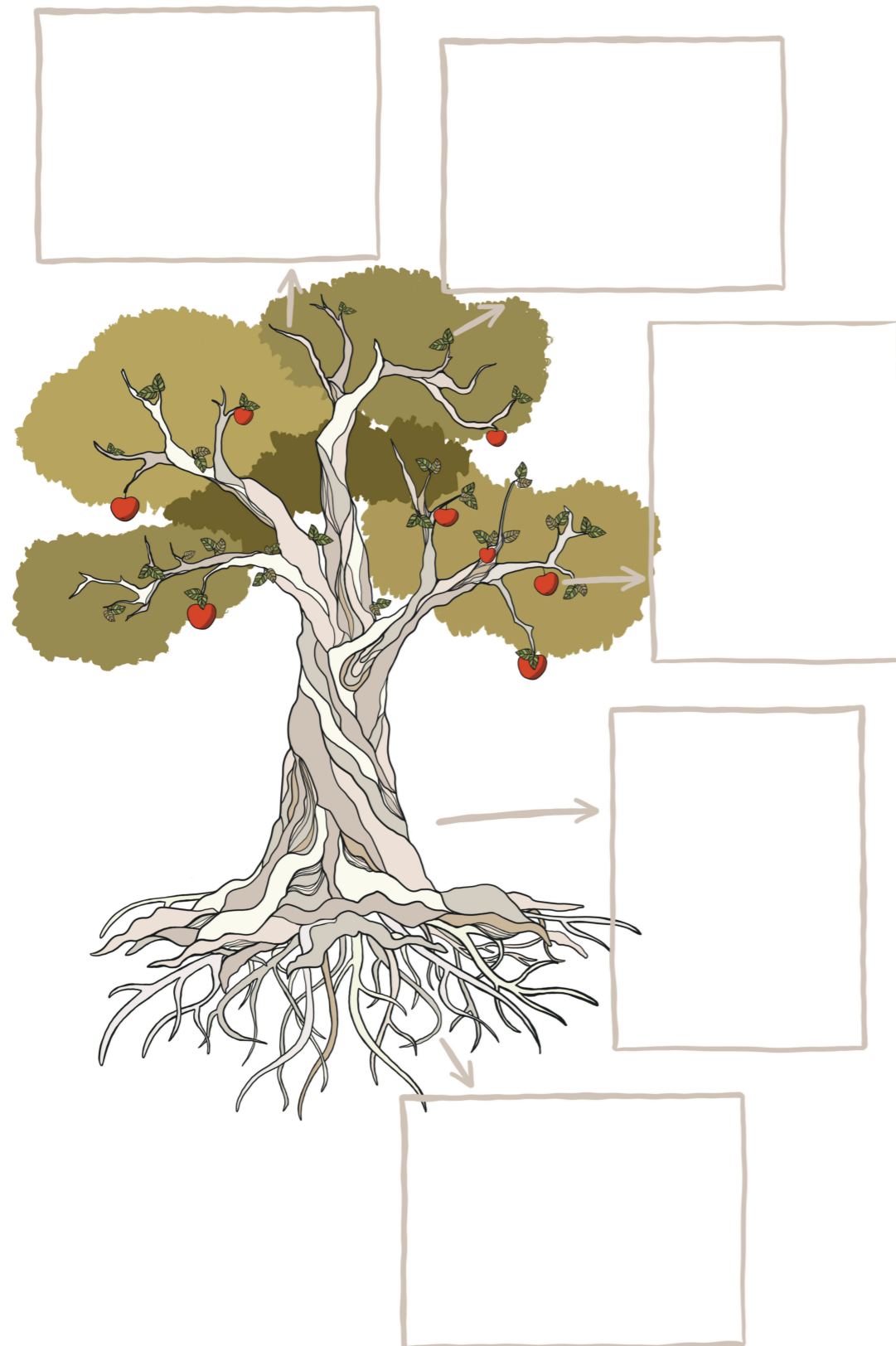
18

Actividad: Consentimiento y deseo frente a las violencias sexuales**Formato:** Audiovisual, conversatorio, reflexión**Objetivo:** Profundizar en los términos consentimiento y deseo para prevenir las violencias sexuales.**Desarrollo de la actividad:**

La actividad consiste en proyectar el vídeo '[Consentimiento Sexual Explicado con Te \[doblaje español\]](#)' con el objetivo de reflexionar sobre el consentimiento:

—El consentimiento debe estar presente siempre, se puede anular en cualquier momento de un encuentro y debe ser respetado por la otra persona.

(Consejería de Salud de Asturias, 2021:56-62).



Tras la visualización, la actividad consiste en crear un turno de preguntas y un conversatorio tratando de abordar los estereotipos de género, la violencia sexual y el consentimiento. Previamente a la creación de ese espacio en el aula, profundizamos en las ideas de deseo, cultura de la violación, consentimiento y en las prevenciones de violencias sexuales y empoderamiento de los cuerpos. Para ello facilitamos una serie de textos, vídeos y otros contenidos que podrían ayudarte. También hay que tener presente a la hora de acompañar al alumnado que la responsabilidad del acoso o violencia está en quien la ejerce, no en quienes la sufren.

Para preparar esta clase, podemos impartir diversos contenidos sobre el consentimiento a través de los siguientes materiales:

- [La guía para profesorado 'Ni ogros ni princesas'](#)⁹² cuenta con propuestas didácticas para abordar el consentimiento. Lo define como «la aceptación voluntaria, consciente, sin presión o coacción, mediante la comunicación verbal (de palabra) o no verbal (indicando claramente la aceptación), para tener un encuentro erótico con otra persona. Por tanto, el consentimiento debe de ser informado (verbal o no verbalmente), consciente y voluntario. Debe estar presente siempre, no puede haber dudas al respecto, y se puede revocar en cualquier momento del encuentro y este deseo debe ser respetado por la otra persona».
- Contamos con contenido audiovisual muy valioso sobre sexualidades en YouTube en [el canal del proyecto de educación sexual Conecta Consexus](#). También ofrecen información para [identificar los diferentes tipos de violencias machistas](#)⁹³, entre las que se encuentran las violencias sexuales como el *stealthing*, el chantaje, la coacción o el *grooming* entre otras. Lo interesante es no quedarnos con la explicación de la terminología, sino que ésta funcione como un punto de partida para poder profundizar, sensibilizar y prevenir las violencias conociendo sus complejidades.
- [Programa de Gen Plaz sobre el consentimiento y programa sobre la cultura de la violación](#)⁹⁴.

⁹² Guía disponible aquí: <https://www.astursalud.es/documents/35439/39936/NONP%E2%80%9393Cu%C3%ADa+para+el+profesorado.pdf/850140d9-1651-a46e-c7eb-79365805a2f8?t=1642405471375>

⁹³ Consexus: https://www.youtube.com/watch?v=q6HUp3jX-IY&ab_channel=Consexus

⁹⁴ Programa GenPlaz sobre la cultura de la violación: https://www.youtube.com/watch?v=5qXQo99zanw&ab_channel=playz

- En la prensa contamos con este [artículo en Píkara Magazine sobre la cultura de la violación ¿Qué hacer?](#)⁹⁵ «Es importante preguntar al resto del mundo cómo ser de ayuda, contribuir a que el resto se sienta a salvo y respaldarles [...] Si alguna vez presencias violencia sexual o algún tipo de situación potencialmente peligrosa, intervén de inmediato. No te quedes callado cuando estés con otros hombres. Practica decir frases como “No creo que eso sea gracioso, eso me parece ofensivo, ¿Podemos hablar de lo que acabas de decir?”. Y si tienes miedo de expresar lo que piensas, ¿qué dice esto de la gente que te rodea? ¿Qué dice de ti? Cuando estés en un grupo formado exclusivamente por hombres, fíjate en el lenguaje que se emplea. Si no puedes imaginarte hablando así delante de la gente a la que os estáis refiriendo, pregúntate por qué. Cuando oigas algo violento en contra de otra gente, di lo que piensas. Hablar con una persona, en público o en privado, es una de las formas más efectivas e importantes de provocar un cambio. Recuerda que el silencio es cómplice. Aunque decir lo que piensas puede ser difícilísimo, la violencia que estas actitudes generan contra otras personas, o grupos de personas, es mucho más nociva» (Machlus, 2020).
- Según la [Macroencuesta de Violencia contra las Mujeres](#)⁹⁶ (2019), en España solo se denuncian el 16% de las agresiones sexuales. Entre los motivos más frecuentes por los que no denunciaron estos delitos está, entre otros, el temor a no ser creída. Además, el estudio recoge que el 78,9% de las supervivientes de una violación sufre fuertes consecuencias psicológicas como la depresión, daños en la autoestima, ansiedad o fobias, entre otras. Sobre el miedo a no ser creídas y el terror sexual, la politóloga e investigadora Nerea Barjola cuenta [en una entrevista con El Salto](#)⁹⁷ que «la mirada debe situarse en quien agrede, no en quien es agredida. Pero, de momento, el foco se pone en la vida de las mujeres: regresa pronto a casa, vuelve acompañada, ten cuidado con lo que sientes y con quien vas» (2022). Esta idea la transmite el educador Pablo Santos en RTVE: «Vamos a dejar de poner el foco en si vas por la calle de noche o con falda. Hay que hacer un mensaje y un llamamiento a dejar de sostener la cultura de la violación. Tenemos que empezar a entender que las prácticas sexuales tienen que ser de igual a igual, tenemos que poner el foco en quienes violan. Los hombres tenemos un papel central en erradicar la cultura de la violación».

19

Actividad: Creando nuestro propio museo en el centro | Exposición ‘Artivismos, fotografía y justicia social’

Tiempo estimado: Actividad de larga duración

Formato: Cultura y creatividad, fotografía

Objetivo: Promover los buenos tratos y prevenir el acoso a partir de la creación fotográfica. Fomentar la cultura y creatividad del alumnado.

Desarrollo de la actividad: La actividad consiste en proponer al alumnado crear una fotografía que denuncie situaciones de discriminación, acoso o violencias junto a un texto explicativo que trate de concienciar y visibilizar, así como de establecer propuestas para termi-

⁹⁵ Artículo completo: <https://www.pikaramagazine.com/2020/01/entender-el-papel-de-la-masculinidad-en-la-violacion-y-la-cultura-de-la-violacion/>

⁹⁶ Acceso a la macroencuesta: https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/macroencuesta2015/pdf/Macroencuesta_2019_estudio_investigacion.pdf

⁹⁷ Entrevista a Nerea Barjola: <https://www.elsaltodiario.com/violencia-machista/nerea-barjola-fenomeno-pinchazos-permite-pensar-hay-movimiento-hombres-organizados>

nar con estas, a partir de la creación artística. La fotografía puede ser una herramienta muy poderosa de conciencia social, así como de fomento de la cultura y creatividad del estudiantado. La fotógrafa Xyza Cruz Bacani, que a través de su trabajo fotográfico crea conciencia sobre la intersección entre la migración y el trabajo doméstico, cuenta: «No quiero dar voz a los sin voz, cada cual tiene su propia voz y solo tenemos que aprender a escucharla». A partir de la fotografía podemos contar historias de reivindicaciones y activismos críticos que pretenden terminar con las situaciones de desigualdad, violencia e injusticia.

Para profundizar: En el reportaje [La vanguardia feminista de los años 70. Obras de la Colección VERBUND](#) (RTVE, 2020) realizan un recorrido por obras que denunciaban en los años 70 el machismo de la sociedad patriarcal.

El libro ‘Fotografía creativa contemporánea’ de Yabsley (Hoaki, 2020) puede servirnos como referencia inicial en el fomento de la creatividad con un recorrido por las últimas tendencias del arte de la fotografía creativa.



El libro ‘Fotografía. Esenciales del arte’ de Bate (Blume, 2021) hace un recorrido por la fotografía conceptual, creativa y posmoderna a partir de la obra de referentes como Bárbara Krueger, Cindy Sherman o Zanele Muholi, entre otras.

Como referencias y proyectos culturales que aboguen por la transformación social, contamos con diversas series fotográficas. A continuación se comparten algunos de los proyectos de fotografía y conciencia social creados en Fuerteventura, así como vídeos que hacen un recorrido por exposiciones de autoría diversa, realizadas tanto dentro como fuera de Canarias, que podrían inspirar nuestras creaciones:



Exposición contra las violencias machistas en Casa de la Cultura, Puerto del Rosario, Fuerteventura
Fotografías: @nadiamartinphoto

- [La exposición contra las violencias machistas en Casa de la Cultura](#)⁹⁸ de artistas de Fuerteventura, comisariada por la artista multidisciplinar Verónica Silva: una serie de fotografías que invitan a la reflexión sobre algunas de las violencias que nos dañan en la intimidad pero que son un problema colectivo.
- La exposición [Aislados de Alfonso Blanco](#)⁹⁹, una muestra fotográfica de disidentes de género de Fuerteventura con el fin de «traer a la luz esta diversidad como motor de cambio».
- La [galería colectiva "No sólo duelen los golpes"](#)¹⁰⁰, un espacio dedicado a las creaciones inspiradas en la obra crítica ante las violencias machistas de Pamela Palenciano.
- La [exposición de Zanele Muholi](#)¹⁰¹ que trata temas como la raza, el género y la sexualidad, ha sido expuesta por todo el mundo. Documenta las vidas de personas negras lesbianas, bisexuales, gays, intersex, trans, agénero y asexuales desafiando prejuicios y estereotipos a través de sus retratos (IVAM, 2022).
- La exposición de Teatro del Barrio de Lavapiés con título [«Visibilizando las violencias machistas a través del arte»](#).
- [Las fotografías de Sol Bela 'Hair Stories'](#)¹⁰² de celebración del cabello afro frente al canon racista de belleza: «Me pasé a la fotografía para crear esos referentes que tanto me faltaban, ya que no podía esperar que la sociedad cambiase si yo no hacía nada para cambiarla».
- [La mirada fotográfica de Keba Danso](#)¹⁰³: Visibilizar realidades africanas desde la imagen (wiriko, 2020).
- [Desmontando patrones sobre la violencia sexual: Exposición](#)¹⁰⁴ ¿Qué llevabas puesto? es el título que da nombre a este proyecto y la pregunta que, a día de hoy, aún se repite tras vivir episodios de violencia sexual, independientemente de cómo, cuándo o dónde sucedieran los hechos. Se originó en la Universidad de Arkansas en 2013 y tuvo como inspiración el poema 'What Was I Wearing?' escrito por Mary Simmerling".
- La exposición en el Centro de Arte Juan Ismael de [Fuerteventura «La Habitación Propia»](#)¹⁰⁵ de una veintena de artistas majoreras.
- La exposición ['Equivocada no es mi nombre'](#), una presentación de arte que lucha contra la violencia machista¹⁰⁶ comisariada por Semíramis González.

Tras esta breve revisión de lo que ya se está llevando a cabo desde los activismos, centros sociales y galerías de arte, el alumnado debe crear sus propias obras para, finalmente, concluir la actividad con una exposición en el centro con las fotografías presentadas, a la que invitamos a las familias y creamos una inauguración en la que las personas del grupo explican sus obras y el mensaje que quieren hacer llegar con las mismas.

⁹⁸ Tejiendo derechos contra las violencias de género: https://www.youtube.com/watch?v=7j84uyy1qo4&t=92s&ab_channel=NadiaMart%C3%ADnFotograf%C3%ADa

⁹⁹ La fotografía como un mapa al centro de las identidades: <https://www.diariodefuerteventura.com/noticia/la-fotograf%C3%ADa-como-un-mapa-al-centro-de-las-identidades>

¹⁰⁰ <https://nosoloduelenlosgolpes.com/galeria-colectiva>

¹⁰¹ Exposición de Zanele Muholi: https://www.youtube.com/watch?v=Yq8Cy5R8v_M&ab_channel=GVAIVAM

¹⁰² La fotografía de Sol Bela: <https://metalmagazine.eu/es/post/interview/sol-bela-la-voz-de-nuevos-canones>

¹⁰³ Mirada fotográfica de Keba Danso: <https://www.wiriko.org/artes-visuales/keba-danso/>

¹⁰⁴ ¿Qué llevabas puesto? <https://www.culturaydeporte.gob.es/mtraje/exposicion/temporales/2023/que-llevabas-puesto.html>

¹⁰⁵ La Habitación Propia: https://www.youtube.com/watch?v=e0hTV2yHLM&t=324s&ab_channel=NadiaMart%C3%ADnFotograf%C3%ADa

¹⁰⁶ Equivocada no es mi nombre: https://www.youtube.com/watch?v=7u1Sqi1ge5ZE&ab_channel=LABoralCentrodeArteyCreaci%C3%B3nIndustrial

20

Actividad: 'Artivismos, Fanzines y DIY' | Aprender creando: aprendizaje-servicio

Formato: Cultura y creatividad, literatura

Objetivo: Ofrecer referentes de la literatura, activistas y del mundo del fanzine al alumnado. Fomentar la cultura y creatividad.

Proporcionar a la comunidad un producto cultural a partir del aprendizaje-servicio

Desarrollo de la actividad: Siguiendo las metodologías del aprendizaje-servicio, esta actividad tiene el objetivo de involucrar al alumnado en una actividad que aporte y ayude a la sociedad desde la cooperación y la motivación por ofrecer un cambio a mejor desde lo que cada persona pueda aportar. Consiste en aprender creando y sintiendo que lo que han desarrollado resulta de utilidad para el bien común. En ese caso, propón a tu alumnado crear un fanzine en grupo que recoja sus principales demandas y reivindicaciones que aboguen por unas vidas libres de violencias desde lo colectivo y, una vez lo hayan creado, hacer un mercadillo solidario cuyo dinero recaudado se done a una organización de tu localidad que aporte al bien social y erradicación de las violencias. En ['Fanzine Grrrls The DIY Revolution in Female Self-publishing'](#), de Gemma Villegas, explican que «hacer un fanzine es un acto de rebeldía y están tomando una gran repercusión en todo el mundo, gracias a una creciente escena de Do It Yourself (hazlo tú misma) [...] las publicaciones sobre el activismo social han sido una faceta integral de la contracultura y la subcultura desde los años 70; aunque todavía muchos relacionan los fanzines con las publicaciones underground de los años 80 y 90, actualmente en el mundo de la autoedición encontramos auténticas joyas para mentes curiosas» (2018: 14).

Entre algunos ejemplos y referencias desde las que partir para realizar nuestro propio fanzine nos encontramos con:

- [Fanzineología](#)¹⁰⁷: un proyecto destinado al estudio de fanzines, autoediciones, publicaciones independientes y pequeñas editoriales autogestionadas.
- [Fanzine 'Feminismos en Canarias'](#)¹⁰⁸: en sus páginas se recogen reflexiones, ilustraciones, textos, propuestas y poemas vinculados con la canariedad, los feminismos y la lucha anticolonial y decolonial a partir de la escritura de diversas activistas canarias como Larisa Pérez o Daniasa Curbelo.
- [Glitter Zines](#)¹⁰⁹: proyecto editorial independiente de fanzines que incluye literatura, fotografía e ilustración en clave feminista creado por Elena Barrio, Henar Bengale y Patrisick.
- [7 formas de plegar y doblar un Fanzine](#)¹¹⁰: Vídeo explicativo de Mon Magán sobre cómo crear en el aula tu propio fanzine.
- [Fanzines de Tess Hache](#)¹¹¹: activismo corporal desde los textos, collage y fotografía.
- [Fanzines. Auto-publicaciones y fanzines freestyle de Matadero Madrid](#): Un proyecto expositivo casual que muestra proyectos de autoedición.

-También podemos inspirarnos a través de la visualización de la exposición de carteles en Gran Canaria con la técnica collage de Noelia Verona, ['Be Feminist'](#)¹¹².

¹⁰⁷ <http://www.fanzineologia.net/p/catalogo.html>

¹⁰⁸ <https://campfeminismodecolonialcanario.home.blog/fanzine-feminismos-en-canarias/>

¹⁰⁹ <https://glitterzines.bigcartel.com/>

¹¹⁰ https://www.youtube.com/watch?v=IMyTaNIgKA&ab_channel=MonMag%C3%A1n

¹¹¹ <https://linktr.ee/tesshache>

¹¹² <https://teror.es/wp-content/uploads/2022/01/LIBRO-25N-PARA-WEB-1.pdf>

21

Actividad: ¿Cómo abordar las masculinidades desde el aula?**Duración:** Larga duración**Formato:** Reflexión, audiovisual**Objetivo:** Trabajar en la prevención de las violencias machistas. Reflexionar en colectividad en torno a unas masculinidades no violentas.

En este apartado encontrarás diferentes recursos que pretenden fomentar los buenos tratos desde unas masculinidades no violentas, y que invitan a la reflexión personal y colectiva. Desde documentales que ahondan en la construcción sociocultural de la masculinidad, hasta literatura, guías, campañas y estudios que han ahondado en esta materia.

La investigación *'Masculine discrepancy stress, emotion-regulation difficulties, and intimate partner violence. Journal of interpersonal violence'*¹¹³ (Berke et al., 2019) sugiere que los procesos de socialización masculina contribuyen a la perpetración de violencia de género en los hombres, es decir, que el adherirse firmemente a las normas tradicionales de género y preocuparse por ajustarse al rol de masculinidad normativo, estaría entre los factores de riesgo. El estudio especifica que tanto los hombres que se evalúan negativamente a sí mismos por no cumplir con estas normas (un constructo denominado [masculine discrepancy stress](#)), como los que experimentan problemas con la regulación de las emociones, han demostrado tener un mayor riesgo de perpetuar las violencias machistas.

Las publicaciones ciberactivistas de ['Hombres contra el patriarcado'](#) pueden servirnos para generar en el aula unas mesas de trabajo por grupos de cuatro o cinco personas en las que desarrollen unos carteles, fanzines o conversatorios¹¹⁴ en torno a las reflexiones que se presentan. **Para ello les proponemos que respondan a las preguntas que plantean en sus carruseles y otras añadidas para esta actividad:**

- **¿Consideran que es necesario poner un mayor énfasis en trabajar para iniciar procesos de deconstrucción de la masculinidad? ¿Cuál es su importancia?**
- **¿Existen otras vías con mayor prioridad? ¿Cuáles?**
- **¿Qué debería cambiar el modelo de masculinidad impuesto?**
- **¿Qué estrategias se podrían llevar a cabo para sensibilizar, prevenir y erradicar las violencias machistas?**
- **Si tuvieran que definir la masculinidad normativa, ¿qué características dirían que tiene?**
- **¿Conocen referentes positivos de masculinidades no violentas?**
- **¿Alguna vez les han hablado sobre el manejo de emociones?**
- **Si sienten algún malestar emocional ¿Cuentan con amistades, familiares o grupo de iguales con los que compartirlo?**
- **¿Alguna vez han escuchado frases del tipo 'los niños no lloran'? ¿Cómo creen que les pudo afectar?¹¹⁵**

¹¹³ <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0886260516650967>

¹¹⁴ A lo largo de la guía encontrarás diferentes metodologías de trabajo.

¹¹⁵ En este apartado recomendamos dos documentales para trabajar en esta temática.

- **¿Alguna vez has presenciado actitudes machistas o violentas dentro o fuera del aula?**
- **¿Has actuado de alguna manera para evitarlas? ¿Cómo? ¿Cómo fue la respuesta de la clase y del equipo educativo? ¿Y del alumnado? ¿Qué les hubiera gustado que se hiciera para evitarlo?**

Concluir la actividad centrándonos en la responsabilidad (tanto individual como grupal) de no reproducir las conductas machistas y proponer estrategias para ello teniendo en cuenta las necesidades del grupo.

En la [guía 'Masculinidades, materiales para la formación y el debate'](#)¹¹⁶ publicada por la Consejería de Igualdad del Cabildo de Gran Canaria (2017), se manifiesta que reflexionar sobre las masculinidades se convierte en tarea imprescindible si queremos avanzar en igualdad y que la mejor vacuna contra la violencia de género es la educación en y para la igualdad a lo largo de todas las etapas educativas.

Campañas, vídeos, guías y documentales de concienciación sobre masculinidades:

El Documental [La máscara en la que vives de Netflix](#) sobre cómo educar a una generación más sana lejos de la construcción de una masculinidad violenta.



La guía didáctica ['Varones y masculinidad\(es\): Herramientas pedagógicas para facilitar talleres con adolescentes y jóvenes'](#) del Instituto de Masculinidades y Cambio Social de Argentina con el UNFPA¹¹⁷ proporciona recursos para trabajar en el aula.

El Documental [Serás Hombre](#): Reflexiones e ideas que giran en torno al machismo y la socialización diferencial de género.

La charla TED [Construir la masculinidad de forma consciente | Pol Galofré | TEDxReus](#). Y este [vídeo](#) del mismo autor que incide en la construcción sociocultural de la masculinidad e indaga en los comportamientos machistas. Plantea la pregunta de qué tipo de chico quieres ser e invita a responsabilizarse para no reproducir las conductas machistas.

[Charla 'El traidor' de Miguel Lorente en la TEDxBarcelona](#): «Cuando un hombre se comporta como no se espera de él entra en el terreno de la duda. Desde pequeños se nos aleja de todo lo que se considera femenino, hay que ocultar los sentimientos, el cuidado, el cariño, porque parece que eso nos debilita como hombre [...] Tenemos que transformarnos nosotros para poder transformar el mundo, un mundo donde los hombres demos ese paso a la igualdad».

[Campaña #YoSumoYoActúo](#) de la Consejería de Derechos Sociales, Igualdad, Diversidad y Juventud y RTV Canaria: hombres contra las violencias de género, un vídeo que anima a la reflexión y el compromiso colectivo para erradicar las violencias machistas.

[Roy Galán: "¿Qué es ser un HOMBRE?" | Esquire Es](#) Qué significa ser un hombre y cómo llegamos a ser hombres. La masculinidad, más bien las masculinidades.

¹¹⁶ <https://cabildo.grancanaria.com/documents/6306648/0/Libro+MASCULINIDADES2/ae5ff436-4852-4093-ab9b-13af1570b658>

¹¹⁷ <https://argentina.unfpa.org/es/varones-y-masculinidades>

[Crepúsculo, masculinidad y socialización de género](#) | de Daniel Valero, conocido en YouTube como Tigrillo.

Textos de Iván Gómez sobre masculinidad y complicidad: «La negativa a la reflexión, a pedir disculpas y a reconocer el error no son más que la evidencia de que la cultura de la violación sigue desplegándose en nuestra socialización de forma terriblemente contundente. Con complicidad masculina me refiero a la solidaridad que se establece entre hombres, no por crear vínculos afectivos o emocionales (de hecho los limita), sino por sostener sus masculinidades y, más concretamente, por justificar y legitimar aquellos aspectos que construyen la relacionalidad patriarcal».

Los textos de Lionel Delgado¹¹⁸ pueden ayudarnos a generar espacios de pensamiento colectivo en el aula sobre las masculinidades. Les proponemos [este en torno a las ciberviolencias machistas](#) en el que ahonda en la complicidad masculina cuando se comparte contenido de una compañera sin su consentimiento. El autor indica que, en casos de *sexpredding*, se suelen coordinar tres perfiles de hombres: los que realizan la ciberviolencia conocida como 'sextorsión', los que lo comparten (que suelen ser un grupo amplio) y los espectadores pasivos que, indica Delgado, aquí el sentimiento de «yo no soy responsable» es especialmente notable. Lionel plantea: «El mirar es clave en la configuración de la masculinidad. Creemos que tenemos derecho a mirarlo todo. Y lo que se nos resiste, lo queremos mirar a escondidas. Nuevamente, sin pagar nada por romper la intimidad de la mujer observada. Nuevamente, sin sufrir ninguna consecuencia por consumir imágenes producidas a través de la vulneración de derechos de las mujeres».

En el modelo explicativo *The Pyramid Model: a Feminist Alternative for Analysing Violence against Women* de Esperanza Bosch-Fiol y Victoria A. Ferrer (2019) se muestran los mecanismos dados en la violencia incidiendo en el sustrato patriarcal y en los procesos de socialización de género como base del estallido de la violencia machista en cualquiera de sus diferentes formas. Estas autoras exponen que, de la misma manera que lo aprendemos, lo podemos desaprender. Este modelo plantea la existencia de lo que denomina «mecanismos de fuga» que hace referencia a que, a pesar de haberse socializado en un contexto patriarcal, se puede romper con ese mandato que lleva hacia la violencia a partir de la elaboración de nuevas propuestas que supongan una transformación del contexto, que rechace activamente la violencia y que busquen modos alternativos de definir la masculinidad.

22

Actividad: Socialización diferencial de género. ¿Qué aprendimos de la cultura?

Formato: Reflexión, audiovisual

Objetivo: Fomentar el pensamiento crítico a partir de diversos contenidos culturales. Reflexionar sobre la socialización diferencial y el papel del cine.

«Si hablamos de raza, clase o género, la cultura popular es donde está la pedagogía y el aprendizaje»

bell hooks

Sabemos que las representaciones culturales son el reflejo de los estereotipos y roles establecidos socialmente y que, a su vez, funcionan como mecanismo reproductor de los mismos. En [esta entrevista](#)¹¹⁹, la escritora, activista y docente bell hooks explica que en la cultura popular es donde realmente está la pedagogía y el aprendizaje. Explica que si trataba de acercar los conocimientos teóricos en torno a la raza, la clase o el género a través de, por ejemplo, una película, los paradigmas teóricos que trataba de compartirles parecían entenderlos más y que el proceso de aprendizaje fuera más emocionante e interesante para todas las personas porque la cultura popular tiene ese poder en la vida diaria. Por ello, otra dinámica podría ser traer al aula impreso el cartel de una película o serie, la letra de una canción, algunas frases que hayan escuchado a lo largo de su desarrollo vital y algún spot publicitario con el que hayan crecido y pegarlo en una cartulina. Debajo de los materiales culturales que ha traído el alumnado a clase, se le invita a describir las características que representan esos contenidos sobre la masculinidad. Por ejemplo:

- **Publicidad:** Podemos elegir algunos *spots* que se estén emitiendo en el momento y reflexionar en grupo sobre cómo se representa la idea de felicidad, cómo son los cuerpos que aparecen, si hay diversidad en esas representaciones o si, por el contrario, nos encontramos con violencias simbólicas o sexismo. Podemos preguntar también por buenas prácticas¹²⁰ de anuncios que no fomenten estereotipos sexistas.
- **Cine:** Para analizar las diferentes narrativas presentadas en el cine [podemos valernos de herramientas como el diagnóstico de Enfoquem en Púrpura que ofrecen tips para el análisis cinematográfico con perspectiva de género](#)¹²¹. En esta herramienta proponen reflexionar sobre cómo se representan las violencias machistas en el cine, cómo son las relaciones, cómo se representan los cuerpos y cuáles son tus privilegios para analizar todo esto desde lo que denominan «Gafas 5D: Una nueva perspectiva». Podemos realizar un cinefórum tras el visionado de una película popular¹²² de ese momento. Si nos centramos, por ejemplo, en una película romántica *mainstream*, es posible que nos encontremos con ciertos roles y estereotipos. El cinefórum es una herramienta muy valiosa para analizar las relaciones desiguales y de poder en el cine, así como las violencias simbólicas.

A continuación, planteamos una serie de preguntas que podrían servirnos como guía tras el visionado de la película escogida:

- **En el Diagnóstico de Enfoquem en Púrpura (2021) apuntan que las desigualdades de género se crean, en parte, como resultado de atribuir más valor y reconocimiento a determinadas tareas y roles. ¿Cómo se llegan a convertir en el modelo social imperante? ¿Tienen las narrativas audiovisuales influencia en esta construcción? ¿De qué manera?**
- **¿Se presentan estereotipados los atributos de personajes femeninos y masculinos? ¿Cómo es esta representación?**

¹¹⁸ bell hooks sobre la cultura popular en la pedagogía: https://www.youtube.com/watch?v=Ile4qYMT5D0&ab_channel=FernSolerU

¹²⁰ El anuncio de la campaña 'Dream Crazier' (2019) podría ser un ejemplo. En éste, Serena Williams narra: «Si mostramos emociones se nos llama dramáticas o locas. Si soñamos con igualdad de oportunidades, deliramos».

¹²¹ <https://www.enfoquemempurpura.org/es/diagnosi/>

¹²² La idea de la actividad no es juzgar las representaciones culturales que les interesan, sino proponer un análisis colectivo de los discursos y narrativas audiovisuales.

¹¹⁸ <https://www.elsaltodiario.com/violencia-machista/suicidio-veronica-video-sexual>

● ¿Nos representan las historias que vemos? ¿Cómo nos sentimos tras ver la película?

Para analizar la influencia de la socialización machista en la cultura, podemos ir a la actividad donde proponemos visualizar el experimento social 'La Mente en Pañales'. Invita, en estos casos, a la reflexión interseccional enlazando las creencias machistas con otros ejes de opresión como la LGTBifobia, el racismo, clasismo, capacitismo, etc.

En el libro 'Apuntes de cine LGTB' (Antipersona, 2020) se señala que si en el cine hay una etiqueta de 'cine LGTB', ¿es que se da por hecho que el resto de películas son 'cine hetero'? A partir de esta literatura podemos reflexionar en torno a la representación de la diversidad en el cine.

¿Aparecen personas racializadas en el film? ¿Cómo es la representación de sus historias y personajes? ¿Son únicamente historias de sufrimiento y rechazo? Para acompañar esta reflexión proponemos la literatura de Koleka Putuma¹²³: «¿No es curioso? Que cuando preguntan sobre nuestra infancia negra, solo les interesa nuestro dolor. Como si las partes felices fueran accidentales. Escribo poemas de amor también, pero solo quieres ver mi boca desgarrada en protesta como si mi boca fuera una herida con gangrena y pus en lugar de alegría».

Curiosidades

Test de Bechdel¹²⁴: Es un modo de analizar si una película reproduce o no el androcentrismo. El test consiste en determinar si aparecen, al menos, dos personajes femeninos que mantengan una conversación y que no tenga como tema central un hombre.

Principio de Pitufina¹²⁵: Da nombre al fenómeno cinematográfico en que todos los personajes son masculinos a excepción de uno que representa la femineidad normativa y cuya trama suele girar alrededor del resto.

El cine no se limita a representar los prejuicios y estereotipos ya presentes en la sociedad, sino que puede contribuir a generar imaginarios colectivos.

Por ejemplo, en el caso de la representación de la bisexualidad permanecen presentes estereotipos negativos asociados a las personas bi como poco confiables, malas o que no saben lo que quieren. El último *Informe sobre Acoso Escolar por LGTBifobia en España*¹²⁶ (2022), encontró que un 42% del alumnado se mostraba reacio a estar con personas bisexuales («lo cual señala lo insertos que están los prejuicios sobre las personas bisexuales») y un 24% opina que no se debe notar ser una persona LGTB+. La escritora Gabriela Wiener trata de eliminar prejuicios en torno a la bisexualidad: «No estoy confundida. No es una fase. No soy en realidad lesbiana. No soy en realidad hetero. No te la voy a liar (bueno, no por ser bisexual). No estoy traicionando a mi comunidad por ser como soy».

23

Actividad: ¿Cómo lidiamos con los celos? ¿Cómo prevenimos el control?

Formato: Audiovisual, conversatorio, reflexión

Objetivo: Acompañar al alumnado en la prevención de dinámicas de control u otras violencias en la pareja.

Desarrollo de la actividad: La actividad consiste en visualizar [el cortometraje de animación «Zona libre de control»](#)¹²⁷, producido por Acciónred Andalucía en el marco del Programa «Por los Buenos Tratos», a partir del minuto 2:20 y hasta el minuto 3:39.

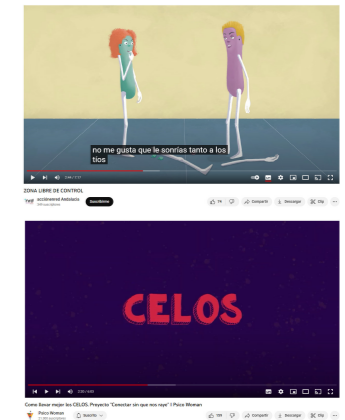
Para acompañar a la juventud a lidiar con los celos y prevenir relaciones de control y abuso, la Psicowoman proporciona algunos *tips* en el vídeo [«Cómo llevar mejor los CELOS»](#)¹²⁸.

En esta primera pieza se representan dos personajes que van perdiendo partes de su cuerpo a la par que van prohibiendo a su pareja estar con sus amistades, ir de fiesta sin el otro, bailar o hacerse selfis, y que exigen su geolocalización, saber en dónde están en todo momento, etc. La conclusión final del vídeo incide en la importancia de establecer unas relaciones libres de control, así como una comunicación no violenta. Tras su proyección, podemos crear un conversatorio con nuestro estudiantado y preguntarles qué les ha parecido, qué ideas sacan del vídeo y con qué conocimientos o herramientas les hubiera gustado contar antes de su primera relación (en el apartado de la actividad 'teatro-foro' se recogen recursos para evitar el control en el ámbito de la pareja que pueden servirnos de apoyo para el desarrollo de esta actividad). Una vez hayamos trabajado el tema del control de un modo pedagógico, repartimos al alumnado tarjetas de colores para que cada persona escriba cómo sería una relación sana y generamos un mural. De esta manera, estaremos generando espacios de pensamiento crítico y compartiendo *tips* positivos que les puedan ayudar a pensar en colectivo cómo querernos mejor.

Posteriormente pegaremos sus aportaciones en un cartel conjunto y, como título, podemos poner esta cita de bell hooks recogida en su libro 'Todo sobre el amor':

«El amor y el maltrato no pueden coexistir. El abuso y el abandono son, por definición, lo contrario de la atención y el cuidado».

El tema de los celos ha sido ampliamente abordado en la cultura. En la literatura nos encontramos con [\(H\)amor 3 celos y culpas](#) (Contintameties, 2018), un volumen colaborativo en el que diez autoras y autores se aproximan, desde la teoría y la práctica, a los celos y las culpas que surgen en las relaciones sexoafectivas. En la música, uno de los discos más escuchados este año es 'Un Verano Sin Tí'. Una de sus canciones, [Yo no soy celoso](#), dice: «Te quiero para mí nada más y eso es egoísmo. Me pongo celoso sin razón y eso es machismo». Podemos preguntar al alumnado a qué hace referencia cuando menciona el machismo y el control en la pareja, relacionándolo con los vídeos anteriormente proyectados. Analizamos su letra, enlazándola con la sección de 'mitos del amor Disney' de la presente guía. Podemos contar con herramientas para analizar la letra de las canciones



¹²³ En su obra 'Amnesia Colectiva' (Flores raras, 2018)

¹²⁴ Ideado por Alison Bechdel en su cómic 'The Rule'

¹²⁵ Cuyo nombre surge de la práctica de la serie animada 'Los Pitufos'

¹²⁶ <https://www.newtral.es/wp-content/uploads/2023/04/Informe-COGAM-LGTBfobia-en-las-aulas-2021-2022.pdf?x97595>

¹²⁷ Vídeo sobre el control en relaciones de pareja:

https://www.youtube.com/watch?v=OpN0gERnRVM&t=148s&ab_channel=acci%C3%B3nredAndalucia

¹²⁸ Vídeo sobre celos: https://www.youtube.com/watch?v=xFo4xxqNtmk&t=140s&ab_channel=PsicoWoman

y fomentar así una conversación en torno a los mitos del amor presentes en los ejes de socialización principales, entre los que se encuentra la cultura.

24

Actividad: Acoso sexista ¿No te ha pasado?

Tiempo estimado: 30 minutos

Formato: Audiovisual, conversatorio

Objetivo:

- Prevenir el acoso sexista.
- Empatizar con las consecuencias del mismo.
- Cuestionar las ideas y actitudes machistas normalizadas a nivel social.

Desarrollo de la actividad: Ver el vídeo [¿No te ha pasado que...?](https://www.youtube.com/watch?v=WVRKdKdH6fw&t=76s&ab_channel=elDiarioes)¹²⁹ de eldiario.es y plantear las siguientes preguntas al alumnado:

- ¿Han vivido algo así? En caso afirmativo, ¿cómo ha sido?, ¿cómo se han sentido?
- ¿Han ayudado a otras personas que lo han vivido?
- ¿Se han identificado con actitudes que tal vez hoy no repetirían?

Muchos programas educativos de prevención del acoso y del *bullying* han obviado las raíces de los sistemas de opresión en los que se sustenta. El *bullying* es un fenómeno que está profundamente ligado a las normas de género. Sobre ello, en el texto 'El *bullying* como práctica de género y control normativo', de M. Victoria Carrera (2013), incide en la educación diferencial de género y su impacto en la violencia entre iguales: «las perspectivas constructivistas han destacado la influencia del sistema sexo-género que, a través de una socialización diferencial, refuerza la creencia de una definición desigual, asumiendo roles y rasgos tradicionalmente considerados como masculinos (agresividad, poder, dominación) y femeninos (pasividad, sumisión...). Son las rígidas normas de género, diferenciales para chicos y chicas, que son aprendidas y reforzadas a través de los agentes de socialización como son la escuela, el grupo de iguales, las familias y los medios de comunicación» (2013: 4).

Podemos crear nuestro propio «No te ha pasado que...» en una mesa-conversatorio. Inspirada en la actividad *Coffe-table* de J. Antonio Rodríguez y Mercedes Sánchez (2019: 112), proponemos traer un plato de comida a clase (preguntando por opciones veganas, intolerancias, alérgenos, etc. y teniendo presentes las situaciones económicas de las personas participantes) y generar un debate conjunto en el aula. El objetivo es fomentar el pensamiento crítico, conocernos mejor y crear espacios colectivos en los que compartir saberes, reflexiones, sentires, etc. La persona facilitadora del taller pondrá el vídeo, explicará la dinámica y tal vez podríamos acercarnos a las principales causas del acoso con algunos de los estudios recogidos en la guía para acercarnos a datos que enriquezcan el debate en el aula. Se puede acompañar la actividad de sus recetas favoritas para poder conocer un poco más a cada persona y que puedan abrirse más al resto del grupo generando un ambiente de confianza y cuidados en la clase. Una vez habiendo posicionado la clase en círculo con los

alimentos en las mesas en el centro, planteamos una serie de interrogantes para guiar la actividad: ¿Se habían cuestionado las situaciones que reflejan en el vídeo? ¿Habían pensado alguna vez en cómo nos influyen en nuestras vidas los agentes de socialización como son la escuela, el grupo de iguales, las familias y los medios de comunicación? ¿Alguna vez habían pensado en los gestos presentados en el vídeo que perpetúan la desigualdad? ¿Qué puedo hacer a nivel personal para acabar con ello desde mi posición? ¿Qué necesitaría del resto?

¿NO TE HA PASADO QUE...?

Que te hayas cambiado de acera por la calle para evitar que te intimiden opinando sobre tu cuerpo

Que hayas cogido un taxi por miedo a sufrir violencia o acoso sexual en las calles

Que hayan infravalorado tu sabiduría o ninguneado tus habilidades solo por tu género como le sucedió a Zahara tantas veces sobre el escenario: "Me decían que tocaba bien la guitarra como un hombre".

Recibir constantemente mensajes que fomentan el terror sexual del que habla Nerea Barjola: "Miedo a lo que te puede ocurrir: a estar constantemente en alerta, en vez de disfrutar de tu tiempo de ocio. Si la alarma social fortalece el miedo, lo único que hace es reproducir el terror sexual"

Los vídeos *¿No te ha pasado que?* de *eldiario.es* pretenden denunciar las acciones y gestos machistas cotidianos que perpetúan la desigualdad en el día a día. Los materiales están creados a partir de experiencias reales de personas que les hicieron llegar sus historias, de anuncios sexistas, de ofertas de empleo discriminatorias y en general de situaciones, comportamientos y actitudes machistas que sufrimos en el día a día.

vía: [eldiario.es/blog/micromachismos/video-pasado_132_4193587.html](https://www.youtube.com/watch?v=WVRKdKdH6fw&t=76s&ab_channel=elDiarioes)
vía: https://www.youtube.com/watch?v=LxMSI2Sk4FU&ab_channel=CadenaSER

¹²⁹ Vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=WVRKdKdH6fw&t=76s&ab_channel=elDiarioes

Ciberviolencias: Reflexionando sobre las violencias en redes

En este apartado encontrarás dinámicas y recursos para abordar los diferentes tipos de ciberviolencias, desde el *hate* u odio en redes sociales, hasta el acoso, hostigamiento, *sextorsión* o las noticias falsas que generan discursos de odio. Estas violencias reproducen, a través del medio virtual, las opresiones, ejes de poder y daños ya presentes en la sociedad. La investigadora Esther Cruz define como un tipo de agresión psicológica porque ataca directamente a las emociones y sentimientos. Su finalidad es generar discriminación, dominación, intromisión sin consentimiento a la privacidad de la víctima. Demelza Fortes, Profesora en la Universidad Europea de Canarias, define la violencia psicológica como aquellos comportamientos y conductas que atentan contra la integridad psíquica y emocional de la persona y que puede causar sufrimiento, ansiedad, depresión, deterioro de la autoestima, asilamiento, etc. En la web acoso.online expresan, bajo el lema «no es natural, no es tu culpa y no te lo mereces» que la violencia de género en línea existe y es el reflejo de las violencias estructurales presentes en el mundo *offline*. Ofrecen esta [Guía práctica para tratar casos de *sexpredding* en centros educativos](#).¹³⁰

El Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad (ONTSI, 2022) explica que el primer paso para abordar la violencia digital de género es conceptualizarla y delimitarla. Cuenta que las violencias de género en el plano virtual son una reproducción más de las agresiones verbales y psicológicas machistas ya presentes en el mundo físico, pero que cuenta con el fuerte componente particular del anonimato al ejercerse a través de la pantalla. Entre las principales formas de ciberviolencias recogen: el ciberacoso, las amenazas directas de violencia física, crímenes de odio y explotación sexual online. Concluye que la violencia de género acarrea graves consecuencias y tiene un impacto psicológico, social y económico en las mujeres que la sufren. Puede leerse el estudio completo en [este enlace](#).¹³¹



La violencia de género digital acarrea graves consecuencias. El 54% de las mujeres que ha sufrido acoso a través de redes sociales ha experimentado ataques de pánico, ansiedad o estrés.



El 42% de las niñas y jóvenes que ha sufrido acoso *online* mostraron estrés emocional, baja autoestima y pérdida de autoconfianza.



Más de un 25% de las mujeres entre 16 y 25 años en España ha recibido insinuaciones consideradas no apropiadas a través de redes.

Vía ONTSI

Sobre la socialización en espacios virtuales como YouTube, el Centro Reina Sofía lanzó el estudio “[Jóvenes en la manosfera. Influencia de la misoginia digital en la percepción que tienen los hombres jóvenes de la violencia sexual](#)”¹³² (2022). En él se analizan, desde metodologías cualitativas, las actitudes machistas presentes en la red. Desde diversos chats hasta comunidades en YouTube que publican contenido o comentarios misóginos, colaboran en la organización de acciones contra videojugadoras y periodistas de videojuegos, etc.

¿Qué es la manosfera? El término ‘manosfera’ hace referencia a las comunidades que propagan creencias machistas a través de la red. Se trata de un espacio de cibermisoginia que difunde su discurso de odio a través de foros, canales de vídeo, redes sociales y blogs que, además, suponen una oposición a los movimientos sociales feministas¹³³. Frente a estas respuestas reaccionarias en la red, también encontramos otros espacios de ciberactivismo, textos abiertos a toda la ciudadanía, campañas, documentales y reportajes que nos invitan al cuestionamiento colectivo. A continuación les ofrecemos ejercicios grupales y

¹³⁰ Guía: https://acoso.online/site2022/wp-content/uploads/2018/12/Guia-Practica-Establecimientos-Educacionales_AcosoOnline_2018.pdf

¹³¹ Véase https://www.ontsi.es/sites/ontsi/files/2022-07/violenciadigitalgenero_unarealidadinvisible_2022.pdf

¹³² Acceso al estudio completo: https://www.adolescenciayjuventud.org/wp-content/uploads/2021/02/Jovenes_en_la_Manosfera_Centro-Reina-Sofia_FAD.pdf

¹³³ <https://comunicarigualdad.com.ar/es-posible-debatir-en-medio-de-discursos-de-odio/>

dinámicas contra las ciberviolencias para poder abordarlas desde el aula, con el enfoque de fomentar los buenos tratos en la red así como de romper el silencio ante las violencias de género, incidiendo en la importancia del compromiso activo de toda la ciudadanía en no querer reproducir las violencias presentes a nivel estructural.

Nira Santana lanza la [Guía Ciberigualdad, una herramienta para combatir las ciberviolencias en TRICS y videojuegos](#)¹³⁴ (2022). Entre otros recursos, con esta guía aprenderemos a prevenir e identificar el acoso y discriminación por razón de género en las partidas multijugador/a online y actuar. También encontrarás consejos para trabajar con tu alumnado.



25

Actividad: Dejemos de culpar a las víctimas: responsabilidad colectiva frente a las ciberviolencias machistas.

Formato: Audiovisual, conversatorio, reflexión

Objetivo: Concienciar y prevenir las ciberviolencias de género.

Desarrollo de la actividad: Esta actividad consiste en proyectar una serie de vídeos de conciencia social para su posterior análisis con el objetivo de prevenir los ejercicios de ciberviolencias machistas y de *Victim blaming*¹³⁵. Aquí les compartimos algunas campañas, vídeos y guías que pueden ayudarnos a fomentar los buenos tratos sin responsabilizar a las supervivientes:

Vemos el vídeo '[Violencia digital | Cambiá El Trato](#)' realizado por la fundación Avon para su campaña *Corta la cadena* y planteamos una serie de cuestiones alrededor de las violencias digitales, la pornografía, la construcción de la masculinidad, las violencias machistas y las consecuencias en las vidas de las que las sufren: «*Cambia el trato. Lo que pasa entre ustedes, que quede entre ustedes. Sacar fotos o vídeos sin el consentimiento de otra persona es violencia. Y aunque ella hubiera aceptado hacerlo, puede que no quiera que lo compartas con nadie. Si no quiere, no lo puedes hacer igual. Si tienes un amigo que pasa fotos o vídeos de una mujer con la que está, frénalo. Y si te llega una foto así, no la compartas. Corta la cadena. Tú puedes hacer algo.*»



Tras la visualización, les preguntamos:

- ¿Dónde pone el foco esta campaña? ¿Qué es lo que se denuncia?
- ¿Suelen ver campañas donde la responsabilidad de lo que nos pasa es de la víctima y no de quienes agreden? ¿Conocen otras campañas que, aunque intentan concienciar

¹³⁴ Acceso a la guía didáctica completa sobre ciberviolencias y videojuegos: <https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/educarparalaigualdad/files/2022/03/guia-ciberigualdad-digital.pdf>

¹³⁵ Cuando hablamos de 'Victim blaming' hacemos referencia al acto de culpabilizar a una víctima de violencia diciendo o insinuando que ésta es, de alguna manera, responsable de la misma.

- y proteger, terminan revictimizando (ve con cuidado, no salgas sola, etc.)?
- ¿Conocen campañas positivas que aboguen por la reparación y el fin de la violencia sin culpabilizar?
- ¿Cómo harían su propia campaña contra las violencias sexuales? Creamos una actividad artística en la que, por grupos de cuatro personas, se elaboran unos carteles de sensibilización y prevención de las violencias.

Para profundizar podemos leer la literatura de Nerea Barjola 'Microfísica sexista del poder' (2018). Si no contamos con el libro, les invitamos a ver [su ponencia, basada en este mismo libro](#)¹³⁶ en la que indaga sobre la cultura del terror sexual, que es una herramienta muy poderosa para poder prepararnos esta clase y acercarnos los contenidos.

El libro 'Por qué volvías cada verano' de Belén López Peiró (2018) es una herramienta muy útil para concienciar en torno a las violencias de género, la culpabilización de las víctimas y la responsabilidad colectiva que se precisa para erradicarlas.

[En la Guía informativa sobre ciberviolencias y delitos de odio por razón de género de la FMP](#) cuenta con información relativa al apoyo de las víctimas de violencia digital con el fin de proveerles una información básica sobre sus derechos.

26

Actividad: Reflexionando sobre el acoso en redes: Alternativas por los buenos tratos (también en la red)

Tiempo estimado: 30 minutos

Formato: Literatura, audiovisual, conversatorio

Objetivo: Reflexionar sobre las ciberviolencias y proponer alternativas para su erradicación.

Desarrollo de la actividad:

Visualizar el capítulo [True Story IX: Me han deseado la muerte](#) de la pedagoga Anabel Lorente¹³⁷ en el que denuncia, bajo el lema «menos odio, más humor», las violencias digitales a las que ha sido expuesta. En este episodio narra las amenazas, hostigamiento y ciberacoso que vivió conectándolo con el *bullying* que sufrió en la etapa escolar, preguntándose si acaso no existían límites para la gente que tiene odio.



Tras su proyección, la actividad consiste en crear un conversatorio que gire en torno al capítulo proyectado de la serie 'True Story' de la pedagoga, cuyo título da nombre a su libro en el que profundiza en diversas historias atravesadas por la injusticia y desigualdad social. El fin es abordar la cuestión de la violencia y acoso digital para reflexionar en torno a la prevención de ciberviolencias y creación de comunidades ciberactivistas de resistencia y cuidados para apoyar a las personas que están recibiendo acoso o violencias y contra-

¹³⁶ <https://www.youtube.com/watch?v=bZiM7PnQFr0>

¹³⁷ En este enlace podremos leer una entrevista con la autora y con Moha Gerehou sobre la importancia de los ciberactivismos frente al odio: <https://www.elsaltodiario.com/ciberactivismo/ reparar-el-dano-ciberactivismos-frente-al-odio>

restar ese daño. Para ello planteamos las siguientes preguntas:

- ¿Podrías hacer un resumen de lo que le sucede a la protagonista de True Story IX?
- ¿Qué relación tiene la violencia que sufre en la red con el *bullying* que recibe en la etapa escolar?
- Los datos del [Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad](#)¹³⁸ (2022) alertan de que la violencia de género digital acarrea graves consecuencias: El 54% de las mujeres que ha sufrido acoso a través de redes sociales ha experimentado ataques de pánico, ansiedad o estrés. ¿Qué emociones y sensaciones vive la protagonista? ¿Solemos pensar en cómo podría hacerle sentir lo que le vamos a comentar a otra persona en una red social?
- En el informe especifican que el primer paso para abordar la violencia digital de género es conceptualizarla y delimitarla. ¿Sabrían decir qué tipos de acciones concretas podrían generar esa ansiedad de la que habla el estudio? ¿Qué propondrías para acabar con las ciberviolencias?
- ¿Consideras que te comportas de la misma manera dentro y fuera de la red? ¿Crees que el anonimato de las redes sociales favorece los malos tratos dentro de las plataformas? ¿Por qué?
- Desde la campaña [#AdoptaUnHater](#) (2022) invitan a cuestionarnos, antes de publicar algún comentario, ¿desde dónde estoy escribiendo esto? ¿Desde el respeto, empatía y como una aportación constructiva, o desde el odio, la envidia y los prejuicios? Cuestiones que podrían ser parte del camino hacia una convivencia menos hostil y más generosa, y que nos instan a tomar un papel activo en el cuestionamiento de las estructuras que nos dañan.
- ¿Qué harías si percibes que otras personas están recibiendo comentarios ofensivos u acoso? Pongamos en común estrategias por los buenos tratos en redes sociales. El colectivo [La Intersección](#) difunde *tips* en su plataforma para combatir los discursos de odio. Desde el uso del *hashtag* [#AquíEstamos](#) para difundir mensajes de apoyo y cariño para reparar el daño, fomentar la empatía y los buenos tratos dentro y fuera de la red (tenemos un ejemplo de ello en la siguiente actividad), hasta su Twitter [#NoLesdesCasito](#) que invita a compartir contenidos de apoyo a la persona o colectivo que está siendo agredido en lugar de difundir el mensaje de las cuentas que propagan odio. El objetivo pasa por no dar voz a los mensajes de odio ni hacer que sus cuentas crezcan, pues, como explican desde la plataforma, esto les ayudaría a ser virales. Cada vez que interactúas con sus cuentas, les respondes, usas sus *hashtags* o escribes sus nombres, el algoritmo considera que son relevantes y muestra sus mensajes a más personas.
- Iniciativas como la [‘Regla de los cinco segundos’](#)¹³⁹ de TikTok demuestran que las redes también han sido herramientas de ciberactivismo y transformación social. ¿Qué bondades les aportan las redes sociales? ¿Sientes que pueden ser un espacio de apoyo mutuo? ¿Qué otras iniciativas de cuidado colectivo conoces?

¹³⁸ Puede leerse el informe aquí:

https://portal.mineco.gob.es/RecursosNoticia/mineco/prensa/noticias/2022/220429_np_InformeONTSI.pdf

¹³⁹ La ‘regla de los cinco segundos’ viral en TikTok para luchar contra el ‘body shaming’. Recuperado de https://www.flooxernow.com/para-ti/regla-cinco-segundos-viral-tiktok-luchar-body-shaming_202009185f671492a906420001057bdb.html#:~:text=Esta%20regla%20es%20muy%20sencilla,cinco%20segundos%2C%20no%20lo%20menciones.

Para finalizar la actividad, podemos dar a conocer al alumnado herramientas, asociaciones o números con los que contar si nos sucede alguna situación de ciberviolencia. Desde la línea de asistencia gratuita [017 del Incibe](#), la [Agencia de Protección de Datos, FemBloc](#), hasta plataformas como [DonesTech](#) o [luchadoras.mx](#).

Esta entrevista de [La Futura Channel con Luna Miguel](#) invita a reflexionar sobre el uso que hacemos de Twitter u otras redes sociales e indagar en las consecuencias en las vidas de personas como la escritora, pues ha dejado de escribir columnas para periódicos debido al acoso digital. Algo que ha llevado a muchas mujeres, incluso, a desinstalar la aplicación Twitter del teléfono. **Tomar conciencia sobre los daños en la salud mental que produce el acoso o cibercoso.** Muchas personas han tenido que abandonar las redes sociales tras recibir odio de *trolls* o *haters*. Reflexiona en grupo sobre que detrás de la pantalla se encuentran otras personas y que las violencias y el *hate* en el entorno virtual también pueden dañar a la salud psicoemocional de quien las recibe.



Creamos lazos y alternativas frente a las violencias en la red

Referentes positivos

Un ejemplo de estas dinámicas de cuidados en redes sociales las podemos ver con la iniciativa creada por la periodista Lucía-Asué Mbomio con el *hashtag* [#mipelomola en apoyo a la cantante Nia](#) frente al acoso racista y violencias estéticas que estaba recibiendo. La periodista consiguió crear una comunidad online de buenos tratos y envío de cariño a la cantante canaria a través de su cuenta de Instagram, a la que se unieron cientos de personas valorando el pelo afro y desmontando las creencias racistas y coloristas en torno a la estética. El apoyo colectivo es fundamental. Les preguntamos si alguna vez han realizado alguna iniciativa así, les damos a conocer las que se recogen en el artículo citado y les proponemos crear su propia iniciativa por los buenos tratos en la red y de defensa a quien está recibiendo acoso y/u odio. En [este texto](#) de la psicóloga Valeria S.¹⁴⁰ (2021) da algunas indicaciones en torno a cómo ayudar a una persona que está siendo acosada: «No juzgues ni interpretes, sino escucha de manera empática y hazle saber que estás ahí para lo que necesite».

27

Actividad: ¿Cómo prevenir la difusión de contenido en línea sin consentimiento?

Formato: Audiovisual, conversatorio, reflexión

Objetivo: Concienciar y prevenir las violencias sexuales y machistas en el entorno digital

Desarrollo de la actividad:

En esta actividad ahondaremos en lecturas, guías y vídeos para trabajar en la prevención de las violencias digitales como la difusión de contenido en redes sin consentimiento de la persona. Desde la plataforma ‘Save a hater’, de Accem, explican que [la violencia de género digital](#) «va desde la *sextorsión* (hacer chantaje usando fotos o vídeos con contenido sexual)

¹⁴⁰ Puede leerse el texto completo aquí: <https://lamenteesmaravillosa.com/ayudar-alguien-estan-acosando/>

hasta el *ciberbullying* (ejercer acoso psicológico contra una persona a través de las redes)». Sostienen que es fundamental la toma de conciencia para ponerles fin y que tú también puedes ayudar a frenar conductas violentas, para lo que dan algunas recomendaciones:

Compartir fotos íntimas de otra persona está siempre mal. No es gracioso, es un delito y viola su intimidad.

Cada persona es dueña de sus redes sociales. Recuerda que nadie más debe decidir qué fotos publica o con quién habla a través de ellas.

No lo hagas tú y no dejes que lo hagan. Si descubres que un amigo está ejerciendo alguna de estas formas de control o violencia, pídele que deje de hacerlo (Accem, 2020).

En la página web acoso.online subrayan, bajo el lema «no es natural, no es tu culpa y no te lo mereces», que la violencia de género en línea existe y es el reflejo de las violencias estructurales que vivimos día a día en el mundo *offline*. En esta plataforma encontrarás información sobre cómo actuar ante la publicación y el almacenamiento de imágenes y vídeos sin consentimiento. Sería interesante, con adolescentes a partir de 16 años, hablar sobre la serie 'Intimidad' que aborda la cuestión del *sexpredding*. En los diálogos dicen: «Lo primero que tienes que saber es que no es tu culpa, que pasa más de lo que crees y que es un delito [...] Tomemos la decisión de cuidar y que tu paso por el mundo deje las cosas mejor de lo que las encontraste», en sintonía con el material de sensibilización de luchadoras.mx.

Lecturas para profundizar

«Menos amiga, amigo o amiga date cuenta. Más aquí estoy para apoyarte. La figura de la persona acompañante que surge en contextos comunitarios de búsqueda de justicia, memoria y reparación es clave para crear y fortalecer su red de apoyo abarcando desde el apoyo psico-emocional hasta su seguridad física» vía acoso.online y *Guía para la prevención y acompañamiento ante violencia digital para adolescentes* de Indela (Anaya et al., 2022).



Véase en ¹⁴¹

Preguntas para reflexionar y prevenir las ciberviolencias:

- ¿Suelen cortar la cadena ante la difusión de contenido íntimo o violento difundido sin el consentimiento de la persona?
- ¿Qué podemos hacer a nivel individual para ayudar a la persona que lo ha vivido?
- ¿Qué podemos hacer como grupo si sabemos que está circulando ese contenido en la red? Explicar el modo de actuación con una estrategia concreta, que incluya sus objetivos y resultados esperados.

¹⁴¹ Cómo impedir que el odio avance en redes por La Intersección: <https://lainterseccion.net/autodefensa/como-impedir-que-el-odio-avance-en-redes-la-estrategia-del-no-casito/>
Herramientas de autodefensa digital de DonesTech https://www.donestech.net/files/herramientas_autodefensa_digital_feminista.pdf
Guía para la Prevención y el Acompañamiento de la Violencia Digital para personas adolescentes <https://cultivandogeneroac.org/wp-content/uploads/2022/04/GUIAADOLESCENTESREDUCIDA2.pdf>

● ¿Con qué recursos contamos para ofrecer un acompañamiento de calidad?

● ¿Cómo nos vamos a organizar para que esto no vuelva a suceder?

Les invitamos a hacer una búsqueda exhaustiva en Internet de los recursos especializados de apoyo a los que acudir en la isla en concreto y a nivel estatal en general, tanto online como presenciales. Les acercamos los recursos facilitados en esta guía didáctica.

Es importante que se tome conciencia de la responsabilidad colectiva ante las violencias y no compartir contenido que pueda hacer daño a terceras personas en redes.

En la campaña recogida en la actividad anterior, el lema principal es «corta la cadena», haciendo hincapié en el daño que puede hacer a la víctima o víctimas que las personas usuarias sigan compartiendo ese contenido. En el [Canal prioritario de retirada de contenidos de la AEPD](https://www.aepd.es/canalprioritario) ¹⁴² ofrecen una plataforma en la que solicitar la retirada de ese material de internet. Además, cuentan con materiales divulgativos (tanto cartelería como audiovisual) para sensibilizar en torno a los estragos de estas violencias en las vidas de quienes las sufren: «No es por el vídeo o la foto, es por todo lo que hay detrás. Tú puedes pararlo». Desde el año 2015 se considera delito compartir imágenes o contenido sexualizado de otra persona sin su consentimiento. Es decir, que aunque la persona hubiera compartido las imágenes, si la otra persona las difunde sin su consentimiento, se trata de un delito grave contra la intimidad de la víctima. Es importante no responsabilizar ni revictimizar, así como no perder de vista que el daño lo ha causado esa traición a la confianza mediante la difusión no consentida. La [Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal](https://www.boe.es/boe/1995/11/23/leyes/ley_10_1995.html), recoge que no solo se considera delito grabar sin el consentimiento de la persona, sino que si las imágenes o grabaciones se obtienen con su consentimiento, pero son luego divulgados contra su voluntad, cuando la imagen o grabación se haya producido en un ámbito personal y su difusión, sin el consentimiento de la persona afectada y lesione gravemente su intimidad, también es violencia y considerado un delito. Algunas herramientas con las que contamos, además de las campañas de prevención y sensibilización facilitadas a lo largo de esta guía, son las de la Agencia Estatal de Protección de Datos. [En su canal prioritario puedes solicitar la retirada de contenido publicado sin tu consentimiento.](https://www.aepd.es/canalprioritario) ¹⁴³



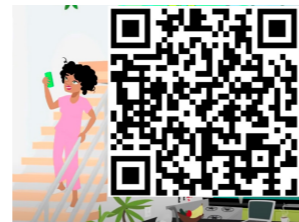
Invita al alumnado, a partir de [este artículo de Anna Pacheco sobre el sexismo en WhatsApp](https://www.elpais.com/web/internacional/2018/03/23/sexismo-en-whatsapp-1521911100_0.html) (Vice, 2018), a reflexionar sobre las interacciones en los grupos de WhatsApp, si reproducen lo que denuncia la autora, si comparten contenido sexista por sus redes sociales y cómo terminar con ello: «Hablamos con un psicólogo y con la autora del estudio 'Sexismo en Línea' sobre este fenómeno. Hay personas que pierden más la vergüenza chateando a través de WhatsApp. Algunas se atreven a decir y publicar cosas que no dirían en otro contexto [...] Los grupos de WhatsApp son también una forma de entender cómo se articulan determinados roles y se perpetúan estereotipos». Para profundizar podemos acceder al estudio que cita la escritora: [La desigualdad de género y el sexismo en las redes](https://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/liburua_sexismoa_gazteak_7es_def/adjuntos/sexismo_gizarte_sareetan_c.pdf) ¹⁴⁴ (Gobierno Vasco, 2013).

¹⁴² Agencia Estatal de Protección de Datos: <https://www.aepd.es/canalprioritario>

¹⁴³ <https://www.aepd.es/canalprioritario/>

¹⁴⁴ https://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/liburua_sexismoa_gazteak_7es_def/adjuntos/sexismo_gizarte_sareetan_c.pdf

28

Actividad: Protegiendo nuestros datos en la red**Tiempo estimado:** 50 minutos**Formato:** Reflexión, redes sociales, audiovisual**Objetivo:** Reflexionar sobre la protección de datos: herramientas de autocuidado y empoderamiento en la red.**Desarrollo de la actividad:** Visualizar el vídeo [Hot on your trail «Siguiendo su rastro: privacidad, sus datos y quién tiene acceso a ellos»](#) publicado por Reveal y, acompañadas de los PDF publicados por DonesTech, proponer estrategias de autocuidado en la red.**Escribimos, en grupos de cuatro o cinco personas, una reflexión colectiva sobre el vídeo Hot on your trail. A continuación, a partir de los recursos facilitados en este cuadro, escribimos las alternativas y estrategias que más nos hayan interesado en un folio, cómo las pondríamos en práctica en nuestros dispositivos y una explicación de por qué hemos elegido esas.**

Los recursos que usaremos en la práctica son los siguientes:

1. [Ciberherramientas para el empoderamiento digital](#) (Donestech)
2. [Checklist de seguridad básica para equipos](#)
3. [Herramientas de autodefensa digital](#)
4. Este test de [fortuna.segudigital.org/es](#) que nos permite descubrir cuidados que podemos incorporar en nuestros dispositivos.
5. [Los textos de Remedios Zafra](#)¹⁴⁵ sobre nuestras vidas en la red: ensayos sobre género y ciberespacio.

¡Ojo! El objetivo de la actividad no es criminalizar la tecnología ni trabajar desde el miedo, sino proporcionar herramientas que fomenten el empoderamiento y tomar las riendas de nuestros datos en nuestro uso de las redes en la medida de lo posible.

De manera previa a la visualización del vídeo, podemos leer el reportaje del periodista David Justo¹⁴⁶ [“No somos conscientes del 70% de datos que le damos a las empresas”: así comercializan con ellos y así lo harán en la sociedad de los datos](#) (Cadena Ser, 2022), que determina que los datos de las personas usuarias de las redes sociales son el oro del siglo XXI. Explica que estos se mercantilizan a nivel empresarial para que puedan desarrollar campañas de publicidad mucho más efectivas y generar así un mayor impacto económico. De este modo, DonesTech indica que «si el servicio es gratuito, el producto eres tú».

El vídeo Ciberactivismos frente a las violencias de género en el entorno digital analiza los últimos estudios publicados y diversas estrategias ciberactivistas, y hace un pequeño repaso por literatura y recursos imprescindibles frente a las ciberviolencias.

¹⁴⁵Otros recursos de interés: en el apartado 'recursos de asistencia' encontrarás números y plataformas a las que acceder.



¹⁴⁵ Puedes leer los textos de Remedios Zafra aquí: <https://www.remudioszafra.net/textos.html>

¹⁴⁶ Acceso al reportaje completo aquí: <https://cadenaser.com/nacional/2022/11/16/no-somos-conscientes-del-70-de-datos-que-le-damos-a-las-empresas-asi-comercializan-con-ellos-y-asi-lo-haran-en-la-sociedad-de-los-datos-cadena-ser/>

29

Actividad: Prevención del hate en redes sociales**Formato:** Reflexión, redes sociales, literatura**Objetivo:** Promover la comunicación no violencia en redes sociales. Trabajar la asertividad y la empatía en grupo.**Desarrollo de la actividad:** Los *haters* en redes sociales son personas cuya conducta y comportamiento en la red son hostiles de manera sistemática. Atacan a terceras personas mediante mensajes de odio en cualquier escenario. Frente al *hate* en redes, proponemos una actividad para trabajar la comunicación no violenta. Esta versa alrededor de la asertividad que, como expresa *Save The Children*, es la capacidad para expresar necesidades, emociones y opiniones de manera respetuosa, clara y no agresiva. Olga Castanyer en el libro 'La asertividad: expresión de una sana autoestima' (Desclée de brouwer, 2014) expresa que el que una interacción nos resulte satisfactoria depende de que nos sintamos valoradas y respetadas. La psicóloga presenta una tabla de los derechos asertivos que tenemos todas las personas, entre los que se encuentran (Castanyer, 2014:57-59):El **derecho** a ser tratada con respeto y dignidad.El **derecho** a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones (sin discriminar ni dañar).El **derecho** a ser escuchada y tomada en serio.El **derecho** a decir «no» sin sentir culpa y a darme cuenta de que mi interlocutor/a también tiene derecho a decir «no».El **derecho** a decidir qué hacer con mi cuerpo.**¿Tengo presentes mis derechos asertivos?**

Esta misma autora propone un experimento: elige una situación que te resulte difícil de afrontar. Divide esta situación en tres momentos: el momento antes de entrar en ella, cuando estés en medio, y después, cuando ya hayas salido de ella. Para cada uno de estos momentos, en esta guía proponemos reflexionar a partir de las siguientes preguntas: ¿qué te sueles decir normalmente? ¿Cómo son esos automensajes? ¿Tengo presentes mis derechos asertivos? ¿Cómo sería para ti tener en cuenta tus derechos asertivos? ¿Y los de la otra u otras personas? ¿Cambia este modo de actuar si la situación sucede en la red? ¿Por qué? ¿Representa mis valores la manera en la que me comporto en la red? ¿Y de tratar a otras personas? Tras la lectura de este libro podrían crear un mural conjunto en el que cada persona explique qué es para ella la comunicación no violenta y asertiva. Para ello es precisa la educación emocional y trabajo personal y colectivo que nos ayude a manejar las propias emociones e impulsos conscientemente. ¡Lo bueno es que podemos aprender a hacerlo! **El primer paso de una comunicación asertiva y no violenta, así como para hacer frente al hate en redes sociales, consiste en ser conscientes de nuestro derecho de ser bien tratado y la responsabilidad de tratar bien a las demás personas.** Y saber que es posible hacerlo sin dañar ni herir al otro. Trabajar la empatía es fundamental para establecer relaciones de buenos tratos en el centro. Esto pasa por reconocer las emociones de las demás personas e interesarte por saber qué necesitan, cómo se sienten, etc. Esto no debe confundirse con despojarnos de nuestro derecho a sentir

emociones como el enfado o la rabia, pues estas nos permiten poner límites sanos y defendernos frente a opresiones o tratos injustos hacia nosotras como explica Soraya Chemaly en 'Enfurecidas' (Paidós, 2019). Además, la asertividad nos ayuda a establecer nuestros límites y necesidades, validando cómo nos sentimos y conociendo nuestro derecho a decir «no» sin culpa. Castanyer invita a educar para la asertividad teniendo cuidado con las proyecciones, es decir, siendo conscientes de que tendemos a proyectar nuestros propios temores y experiencias negativas. También en trabajar en la propia deconstrucción para evitar seguir reproduciendo creencias como las de que 'los hombres no lloran', pues éstas son formas de coartar el desarrollo emocional; generan una 'castración emocional' y una imposición del 'deber ser' en función a una serie de roles.

30

Actividad: Escape-Room como herramienta coeducativa frente a la invisibilización

Formato: Escape-Room, reflexión

Objetivo: Cuestionar los valores androcéntricos presentes en la historia convencional. Conocer las aportaciones de las mujeres y disidencias de género en la historia.

Desarrollo de la actividad: Esta dinámica consiste en realizar una de las *escape-rooms* virtuales propuestas a continuación por diversas docentes que recuperan, desde su práctica educativa, la historia de quienes fueron invisibilizadas en el relato universal. Cuando hablamos de la no presencia de las mujeres en los materiales didácticos, hacemos referencia a un ejercicio de invisibilización de sus aportaciones al conocimiento. Según un estudio de Ana López-Navajas (2012), que examinó 115 manuales de tres editoriales, [tan solo un 7,5% de las personas que aparecían en los libros de texto de la ESO eran mujeres](#):¹⁴⁷ «Su presencia es anecdótica y su ausencia, sistemática. No forman parte de la información relevante ni son protagonistas del relato general que transmite la enseñanza». Si preguntamos por referentes de la música clásica suelen venirnos a la cabeza nombres de hombres, pero pocos o ninguno de mujeres. Lo mismo sucedería si preguntamos por pintores, donde apenas nombramos artistas femeninas a pesar de que contamos con figuras importantes que han supuesto un cambio en el panorama artístico como Maruja Mallo, Remedios Varo o Ángeles Santos (pueden ver parte de sus obras en [esta recuperación del Museo Reina Sofía](#)¹⁴⁸). El Museo Arqueológico Nacional cuestiona los valores androcéntricos presentes en la historia de la humanidad que, hasta el momento, eran sinónimo de 'lo normal'. Cuenta con una muestra en la que se recogen una serie de hallazgos, textos y yacimientos arqueológicos que cuestionan el discurso convencional que ha invisibilizado las aportaciones de las mujeres y de las disidencias de género. [Pueden visitar la exposición virtualmente en este enlace](#)¹⁴⁹, que nos acerca a la vida de mujeres en sociedades que habitaron la Península Ibérica desde la Prehistoria a la Edad Moderna y en dos de las principales civilizaciones del Mediterráneo antiguo, el antiguo Egipto y la Grecia clásica. Esta invisibilización ha supuesto un claro tipo de violencia al negar sus aportaciones en diferentes ámbitos. Además, reproduce otras violencias simbólicas, prejuicios y estereotipos al situarlas en una posición de inferioridad o irrelevancia. Itxiar Guerra (2021) define el término 'androcéntrico' en su libro

'[Lucha contra el capacitismo](#)' como «una visión del mundo que pone al hombre en el centro, como referente, afectando a cualquier aspecto de la vida, desde la educación a la medicina o la construcción de las ciudades. La mirada masculina es la única válida, posible y universal, construyendo la realidad desde un punto de vista masculino y cis-normativo (es decir, la norma es ser un hombre cis, toda aquella persona que se salga de esta norma será castigada/marginalizada/oprimida)» (Guerra, 2021: 11). Esa idea sesgada de normalidad, en la que el patrón de medida es el hombre, ha sido cuestionada por diversas personas investigadoras; desde la medicina con [Carmen Valls](#) hasta la literatura con [Aurora Luque](#), o la lingüística con Ártemis López.

- **Actividad: Escape-room ¿Sois capaces de salvar la historia?**

Frente a esta invisibilización, la profesora de intervención sociocomunitaria Mamen Conde, ideó y puso a disposición del resto de docentes la actividad 'Heroínas ¿Sois capaces de salvar la historia?', basada en los juegos de escape digital conocidos como *breakout*, que propone al alumnado ser un equipo de investigadoras e investigadores que quieren desvelar la historia que nos han ocultado y tienen una hora para encontrar el número para desactivar la bomba, evitar que la biblioteca explote y poder así restaurar la historia. Disponible [en este enlace](#)¹⁵⁰ de *genial.ly*.

- **Actividad: Escape-room Atrapadas en la historia**

En esta línea, la profesora y creadora del blog 'La Tiza de Ana', bajo la consigna «hoy conseguiremos destapar parte de la historia, mañana os toca escribir una historia nueva más justa y solidaria», propone realizar en clase esta [Escape Room](#)¹⁵¹ con título 'Atrapadas en la Historia' y ofrece todos los [recursos](#)¹⁵² necesarios para llevar a figuras como Hipatia de Alejandría, Rosalind Franklin, Safo de Lesbos o Valentina Tereshkova a tu aula de un modo dinámico.

[El Mapa de Creadoras de la Historia de la Música](#)¹⁵³, es una antología cartográfica de compositoras repartidas por todo el mundo y enmarcadas desde el siglo IX hasta el año 2005 creada por la musicóloga y Doctoranda en Investigación en Humanidades, Artes y Educación Sakira Ventura (@svmusicology). A raíz de este trabajo ha sido entrevistada por medios internacionales y han nacido otros proyectos como cursos de formación al profesorado en la especialidad de musicología feminista, así como conferencias y conciertos pedagógicos que ponen en valor las composiciones de autoría femenina.

- **Actividad: musicology y compositoras clásicas de la Historia**

En un ejercicio de invisibilización y de violencia simbólica, muchas creadoras jamás han sido incluídas en los libros de texto. El androcentrismo también ha estado presente en el modo en que se ha enseñado la historia de la música. Proponemos la actividad de preguntar en un aula a cuántas compositoras de la historia conocen y contar cuántas mujeres aparecen (pasaría algo similar si preguntamos por pintoras, escritoras, etc.). Para realizar esta actividad proponemos, tras la ronda de preguntas, generar una ruleta [con la herramienta Wordwall](#) e incluir a las músicas que incluye Sakira en su mapa para aprender a través de una dinámica divertida.

¹⁴⁷ <https://www.educacionyfp.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulos363/re36312.pdf?documentId=0901e72b817fcfba>

¹⁴⁸ <https://www.museoreinasofia.es/visita/feminismo>

¹⁴⁹ Museo Arqueológico Nacional: <http://www.man.es/man/exposicion/recorridos-tematicos/museo-femenino.html>

¹⁵⁰ ¿Son capaces de salvar la historia? escape room

<https://view.genial.ly/62127e910011b400177b498c/game-breakout-breakout-8m-mamen-conde-puertas>

¹⁵¹ <http://www.lalizadeana.com/2020/03/escape-room-atrapadas-en-la-historia.html?m=1>

¹⁵² Recursos Escape Room: <https://drive.google.com/drive/folders/1QEcaBmIQ5Yz8gpuU5NXrOUqJqF48rRdp>

¹⁵³ Mapa creadoras de la Historia de la Música: <https://svmusicology.com/mapa?lang=es>

Las 27 fichas de [Mujeres de Libro](#)¹⁵⁴ de Juventud Canaria ofrecen recursos muy útiles y didácticos que recuperan biografías de mujeres de diferentes ámbitos del saber y la cultura, pasando por los deportes, la música, la filosofía y las ciencias, entre otras.

31

Actividad: Emocionario: «entendiéndome, entendiéndote»



Este ejercicio pretende romper con la dicotomía de emoción-razón, así como fomentar la empatía en las aulas teniendo presentes las emociones de todas las personas participantes. Sam Fernández (2020) recupera las palabras de Keller y defiende que es importante no dar por sentado el binomio razón/emoción que forma parte de la construcción histórica de la academia en la modernidad. En esta línea, Dau García Dauder en 'Epistemologías del fuera de campo. Repensando la investigación', asegura que el cuerpo y las emociones están presentes en los procesos de conocimiento y también en la academia. Por lo que plantea que es crucial colectivizar sentires, dilemas y estrategias. Propone un ejercicio basado en los conocimientos encarnados y en los itinerarios corporales de Mari Luz Esteban. Consiste en escribir las experiencias que quedan fuera de lo estrictamente académico, pero que el estudiantado lleva escritas en el cuerpo: «hacer consciente y explícito el entrelazamiento entre la experiencia corporal y el aula». A partir de estas ideas, realizamos una actividad cuyo objetivo es aplicar, en un ejercicio reflexivo de autoconocimiento,

la teoría corporal a la práctica académica. El ejercicio consiste en identificar emociones que hayan sido relevantes para ti, estando en el centro educativo, y ubicarlas en el cuerpo. Puedes tomar uno o varios momentos de tu proceso de aprendizaje donde las hayas experimentado con mayor intensidad o conciencia. Descríbelo de forma detallada, priorizando en la descripción las sensaciones o prácticas corporales/físicas. **¿Sabrías situar las emociones en el cuerpo? Les invitamos a dibujar una figura de una silueta humana en un folio y situar las emociones. El objetivo es validar los propios sentires así como fomentar la empatía hacia las demás, entendiendo el poder de las palabras y de los modos de hacer en el aula.** Se rompe así con la dicotomía emoción-razón, pues las emociones forman parte del mismo proceso de aprendizaje y permiten conocer cómo impactan las dinámicas educativas del centro en tu bienestar emocional. García y M. G. Ruíz determinan que **las emociones también son herramientas potentes de transformación social: «Son instrumentos para combatir abusos, para fomentar derechos, para cambiar la estructura de opresiones, para desatar nudos y abrir candados, para posicionarnos y repensarnos críticamente»** (Chirix, 2003; Leyva, 2015). Sara Ahmed en 'Política cultural de las emociones' (Universidad nacional autónoma de México, 2018) indaga en la importancia de reconocer, validar y permitirse sentir y expre-

¹⁵⁴ <https://www.gobiernodecanarias.org/juventud/programas/publicaciones/mujeres-de-libro-2021-2022/>

sar emociones como la indignación que nos permiten reivindicar frente a la violencia, la injusticia, la desigualdad y el daño: «La "indignación" y la "tristeza" que debería sentir la lectora cuando se enfrenta al dolor de los otros es lo que le permite entrar en una relación con el otro, bajo la premisa de la generosidad en tanto opuesta a la indiferencia».

¿Cómo me siento hoy? ¿En qué parte del cuerpo ubico mis emociones?

Alegría	Nervios	Amor	Rabia	Tristeza
Ilusión	Vergüenza	Compasión	Miedo	Preocupación
Entusiasmo	Tensión	Gratitud	Enfado	Incomprensión
Ternura	Tranquilidad	Orgullo	Decepción	Nostalgia
Serenidad	Anhelos	Inspiración	Ansiedad	Asco

¿Cómo me siento en mi proceso de aprendizaje? ¿Qué papel juegan las emociones?

Para poder tomar conciencia de ello resulta interesante identificar en qué parte del cuerpo se situaría cada emoción (y con qué sensación física está asociada). Localizar y reconocer estas sensaciones en nuestro cuerpo puede ser un buen punto de partida en el desarrollo de la toma de conciencia emocional. La actividad propuesta consiste en dibujar una silueta de un cuerpo humano e indicar, con puntos de diferentes colores, en qué partes percibimos cada emoción en concreto. Por ejemplo, la alegría la noto en el pecho, los nervios en el estómago, etc. A continuación se recoge una pequeña parte de todas las emociones que podríamos sentir. Para profundizar en cada una, el libro 'Emocionario: dime lo que sientes' (Núñez y Romero, 2013) describe diferentes estados emocionales para aprender a identificarlos y, así, poder reconocer y expresar lo que realmente sentimos.

Deconstruyendo nuestros adultismos

32

Actividad: El mapa del adultismo

Propuesta didáctica de: Ariadna Nazara Batista. Graduada en Lengua y Literatura. Máster en Estudios de Género y Políticas de Igualdad.

Formato: Cartelería, reflexión **Duración:** 40 min

Objetivo:

- Reconocer al adultismo como una problemática estructural
- Reflexionar en torno al papel del adultismo en los procesos coeducativos
- Sensibilizar sobre las violencias adultistas que se perpetúan en el día a día

Desarrollo de la actividad: Se comenzará la actividad introduciendo las cuestiones que se van a tratar, girando en torno a cómo se relacionan las personas adultas con las personas jóvenes, y a qué entendemos por ser joven y por ser una persona adulta.

Tras la introducción se procederá a agrupar a la clase en cuatro grupos distintos y se le otorgará una situación a cada uno (anexada en la siguiente página). Dicha situación contará con una descripción del contexto, un pequeño diálogo en el que se desarrolla la situación y unas preguntas. Cada grupo leerá la suya y responderá a las cuestiones planteadas.

Una vez hayan podido reflexionar sobre su situación, se les pedirá que expongan las conclusiones a las que llegaron al resto de los grupos. A continuación, se colgará la ficha en el tablón hasta que podamos ver todas las situaciones en su conjunto configurando el 'mapa del adultismo'.

Tras esta puesta en común se planteará un debate entre todas las personas participantes. Guiado por las siguientes preguntas, el objetivo es que se profundice en torno al adultismo a través de las reflexiones conjuntas.

- ¿Qué hemos sentido durante la escucha a otros grupos y situaciones?
- ¿Somos capaces de reconocerlas e identificarlas en nuestro día a día?
- ¿Recordamos situaciones parecidas en nuestra propia infancia o adolescencia?
- ¿Cómo nos hicieron sentir esas situaciones?
- ¿Cuál es la definición que estas situaciones hacen de la juventud? ¿Y de la adultez?
- ¿Puedes identificar otras formas de discriminación en alguna de ellas? ¿Crees que guardan relación entre sí?
- ¿Podemos encontrar formas de re-escribirlas?
- ¿Qué efecto tendrían estos cambios en las personas que están implicadas?

Para cerrar la dinámica, se concluirá lo hablado y compartido hasta ahora reescribiendo las distintas situaciones. De esta forma se generará un nuevo «mapa antiadultista» a través del trabajo colectivo capaz de configurar un nuevo horizonte coeducativo.

Recomendaciones:

- Comenzar la actividad creando un clima de escucha, poniendo a las percepciones y los sentires en el centro. No se trata de culpabilizar a las personas adultas, sino de que se identifiquen como agentes de cambio en la construcción de unas sociedades jóvenes más igualitarias, se responsabilicen y empaticen con las realidades que les rodean.
- Tener especial cuidado a la hora de compartir experiencias en torno a las infancias y adolescencias, pues se puede dar el caso de tocar temas complejos para las personas.
- Documentarse primero sobre qué es el adultismo y manejar las formas en las que se manifiesta en nuestro día a día. El debate debe ir acompañado de alguna definición teórica que apoye la conceptualización, así como se debe introducir otras nociones que se interseccionan y amplifican en esta cuestión (sexismo, racismo, LGTBIfobia, etc.).

Anexo. Fichas de situaciones

Se recomienda imprimir las preguntas por la parte trasera con la finalidad de que se cuelguen en el tablón y se vean tan sólo los diálogos.

Situación 1. En un instituto una persona docente explica a su alumnado una cuestión complicada de su materia. Es última hora y está todo el mundo cansado.

DOCENTE: Esto es lo que tienen que tener en cuenta de cara al examen, pero recuerden...

ESTUDIANTE: (Interrumpe la explicación) Disculpa, profe. Trato de comprender, pero es que la última parte me cuesta entenderla...

DOCENTE: ¡Si te callaras y escucharas, seguro que entenderías algo!.. Ahora vamos a seguir con el tema...

¿Crees que la situación hubiera sido distinta si se tratara de dos personas adultas?
¿Qué pensarías si una persona adulta trata de esa forma a otra delante de un grupo?
¿Crees que está socialmente aceptado este tipo de situaciones?
¿Qué crees que siente la docente al decir eso? ¿Y la persona menor?

Situación 2. Una adolescente sufre burlas e insultos de sus iguales en el centro escolar. Lo está pasando mal y decide comentárselo a una persona adulta de confianza para buscar ayuda.

PERSONA ADULTA: Qué callada estás...

ADOLESCENTE: Ya no aguanto más, todos los días tengo que aguantar que se burlen de mí. Me llaman gorda y se ríen de mi cuerpo.

PERSONA ADULTA: No les hagas caso, eso son estupideces de niños. Lo mejor que puedes hacer es ignorarlos y demostrar más madurez que ellos.

ADOLESCENTE: Lo intento... Pero es que ya no puedo más, aprovechan cada cambio de hora para meterse conmigo.

PERSONA ADULTA: Créeme, lo mejor es pasar y no malgastar tus energías. Cuando seas mayor, ¡ni te acordarás de esto!

Si hubiera sido una persona adulta la que manifiesta esta situación de acoso, ¿crees que hubiera sucedido lo mismo?

¿Qué pensarías si una persona adulta responde de esa manera a otra?

¿Qué crees que siente la persona adulta al decir eso? ¿Y la adolescente?

¿Qué repercusiones tendrá esta situación en la vida de la adolescente?

Situación 3. Dos adolescentes emocionados hablan del último single que sacó su cantante favorito y deciden compartirlo con una persona adulta de su entorno.

ADOLESCENTE 1: Profe, ¿escuchaste el último tema?

PERSONA ADULTA: ¿De quién? ¿El reguetonero?

ADOLESCENTE 2: ¡Está guapísimo! ¿Quieres escucharlo?

PERSONA ADULTA: ¡No! ¡Qué horror! Eso no es música ni es nada. ¡Antes sí que escuchábamos música de verdad! Pero ahora...

Si hubiera sido una persona adulta la que compartiera sus gustos, ¿crees que hubiera sucedido lo mismo?

¿Qué pensarías si una persona adulta contesta de esa manera a otra?

¿Qué crees que siente la persona adulta al decir eso? ¿Y la adolescente?

¿Crees que está aceptado socialmente este tipo de situaciones?

Situación 4. Un niño tiene dudas sobre su sexualidad y lo comparte con una persona adulta de confianza.

NIÑO: Creo que me gustan los niños...

PERSONA ADULTA: Bueno, yo creo que eres muy pequeño para saber lo que te gusta.

NIÑO: Pero es que me lleva gustando desde hace mucho tiempo y estoy confundido.

PERSONA ADULTA: ¡Eso son tonterías! Cuando seas mayor hablamos.

Si hubiera sido una persona adulta la que comparte su experiencia y sus dudas, ¿crees que hubiera sucedido lo mismo?

¿La situación sería diferente si el niño hubiera hablado sobre una niña?

¿Qué pensarías si una persona adulta contesta de esa manera a otra?

¿Qué crees que siente la persona adulta al decir eso? ¿Y el niño?

¿Qué repercusiones tendrá esta situación en la vida del niño?

33

Actividad: «El Muro de los deseos: Tu voz cuenta» ¿Y tú, qué necesitas? ¿Qué podemos hacer?**Formato:** Cartelería, reflexión**Objetivo:** Promover estrategias colectivas por unos centros libres de violencia y acoso.

Escuchar y valorar las voces de nuestro alumnado.

Desarrollo de la actividad: Crear un cartel colectivo en el que se recojan las reivindicaciones, necesidades y demandas del estudiantado y profesorado alrededor del centro y de las dinámicas educativas y de cuidados que se desarrollan. Repartimos papeles de colores diferentes para que cada estudiante pueda expresarse y se pegan todas juntas, de manera anónima, en un cartel de algún color llamativo en el tablón de la entrada del centro. La escritora Audre Lorde escribió: **«Mi silencio no me protegió. Tu silencio no te protegerá»** haciendo alusión a la importancia de abordar las situaciones de violencias presentes en la sociedad para terminar con ellas. Siguiendo esta premisa, realizaremos una actividad con el fin de que todas las voces sean escuchadas y sus necesidades puestas en valor en el centro. Habiendo recortado previamente folios en seis tarjetas, creamos un círculo en medio de la clase y repartimos uno a cada estudiante. Entonces proponemos que escriban, para leer después anónimamente, lo que necesitan de los demás en el centro, tanto de sus compañeras y compañeros como del profesorado, para que sea un espacio seguro libre de violencias.

Una vez recogidos todos los mensajes, pedimos a cada participante que saque al azar alguno de los folios y exponga la necesidad planteada. Tras la lectura de todas las necesidades, reivindicaciones y propuestas, preguntamos qué les parecen, si creemos que podemos generar esos espacios y de qué maneras podríamos hacerlo.

Cuando realizamos esta actividad, el estudiantado suele expresar que les gustaría sentirse más escuchado y que su palabra cuente por igual en el centro. También cuentan que muchas veces no han recibido un acompañamiento de calidad en casos de *bullying*:

«Organizar algo para que las personas que realmente están sufriendo puedan expresarse y obtener buena ayuda. Sufrí durante años bullying y en esos años no sentí ayuda por parte del centro educativo, el acoso nunca paró, la ayuda que me brindaron no servía de nada. Me gustaría que hubiera un cambio en ese aspecto. Así no me hubiera sentido tan solo y rechazado».

En el caso del profesorado, me han expuesto que solicitaban, principalmente, *«una mayor claridad en los pasos a seguir en los protocolos de actuación frente al acoso u otras violencias en el centro, y mayor formación para acompañar al alumnado como necesita»*. Estos son solo algunos ejemplos de las propuestas u orientaciones que pueden salir con esta actividad para pensar en un cambio colectivo que precise el compromiso colectivo de la unidad educativa. Podemos plantearnos, en conjunto con el personal educativo y con el alumnado, qué estamos haciendo desde el centro para erradicar las violencias machistas, LGTBfobas, de humillación corporal, racistas, clasistas o capacitistas. Qué actividades nos gustaría llevar a cabo y cómo introducir estas necesidades en el currículum académico.

Proponemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué necesitarías para sentir que el centro es un espacio seguro?
- Si tuvieras alguna inquietud o sufrimiento, ¿Encuentras en el centro figuras de confianza con las que poder contar?
- ¿Qué necesitarías del personal docente para ello?
- ¿Con qué herramientas les gustaría contar al equipo educativo para poder ofrecer un acompañamiento de calidad, afectivo y seguro al alumnado?
- ¿Cuentan con un grupo de apoyo mutuo en el centro?
- ¿Cómo podrían crearlo y qué necesitarían para ello?
- ¿Alguna vez han vivido o presenciado acoso en las aulas?
- ¿Qué les ha parecido el abordaje por parte del equipo profesional del centro? ¿Y del resto de la clase?
- ¿Cómo se podría haber hecho mejor?
- ¿Qué podemos hacer para que no vuelva a ocurrir?

Cuando realizamos esta actividad acompañando a alumnado de diferentes IES, han salido respuestas muy interesantes, entre las que se encuentran:

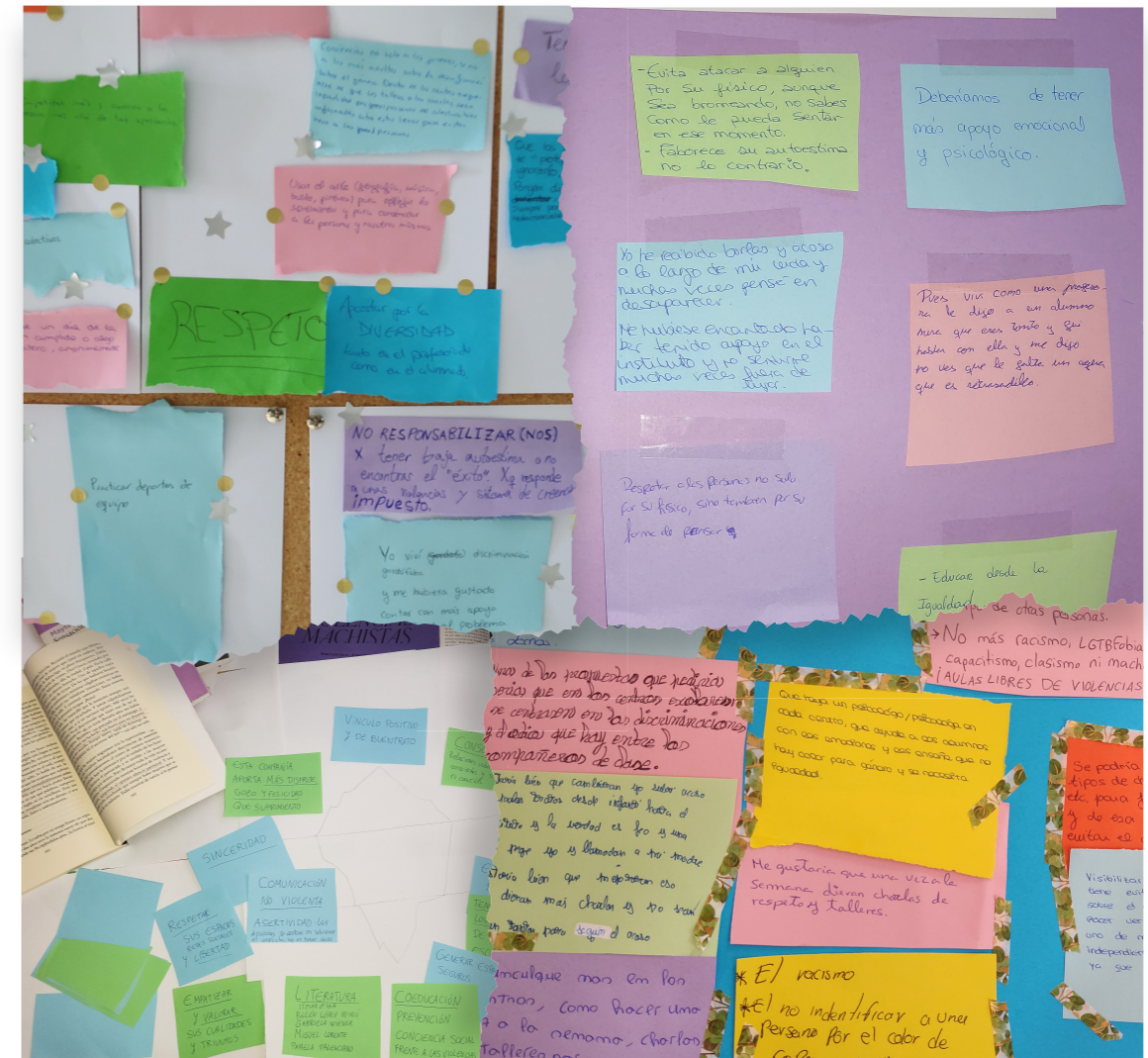
- Desde pequeño he vivido y visto de cerca cómo algunas personas hacían bullying, por lo que no solo me gustaría enseñar que eso está mal, sino que desde tan temprana edad se aprenda que el ser diferente es lo que hace especial a una persona y esa es la verdadera normalidad.
- Me gustaría que la gente ponga más de su parte y, si ven algún tipo de acoso, defiendan a quienes están siendo acosados. Dejar de victimizar a las víctimas.
- Aumentar el número de charlas de sensibilización sobre cómo influyen los comentarios sobre el físico o capacidades de una persona independientemente de que encajen o no en los cánones establecidos. Es necesario que tengamos más acceso a esta información y así evitar todas estas actitudes.
- Sufrí durante 14 años *bullying* y no sentí ayuda por parte del centro. El acoso nunca paró, la ayuda que me brindaron no servía de nada. Me gustaría que hubiera un cambio en ese aspecto.
- En el aula a veces se olvida que la educación va más allá de los contenidos.
- Me hubiera gustado que, cuando me ignoraban en el instituto, los mayores se hubieran acercado a ver qué pasaba, no ignorarlo ni incentivarlo. Desde los centros se debería contar con más protocolos antiacoso.
- Me gustaría que se recibiese más apoyo y recursos en salud mental en cualquier ámbito. También que se tuviera más tacto al tratar con el alumnado a la hora de

expresar que opinión en cualquier tema y que no se juzgue.

- Mejorar las instalaciones para personas en silla de ruedas.
- Poner distintos referentes para todos los ámbitos (ejemplo, únicamente ponen hombres escritores, personas hetero y que cumplen los cánones de belleza).
- En mi antiguo colegio sexualizaban a las chicas. Tenían que llevar uniformes con falda y los chicos con pantalón. Yo tenía una amiga que se sentía mal con las faldas y cuando fuimos a comprarnos unos pantalones, la expulsaron por unos días. Me hubiera gustado que alguien me pudiera haber ayudado para apoyarla.
- Usar el arte (fotografía, música, baile, pintura...) para reflejar los sentimientos y para concienciar a las personas y a nosotros mismos.
- No responsabilizarnos por tener baja autoestima o no encontrar el «éxito» porque responde a unas violencias y sistema de creencias impuesto.
- Yo viví discriminación, burlas y acoso. Me hubiera gustado contar con más apoyo y visibilidad del problema y no sentirme muchas veces fuera de lugar.

El profesorado expresó, ante la pregunta ¿Con qué herramientas te habría gustado contar para acompañar al alumnado?

- Mayor claridad en los pasos a seguir, y mayor formación para acompañar al alumnado.
- Muchas veces nos cuesta detectar este tipo de acoso, ya que suelen ser muy reticentes a contar este tipo de cosas.
- Más formación e intervenciones en los centros por parte de las personas que sí están formadas. Intento utilizar las herramientas que he ido encontrando pero no sé si lo que estoy haciendo es adecuado o no, más que herramientas necesitamos información y formación.
- Acercarnos a los jóvenes utilizando estrategias para que les llegue el mensaje. Una idea es trabajar con metodología Kahoot.
- Al menos un protocolo claro. Una mejor respuesta de las instituciones para denunciar cualquier tipo de ciberacoso/ciberbullying.
- Muchos recursos para trabajar la prevención y poder motivar a sacar a la luz este tipo de acosos, asesorarlos mejor y poder estar más segura en los protocolos a seguir.
- Más que de herramientas me gustaría contar con más implicación del profesorado
- Más formación para el profesorado sobre estos temas. Fomentar la parte de concienciación. Coordinación con agentes externos.
- Trabajar posibles protocolos en el sistema educativo, y mayor detenimiento en las herramientas didácticas para usar con nuestro alumnado.



Literatura complementaria:



Algunas definiciones de adultocentrismo:

«El concepto de adultocentrismo se refiere a la estructura social, política y económica de acuerdo a la cual el dominio lo ejercen las personas adultas. Es decir, la crítica al adultocentrismo viene a problematizar el carácter de opresión que existe en las relaciones entre las clases de edad, donde la principal beneficiaria, evidentemente, es la edad adulta. Cuestionar el carácter adultocéntrico de nuestra sociedad es, entonces, reconocer y problematizar las relaciones desiguales de poder que existen entre las diferentes edades [...] Pretendemos reparar no sólo en su condición estructural, sino también en el análisis de las violencias adultistas que de él se desprenden y se imparten contra las juventudes, desde una vocación por registrar la multiplicidad de opresiones que se intersectan» (Morales y Magistris, 2018)¹⁵⁵.

«Una normatividad adultocentrista es la creencia de que las personas jóvenes y todo lo que sea puesto en relación con la juventud es menos importante o, dicho de otra forma, rechazable o inadmisibile» (Diego Fernández e Iván Gómez, 2020).

«El adultocentrismo, como todo centrismo, lo que pone en cuestión es la idea de dar razón, o sea, quién es el que posee la racionalidad. La palabra infancia significa 'carencia de voz' en el sentido de una voz racional y comprensible, o sea, la infancia no tiene voz porque la voz está asociada al logos, a la conciencia y a la racionalidad [...] entonces nadie les toma en serio porque se considera que lo que dicen no es racional en función de esa asociación entre la voz y la racionalidad que solo se da en el adulto» (Darío Sztajnszrajber, 2021).

UNICEF lanza el cuadernillo [«Superando el adultocentrismo»](#) con el fin de ofrecer dinámicas enfocadas en el proceso que permite al adultocentrismo operar en las personas adultas y orienta sobre los caminos que podemos seguir para superarlo.



«Porque yo lo digo y punto», «una torta a tiempo educa» o «la juventud de hoy en día cada vez es peor». ¿Cuántas veces habremos reproducido conductas adultistas y no nos hemos dado cuenta hasta que nos las han señalado? Cuando hablamos de aulas libres de violencias ¿Nos incluimos como agentes activos para erradicarlas? ¿Somos capaces de rectificar y aprender una vez tomamos conciencia? ¿Somos el educador o la educadora que deseáramos tener si fuéramos estudiantes? Sabemos que hay actitudes, formas de hacer, de tratar a otras personas y de hablar, que hemos heredado a nivel social. Es por ello que, para que el proceso de aprendizaje sea gozoso, empático y fructífero, es necesario trabajarnos los sistemas de dominación que tenemos dentro y que, al ser estructurales, están normalizados, es decir, nos puede costar verlos. Estos pueden ser el adultismo hacia el alumnado, el sexismo, el racismo, la LGTBIfobia, el clasismo o el capacitismo, entre otros.

¹⁵⁵ Para profundizar, podemos leer el texto 'Niñeces del abya yala: una aproximación a las categorías de adultocentrismo y adultismo' de Santiago Morales: <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/observatoriolatinoamericano/article/view/7897>

Silvia Álava, doctora en Psicología, explica en una [entrevista](#) (2019) que bajo ningún concepto la violencia está justificada ni ayuda a educar: «Está muy estudiado que la violencia solo genera violencia». Y sostiene que si la figura de persona educadora trata de regular las emociones de la juventud a la que acompaña, reaccionar de forma violenta no contribuye a mejorar su comportamiento. Por el contrario, se le está enseñando, precisamente, a reaccionar de forma violenta porque la persona adulta no ha sido capaz de regular sus propias emociones.

Sobre las estructuras de poder presentes en el aula, bell hooks escribe en 'Enseñar pensamiento crítico' (2022):

«Cuando todas las personas en el aula, profesorado y estudiantes, reconocen que son responsables en conjunto de la creación de una comunidad de aprendizaje, el aprendizaje alcanza su máximo sentido y utilidad [...] Es imposible que se pueda educar en un contexto en el que las relaciones sociales se estructuran a partir de un modelo de disciplina y castigo. Si las dinámicas de poder explícitamente jerárquicas hacen aceptable el dominio de los fuertes sobre los débiles, los estudiantes no respetarán a los profesores, y viceversa. Pueden mostrar deferencia, pero la esencia de este rasgo no es el respeto, sino la subordinación.»

Para trabajar los adultismos y ejes de poder en el acompañamiento educativo, es imprescindible acercarse al alumnado de una forma empática, sin dejar de marcar límites sanos, pero tratando de no reproducir jerarquías ni sistemas de dominación. El pedagogo y filósofo Paulo Freire decía: **«Lucho por una educación que nos enseñe a pensar y no por una educación que nos enseñe a obedecer»**. En esta línea, la psicóloga Olga Castan- yer defiende que la educación tradicional nos ha pretendido hacer sumisas y que todas las personas hemos recibido incontables mensajes del estilo «obediencia a la autoridad», estar calladas cuando hable un mayor, no expresar la opinión propia ante padres, maestros, etc. «Si bien esto responde a un modelo educativo más antiguo, sorprende ver cómo personas jóvenes relatan historias llenas de reproches, padres autoritarios, prohibiciones para ser ellos mismos. Existe una serie de suposiciones tradicionales que a primera vista parecen «normales» pero que, recibidas de forma autoritaria, pueden dañar a la persona haciéndola sentirse inferior a las demás».

Para finalizar la actividad proponemos ver una serie de vídeos de la campaña ['En sus Zapatos'](#) de la psicoterapeuta Beatriz Cazorro, cuyo fin es cuestionar creencias adultistas: «Porque sin empatizar ¿cómo vamos a dejar de justificar aquellas situaciones, que si ocurrieran entre adultos, definiríamos sin dudarlas como violentas? ¡Quítate por un momento tus zapatos y atrévete a mirar el mundo desde los suyos!».



34

Actividad: Línea de la interseccionalidad: Role Playing

Esta actividad se ha diseñado a partir de los talleres impartidos junto al tallerista Nael Medina y coordinados por el sociólogo Jose A. M. Vela. Se da un papel de un color diferente a cada persona y se le dice que dé un paso al frente si puede o no realizar con tranquilidad las actividades que proponemos en función del personaje que le haya tocado. El objetivo es reflexionar sobre las barreras sociales con las que nos encontramos en función de nuestros privilegios u opresiones, así como el desarrollo de la empatía y poner en cuestión la norma social que oprime y discrimina a las personas que se alejen de ella a partir de la técnica del *role playing*. Se irán diciendo en voz alta una serie de situaciones y les pedimos que si creen que su personaje puede realizarlas, den un paso adelante y si no pueden, se queden en el sitio. Al terminar se comprobará qué personajes han conseguido avanzar más y se debatirá el por qué.

Preguntas que planteamos tras repartir los personajes:

1. ¿Puedes salir de fiesta a donde quieras sin problemas?
2. ¿Puedes viajar a cualquier país del mundo con tu pareja?
3. ¿Puedes buscar trabajo sin que te discriminen por ser quien eres?
4. ¿Puedes ir a un baño público y sentirte a salvo?
5. ¿Puedes comprarte un móvil u ordenador nuevo sin problema si lo necesitas?
6. ¿Puedes casarte en cualquier país del mundo?

- Para reflexionar sobre esta pregunta tras la actividad, podemos [leer los datos de Amnistía Internacional](#)¹⁵⁶, que recogen que las personas del colectivo LGTBI+ son aún perseguidas en muchos países por el mero hecho de serlo.
- Les preguntamos, tras haber actuado mediante un juego de role-playing acorde al papel que les ha tocado, cómo se han sentido realizando la actividad.
- Para profundizar en el reconocimiento de los privilegios recomendamos [este vídeo de Tatiana Romero para Píkara Magazine en su sección 'Tatianismos'](#)¹⁵⁷.

Papel rojo. Eres una mujer cis, negra, joven y lesbiana. Cobras 675 euros al mes y no cuentas con tu documentación en regla.

Papel blanco. Eres una persona de género no binario racializada, ganas 900 euros al mes y no cuentas con tu documentación en regla.

Papel violeta. Eres un hombre cis, blanco, heterosexual de 47 años. Estás divorciado y tienes dos hijos, uno de diez y otro de doce años. Ganas 3.500 euros al mes y cuentas con tu documentación en regla.

Papel azul. Eres una mujer trans, negra y de 26 años. Eres hetero, estás soltera, no tienes trabajo ni la documentación en regla.

Papel amarillo. Eres un hombre bisexual que tiene una pareja masculina, ganas 1.000 euros al mes, eres blanco y cuentas con tu documentación en regla.

¹⁵⁶ Datos de Amnistía Internacional aquí: <https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/temas/diversidad-afectivo-sexual/97>

¹⁵⁷ #Tatianismos. Privilegios. Píkara https://www.youtube.com/watch?v=BQ76C5sIFEU&t=92s&ab_channel=PikaraMagazine

Recursos de atención en Canarias y estatales

[Instituto Canario de Igualdad](#): El ICI presta el Servicio de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia en el Centro Coordinador de Emergencias y Seguridad (CECOES) 1-1-2. El servicio está atendido por un equipo de profesionales especialistas en atención en casos de violencia de género, que trabajan en coordinación con el resto de los servicios de emergencias presentes en las salas operativas del CECOES y activan todos los recursos necesarios, tanto de urgencia como específicos y normalizados. Funciona las 24 horas, todos los días del año. En caso necesario, desde este servicio se activa el Dispositivo de Emergencias para Mujeres Agredidas (D.E.M.A.) de la isla correspondiente (Servicio desarrollado en el apartado Servicios con Colaboración del ICI).

[El teléfono 016](#): Servicio de información, de asesoramiento jurídico y de atención psicosocial inmediata por personal especializado a todas las formas de violencia contra las mujeres, a través del número telefónico de marcación abreviada 016; por WhatsApp en el número 600 000 016 y por correo electrónico al servicio 016 online: 016-online@igualdad.gob.es

[La APP RedViCan](#): Pretende ofrecer toda la información necesaria para la prevención de la violencia de género, poniendo a disposición de sus usuarias y usuarios la ubicación de los centros de atención en todas las Islas Canarias, el protocolo de actuación, los teléfonos de ayuda y mucho más.

[En la Guía Red de Apoyo de Servicios de atención a víctimas de violencia de género en Canarias](#) se recoge todos los servicios de atención a víctimas de violencia de género y a sus hijos e hijas que en Canarias son gratuitos y confidenciales. Para acceder a ellos no es necesario denunciar. Se atienden todas las formas de violencia de género.

[Guía de derechos para las mujeres víctimas de violencia de género](#) de la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género.

[La Federación de Asociaciones Arena y Laurisilva](#): Servicios de atención especializada a supervivientes de violencia, intervención en las áreas social, jurídica, psicológica, laboral y educativa; además de sensibilización social y formación. 922 888 514 | 627 030 407 info@arenaylaurisilva.org

[Prevención y ayuda contra el acoso escolar en Canarias](#): Teléfono gratuito del servicio 800 007 368. De lunes a viernes de 8:00 a 20:00h.

[Atención telefónica y prevención del acoso escolar a nivel estatal](#): 900 018 018 abierto durante 24 horas, los 7 días a la semana y todos los días del año.

[FemBloc](#) es una línea feminista de atención y apoyo frente a las violencias digitales confidencial y gratuita. La línea va dirigida a personas que necesiten información, soporte o acompañamiento sobre violencias machistas digitales. Puedes contactar la línea FemBloc a través de Whatsapp, Telegram o Signal al teléfono 643528573 o escribiendo al email atencio@fembloc.cat. <https://docs.fembloc.cat/>

[El teléfono 017](#) | tu ayuda en ciberseguridad INCIBE: Como indican en su página web, el servicio es atendido por un equipo multidisciplinar de personas expertas, a través de las diferentes opciones de contacto, que ofrecen asesoramiento técnico, psicosocial y legal, en horario de 8 de la mañana a 11 de la noche, los 365 días del año.

[acoso.online](#): «Tenemos una guía de para centros educativos porque sabemos que mucha de la difusión de contenido íntimo sin consentimiento y violencia digital se da en las escuelas y también sabemos que no existen protocolos para atenderlos. O sea, ¿qué hacer para que las niñas y los niños estén seguros en Internet y se esté vinculando también con la escuela?» Aquí encontrarás información sobre cómo resistir ante la publicación de imágenes y videos sin consentimiento.

[Fundación ANAR](#): Organización que cuenta con líneas de ayuda y orientación para infancia, adolescencia, equipo educativo u otros profesionales, y familias en casos de *bullying*, conductas suicidas u otros malestares de personas menores de edad. El número de asistencia es 900202010. También cuenta con el teléfono/chat 600505152

[SPACAE](#): servicio de prevención y ayuda contra el acoso escolar del Gobierno de Canarias a través del teléfono 800007368.

[La Agencia Española de Protección de Datos \(su canal prioritario\)](#): Si tienes conocimiento de la publicación de fotografías, vídeos o audios de contenido sexual o violento en Internet sin el consentimiento de las personas afectadas (personas españolas o que se encuentren en España), solicita su retirada en el Canal prioritario de la Agencia.

[El teléfono 028](#). Línea de ayuda a las víctimas de LGTBIfobia y sus familias.

[Internet_Feminista de Luchadoras Mx: ¿Estás viviendo violencia en línea?](#) Herramientas para defendernos en Internet. Consejos para prevenir y reaccionar ante la violencia digital.

[Diversas Canarias](#): servicio técnico orientado a la atención y acompañamiento psicológico, educativo y social de personas LGBTI* y sus familias.

[ConseXus](#): Educación sexual para jóvenes y adolescentes de la Dirección General de Juventud del Gobierno de Canarias e Instituto Canario de Igualdad.

[ALTIHAY Fuerteventura Colectivo LGTBI+ de Canarias](#): Acompañamiento a personas LGTBI+ en áreas de salud, educación en diversidad afectivo-sexual y de género, cultura alternativa, plural y no excluyente y creación de grupos de pares o de apoyo entre iguales. Atención integral, orientación e Información, asesoramiento Jurídico y derivación psicológica.

[Colectivo Gamá de Lesbianas, Gays, Trans, bisexuales e Intersex de Canarias](#): 928433427 Atención integral para población LGTBI+ y sus familias. Atenciones confidenciales gratuitas.

[DIMBE: Asociación Intercultural de Mujeres Mauritanas en Canarias](#), por la erradicación de la mutilación genital femenina, reconocida como violación grave de los derechos humanos.

[FEM BLOC: Servicios y líneas de atención que dan apoyo a personas que enfrentan violencias machistas digitales](#): mapeo internacional de los modelos de atención.

El teléfono [024. Línea de atención a la conducta suicida](#). Línea telefónica de ayuda a las personas con pensamientos, ideaciones o riesgo de conducta suicida, y a sus familiares y personas allegadas, a través de la contención emocional por medio de la escucha activa por profesionales del 024, la recomendación de que contacten con los servicios sanitarios del SNS o la derivación al 112 en los casos en los que se aprecie una situación de emergencia. En caso de emergencia vital inminente puede llamar directamente al teléfono de

emergencias 112. Contar con redes de apoyo fuertes será imprescindible en la prevención y, si no es suficiente, buscar ayuda profesional.

[Asociación Papageno](#): Plataforma para profesionales con implicación en la prevención del suicidio y para personas que sufren. Recursos y materiales en torno al suicidio, acompañamiento y atención.

[Teléfono de la Esperanza](#): Prevención del suicidio, salud emocional y la importancia de la escucha. Acompañamiento en el número 717 003 717. canarias@telefonodelaesperanza.org

Teléfono 021: Servicio de asistencia y orientación ante casos de discriminación racial o étnica.

Teléfono 900 16 15 15 y el WhatsApp 623 22 05 70 de apoyo emocional, acompañamiento y atención a juventud en momentos complicados de estrés y ansiedad. De la iniciativa <https://fad.es/siof/joven/>, es gratuito y confidencial.

Base de las metodologías presentadas de dinamización de grupos

Fomento de los buenos tratos y cultura contra las violencias

Teatro-foro | Teatro de las oprimidas

Ejemplos de proyectos que lo realizan y comparten sus explicaciones en torno a cómo desarrollarlo en nuestros centros: [Estructura de un Teatro Foro](#)¹⁵⁷

Se presenta, a través de una obra teatral, un conflicto asociado a una opresión o discriminación social para que el alumnado proponga posibles alternativas y soluciones tomando la escena. Es una herramienta de participación comunitaria para proponer colectivamente solución a conflictos, basado en las pedagogías de Paulo Freire e ideado por Augusto Boal.

Grupos 'compartimos saberes: reflexión colectiva'

[Cómo crear una mesa redonda en el aula](#)¹⁵⁹

Se genera un espacio de conversación y escucha activa a través de la metodología de la mesa redonda sobre un tema en concreto fomentando el aprendizaje a través del diálogo y en el que se pretende conocer los diversos puntos de vista sobre una cuestión determinada.

Análisis audiovisual, literario y musical

[Ver este vídeo de bell hooks](#)¹⁶⁰ donde explica por qué implementa esta metodología en sus clases.

Se trae a clase un libro, una canción, un vídeo u otro producto cultural que nos invite a pensar colectivamente sobre un tema en concreto.

¹⁵⁸ Teatro-foro como metodología pedagógica:

https://www.youtube.com/watch?v=OXMjoSsMV8c&ab_channel=MojodeCa%C3%B1a

¹⁵⁹ Mesa redonda: https://www.youtube.com/watch?v=GDB3YuG3gbQ&ab_channel=FernandaUri%C3%B3stegui

¹⁶⁰ Metodología del análisis cultural por bell hooks: https://www.youtube.com/watch?v=11e4qYMT5D0&list=PLY7X33bIXSmIZ-VDU4_fj89RKdkJnri7Nd&index=2&ab_channel=FernSolerU

Creación cultural, expresión artística en diferentes formatos y aprendizaje-servicio: artivismos, exposición grupal y experiencias compartidas (fotografía, fanzines, collage, cartelería, micro abierto, etc.)

[Crear un fanzine con BiblioRed Bogotá](#)¹⁶¹
[Exposición colectiva contra las violencias machistas](#)¹⁶²

Motivamos al estudiantado a crear sus propias obras asociadas a causas de transformación social tras ofrecerle diferentes referentes artivistas para que vean lo que podrían hacer. El objetivo es crear espacios en los que cada persona se pueda expresar libremente y se fomente así su creatividad.

Juegos de rol: Es una técnica de dinamización de grupos en la que se debe actuar a partir del rol que se le ha atribuido. Cada participante se pone en la piel de otras personas interpretando un papel en una situación ideada en función de la temática que queramos trabajar. Para concluir, podemos comentar cómo nos hemos sentido.

Resolución de conflictos de manera no violenta, desde la experiencia encarnada y el juego compartido. A partir de la simulación, actuación o juego de roles podemos reflexionar sobre nuestras propias actitudes ante determinados escenarios y fomentar nuestra empatía poniéndonos en la piel de otras personas.

Escape-room es una actividad consistente en solucionar enigmas y acertijos en grupo, favoreciendo la cooperación y el compañerismo.

Realizar escape-room grupales puede ser un buen punto de partida para promover el trabajo en grupo y los buenos tratos en el aula.

Biblioteca Humana | Empatizar y no juzgar
[Ejemplo de ejecución en Zaragoza](#)¹⁶³: «Trabajar en no juzgar, sino a entender su historia»

Actividad orientada a compartir experiencias desde lo personal a lo colectivo: historias que fomentan la escucha activa sin juicios. En esta guía proponemos una versión alternativa: escoger una literatura que nos represente y traerla al aula.

Prácticas Narrativas Colectivas por Cecilia González. Metodología Michael White y David Epston

«Fomentando la reflexión interna y personal de la adolescencia y escuchando el discurso de cada una y la historia personal de afrontamiento de situaciones difíciles pasadas, empezamos a construir la plataforma sobre la cual desarrollar una relación con la violencia, a través del descubrimiento de habilidades personales para hacerle frente». (Carlos Chimpén, 2013)¹⁶⁴

¹⁶¹ Crear un Fanzine, por Bibliored: https://www.youtube.com/watch?v=Ym4Y6xwLfmw&ab_channel=BibloRedBogot%C3%A1

¹⁶² Cultura contra las violencias machistas: https://www.youtube.com/watch?v=7j84uyy1qo4&t=28s&ab_channel=Nadia-Mart%C3%ADnFotograf%C3%ADa

¹⁶³ Biblioteca humana: https://www.youtube.com/watch?v=38Z1Vkb7QRI&ab_channel=GobiernoAbiertoAyuntamientodeZaragoza

¹⁶⁴ Prácticas narrativas colectivas: <https://www.psyciencia.com/de-la-terapia-narrativa-familiar-a-las-practicas-narrativas-colectivas/>

Fuentes y recursos bibliográficos

AITHANY, Jara (2020): *La dismorfia corporal es consecuencia de la violencia hacia nuestros cuerpos*. Recuperado de <https://www.vice.com/es/article/4aydg9/dismorfia-corporal-que-es-cuerpo-disciplina-salud-mental>

ALISES, Charo (2022): *Manual de actuación para profesionales frente al bullying LGTBI*. Junta de Andalucía. Recuperado de <https://www.infocoponline.es/pdf/Bullying-LGTBI.pdf>

ÁLVAREZ, Asiria;Cristina Gil (2022): *Sin filtros: Guía para un uso saludable de redes sociales*. Dirección General de Juventud del Gobierno de Canarias

AMNISTÍA Internacional (2004): *Hacer los derechos realidad. Talleres de sensibilización sobre cuestiones de género*

ANAR (2022): *La opinión de los estudiantes. III Informe de Prevención del Acoso*

Escolar en Centros Educativos en Tiempos de Pandemia 2020 y 2021. Recuperado de https://www.anar.org/wp-content/uploads/2022/02/III-INFORME-DE-PREVENCIÓN-DEL-ACOSOS-ESCOLAR-EN-CENTROS-EDUCATIVOS_2021.pdf

ANAR (2022): *IV Informe Prevención Acoso Escolar*. Recuperado de <https://www.anar.org/repunta-el-acoso-escolar-segun-el-iv-informe-la-opinion-de-los-estudiantes-de-anar-y-mutua-madrilena/>

ANAYA, Elena et. al (2022): *Guía para la prevención y acompañamiento de violencia digital para adolescentes. Indela*. Recuperado de <https://cultivandogeneroac.org/nos-acompanamos-online-guia-para-adolescentes/>

ANTIPERSONA (2020): *Apuntes de cine LGTB*

BARAÚNA, Tânia; Motos, Tomás (2018): *La práctica del teatro foro*. Recuperado de http://www.postgradoteatroeducacion.com/wp-content/uploads/2018/01/Teatro-del-oprimido-2_MTA18.pdf

BARJOLA, Nerea (2018): *Microfísica sexista del poder*. Ed. VIRUS

BELA-Lobedde, Desirée (2023): *Ponte a punto para el antirracismo: Consejos útiles para iniciar la alianza antirracista*. Editorial B

BOE (2003): *Ley 16/2003, de 8 de abril, de Prevención y Protección Integral de las Mujeres contra la Violencia de Género*. Comunidad Autónoma de Canarias. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2003-13618>

BOE (2004): *Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*. Jefatura del Estado. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2004-21760>

BOE (2007): *Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres*. Jefatura del Estado. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2007-6115>

BOE (2021): *Ley 2/2021, de 7 de junio, de igualdad social y no discriminación por razón de identidad de género, expresión de género y características sexuales*. Comunidad Autónoma de Canarias. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2021-11382>

BOE (2007): *Ley 7/2007, de 13 de abril, Canaria de Juventud*. Comunidad Autónoma de Canarias. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/pdf/2007/BOE-A-2007-10409-consolidado.pdf>

BOSCH, Asun; Z. Albéniz, Myriam (2020): *Mujeres de Libro. Fichas didácticas*. Dirección General de Juventud en colaboración con Ordenación, Innovación y Calidad Educativa

BOSCH-Fiol, Victoria; Ferrer-Perez, Aurora (2019): *The Pyramid Model: a Feminist Alternative for Analysing Violence against Women*.

BRIZUELA, Florencia; López, Uriel (2017): *Descentrar la mirada para ampliar la visión. Reflexiones entorno a los movimientos sociales desde una perspectiva feminista y antirracista*, ed. Descontrol

C. Daugherty, Julia; Juan Verdejo-Román, Miguel Pérez-García (2020): *Structural Brain Alterations in Female Survivors of Intimate Partner Violence*. Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0886260520959621>

CANTÓ, Pablo (2016): 'La historia de Pepe y Pepa' sirve para detectar la violencia machista entre adolescentes. El País. Recuperado de https://verne.elpais.com/verne/2017/11/27/articulo/1511783569_920432.html

CARRERA, Fernández, María Victoria (2013): *El educador social como agente de subversión de género en la escuela*. Universidad de Vigo

CASTANYER, Olga (2014): *La asertividad, expresión de una sana autoestima*. Ed. Desclee de brouwer

CASTAÑÓN, Sofía (2021): *Que sirva de ejemplo Documental*

Colectivo LGBT+ de Madrid (2022): *Informe sobre LGTBfobia en las aulas*. Recuperado de <https://www.newtral.es/wp-content/uploads/2023/04/Informe-COGAM-LGTBfobia-en-las-aulas-2021-2022.pdf?x97595>

Colectivo LGBT+ de Madrid (2019): *Informe sobre LGTBfobia en las aulas*. Recuperado de <https://cogam.es/wp-content/uploads/2020/04/LGTBfobia-en-las-aulas-2019.pdf>

Colectivo LGBT+ de Madrid (2016): *Guión para las dinámicas en grupo*

COLL-Planas, Gerard (2016): *Guía pedagógica «Dibujando el género»*. Recuperado de http://www.dibgen.com/pdf/guia_pedagogica_Dibujando_el_genero.pdf

COM Igualdad (2021): *¿Es posible debatir en medio de discursos de odio?* Recuperado de <https://comunicarigualdad.com.ar/es-posible-debatir-en-medio-de-discursos-de-odio/>

Continta me tienes (2021): *(H)Amor 4 propio*

CURBELO, Daniasa (2016): *Memorias aisladas*.

CURBELO, Daniasa (2022): *Guanches, guanchas y... ¿guanchxs? Alegatox*

DELEGACIÓN del Gobierno contra la Violencia de Género (2019): *Estudio sobre el tiempo que tardan las mujeres víctimas de violencia de género en verbalizar su situación*. Recuperado de http://bbpp.observatorioviolencia.org/wp-content/uploads/2019/05/Estudio_Tiempo_Denuncia3.pdf

DELEGACIÓN del Gobierno contra la Violencia de Género (2019): *Macroencuesta de violencia contra las mujeres*. Recuperado de https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/macroencuesta2015/pdf/Macroencuesta_2019_estudio_investigacion.pdf

DÍAZ, M. José (2021): *La situación de la violencia contra las mujeres en la adolescencia en España*

DIVERSAS Canarias (2021): *Aproximación a la violencia intragénero: campaña de sensibilización*. Recuperado de <https://diversascanarias.com/aproximacion-a-la-violencia-intragero-campa-na-de-sensibilizacion/>

DONESTECH (2019): *Eines ciber-feministes per l'empoderament digital*, DonesTech

DUQUE, Isa (2022): *Acercarse a la generación Z: Una guía práctica para entender a la juventud actual sin prejuicios*. Ed. Zenith

EITB (2015): *Emakunde alerta de que las denuncias son sólo 'la punta del iceberg'*. Recuperado de <https://www.eitb.eus/es/noticias/sociedad/detalle/3649162/emakunde-las-denuncias-malos-tratos-son-punta-iceberg/>

EL AADDAM, Safia (2022): *Hija de inmigrantes*. Penguin

ENFOQUEMENPÚRPURA (2021): *Diagnóstico participativo sobre las mujeres en el mundo audiovisual desde una perspectiva feminista y antirracista*. Metges del Món y Asamblea de Cooperació per la Pau

ERGOS (2019): *Aprender Haciendo y Siendo – Aprendizaje-Servicio*. Recuperado de <https://proyectos.com/aprender-haciendo-y-siendo-aprendizaje-servicio/>

ESTEBAN, Mari Luz (2013): *Antropología del cuerpo, género, itinerarios corporales, identidad y cambio*. Ed. BELLATERRA

ESTÉBANEZ, Ianiire (2018): *Yo no comparto Violencia*. IAM. Recuperado de https://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/images/FONDO_DOCUMENTAL/COEDUCACION/Guia-ciberviolencia.pdf.pdf

FAURE, Nadia (2021): *Pedagogías del placer*. Artículo producido en el marco del Taller de Producción y Edición Feminista en Medios Digitales de Feminacida. Recuperado de <https://feminacida.com.ar/pedagogias-del-placer/#:~:text=Una%20pedagog%C3%ADa%20del%20placer%20aboga,no%20como%20patrimonio%20de%20intimidad>

FERN, Jessica (2022): *Una red segura: apego y trauma*. Contintameties

FERNÁNDEZ, Sam (2020): *Epistemologías y metodologías feministas. Más allá de los dualismos clásicos*.

FLORES, val (2008): *Entre secretos y silencios. La ignorancia como política de conocimiento y práctica de (hetero) normalización*. Academia

FLORES, val; Britzman, Deborah, et al. (2017): *Afectos, pedagogía, infancia y heteronormatividad: Reflexiones sobre el daño*.

FREIRE, Paulo (2000): *Pedagogía del oprimido*. S. XXI EDITORES, S. A.

GALLEGO, Rubén (2018): *Metodologías para la educación transformadora y la ciudadanía global*. Edita: Fundación InteRed

GARCÍA-Mingo, Elisa et Díaz Fernández, Silvia (2022): *Jóvenes en la manosfera. Influencia de la misoginia digital en la percepción que tienen los hombres jóvenes de la violencia sexual*. Museo Reina Sofía. Recuperado de https://www.adolescenciayjuventud.org/wp-content/uploads/2021/02/Jovenes_en_la_Manosfera_Centro-Reina-Sofia_FAD.pdf

GARDOKI, Itxaso (2022): *Canal Lo que no me contaron*. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=aX278aEv6Y&t=795s&ab_channel=LoQueNoMeContaron

GEREHOU, Moha (2021): *Qué hace un negro como tu en un sitio como este*. Península

GOB. Canarias (2021): *Canarias Orgullosa*. Viceconsejería de Igualdad y Diversidad

del Gobierno de Canarias

GOB. Canarias (2020): *Plan para la igualdad y prevención de la violencia de género 2017-2020*. Recuperado de <https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/educarparalaigualdad/files/2019/04/17-04-21-plan-de-igualdad-viceconsejeriapdf.pdf>

GÓMEZ HERNÁNDEZ, María Jesús (2007): *Manual de Técnicas y Dinámicas*. En Colaboración con el Colegio De la Frontera Sur y su Sistema de Información Bibliotecario

GUERRA, Itxar (2019): *Lucha contra el capacitismo*, Antipersona

GREENPEACE (2019): *Investigación: la desinformación en WhatsApp*

HOOKS, bell (2021): *Enseñar a transgredir: La educación como práctica de la libertad*. Capitán Swing

HOOKS, bell (2021): *Todo sobre el amor*. Ed. Paidós Ibérica

HOOKS, bell (2021): *El deseo de cambiar*. Bellaterra Ediciones

HOOKS, bell (2022): *Enseñar pensamiento crítico*. Rayo Verde

IAM (2018): *Guía para profesionales ante chicas adolescentes que sufren violencia de género: saber mirar, saber acoger, saber acompañar*. Recuperado de https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/5643_d_Guia_IAM_Adolescentes_genero.pdf

ICI (2022): *Guía Red de Apoyo de Servicios de atención a víctimas de violencia de género en Canarias*. Instituto Canario de Igualdad.

InMujer (2015): *Guía de buenas prácticas de educación en igualdad en Europa*. Plurales. Instituto de la Mujer y para la Igualdad de Oportunidades. Madrid.

INJUVE (2021): *Informe juventud en España 2020*. Dirección General del INJUVE y Observatorio de la Juventud en España

INJUVE (2020): *El suicidio en la adolescencia: un problema de salud pública que se puede y debe prevenir*. Recuperado de http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/3.el_suicidio_en_la_adolescencia_un_problema_de_salud_publica_que_se_puede_y_debe_prevenir.pdf

INSTITUTO de las mujeres (2022): *Mujeres jóvenes y acoso en redes sociales*. Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado https://www.inmujeres.gob.es/areasTematicas/AreaEstudiosInvestigacion/docs/Estudios/Mujeres_jovenes_y_acoso_en_redes_sociales.pdf

JUSTO, David (2021): *Cómo detectar una noticia falsa: estas son las claves que debes tener en cuenta*. SER

KENDALL, Mikki (2020): *Feminismo de barrio*. Capitán Swing

LA INTERSECCIÓN (2021): *Cómo impedir que el odio avance en redes: la estrategia del no casito*. Recuperado de <https://lainterseccion.net/autodefensa/como-impedir-que-el-odio-avance-en-redes-la-estrategia-del-no-casito/>

LORENTE, Anabel (2020): *True Story*. Autoedición.

Naciones Unidas (2018): *Libres e Iguales: Las personas bisexuales y los derechos humanos*. Recuperado de: https://www.unfe.org/wp-content/uploads/2018/09/Bisexual-visibility_spanish.pdf

LÓPEZ, Mayte (2021): *Sensación Térmica*. Ed. Libros del Asteroide.

LÓPEZ Peiró, Belén (2020): *Por qué volvías cada verano*. Ed. Las afueras.

LÓPEZ Trujillo, Noemí; Díaz, Lucía (2023): *Cuando los bulos se convierten en un "arma para la deshumanización" de las personas trans*. Newtral

LUCHADORAS MX (2023): *¿Estás viviendo violencia en línea?* Recuperado de <https://luchadoras.mx/internetfeminista/herramientas/>

LUQUE, Aurora (2020): *Greccorromanas. Lírica superviviente de la Antigüedad clásica*. Austral Editorial

MACHÍN, Lorenza (2021): *Caminando*. Amull.

MAGISTRIS, Gabriela; Morales, Santiago (2021): *Educar Hasta la Ternura Siempre: del Adultocentrismo al Protagonismo de la Niñeces*. Chirimbote

MAN (2018): *Museo Arqueológico Nacional: Museo en Femenino*. Recuperado de <http://www.man.es/man/exposicion/recorridos-tematicos/museo-femenino.html>

MARAÑÓN, Iria (2018): *Educación en el feminismo*. Plataforma Actual

MARTÍN, Nadia (2022): *La importancia de tejer redes frente a las violencias machistas*. El Salto

MARTÍN, Nadia (2020): *Guía de Recursos: La Imposición del ideal de la Belleza*. Proyecto Educativo. Estudios de Género. Dirección General de Juventud. Recuperado de https://www.gobiernodecanarias.org/cmmsgobcan/export/sites/juventud/multimedia/documentos/GUIA_COEDUCATIVA_RECursos_IMPOSICIONDELABELLEZA_Nov21.pdf

MARTÍN, Nadia (2022): *Reparar el daño: ciberactivismos frente al odio*. El Salto

MARTÍN, Nadia (2022): *Diversidad, literatura y goce frente al discurso de la tolerancia*. El Salto

MBOMÍO, Lucía-Asué (2018): *¿Existen las razas?* TEDxManzanares

MEDICUS MUNDI SUR (2022): *Adolescencias y cuerpos, Transformando realidades. Fichas didácticas*. Recuperado de <https://www.adolescenciasycuerpos.org/fichas-didacticas/>

MIGUEL, Luna (2019): *El coloquio de las perras*. Capitán Swing

MISSÉ, Miquel (2018): *A la conquista del cuerpo equivocado*. Egales

MORALES, Santiago (2022): *Niñeces del abya yala: una aproximación a las categorías de adultocentrismo y adultismo*. Observatorio Latinoamericano y Caribeño. Recuperado de: <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/observatoriolatinoamericano/article/view/7897>

MORENO, Estela (2012): *Guía didáctica para prevenir la violencia de género*. Recuperado de <https://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/files/Coeducacion/GUIA%20DIDACTICA%20imprensa%20FINAL.indd.pdf>

NEGRÍN, Irene (2023): *Guía conceptos ¿Eso es violencia?* Ayto. La Laguna

Observatorio Andaluz LGTB (2021): *Informe: En 2021 registramos 367 incidencias por Homofobia, Bifobia y Transfobia*. Recuperado de <https://observatorioandaluzlgbt.org/en-2021-registramos-367-incidencias-por-homofobia-bifobia-y-transfobia/>

Observatorio Nacional de Tecnología y Sociedad (2022): *Violencia digital de género: una realidad invisible*. Recuperado de https://www.ontsi.es/sites/ontsi/files/2022-07/_violenciadigitalgenero_una-realidadinvisible_2022.pdf

OIZ Elgorriaga, Maier Irigoién Ulaia y Isabel Sáez Pérez (2019): *Documental Zauria(k): la locura, los malestares y la salud mental desde una perspectiva feminista*.

OXFAM, Intermón (2022): *8 de cada 10 personas han escuchado bulos sobre las personas migrantes*. Campaña *Frena.Verifica.Comparte*

PARRA, Noemi (2021): *Historias de afectos*. Bellaterra Ediciones

PÍKARA Magazine (2022): *Monográfico: Odios*

PLANELLA, Jordi; PIE, Asun (2021): *Pedagoqueer: resistencias y subversiones educativas (queer pedagogy: educative resistance and subversions)*. Universitat Oberta de Catalunya

Portal estadístico de la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género (2022): *Estadísticas de violencias de género*. Recuperado de: <http://estadisticasviolenciagenero.igualdad.mpr.gob.es/>

PUERTAS, Xiomara (2021): *Crear para transformar: el uso del Teatro del Oprimido como herramienta educativa en la asignatura de Lengua Castellana y Literatura*. Unican.

RENEE Taylor, Sonya (2019): *El cuerpo no es una disculpa. el poder del autoamor radical*. Melusina

RENEE Taylor, Sonia (2021): *Cuaderno de ejercicios 'Tu cuerpo no es una disculpa. Claves para vivir el autoamor radical'*, UHF

ROMÁN, Ayme (2022): *Después del #MeToo: Dilemas del feminismo en la era digital*. Flash

RUIZ Repullo, Carmen (2016): *Voces tras los datos: una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes'*. IAM. Recuperado de https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/4879_d_VocesDatos.pdf

RUIZ, Susana (2020): *Dinamización de grupos. Técnicas para la transformación grupal y personal*.

SÁNCHEZ Sáinz, Mercedes (2019): *Pedagogías queer. ¿Nos arriesgamos a hacer otra educación?* Catarata

SANTANA, Nira (2020): *Guía Ciberigualdad: Una herramienta para combatir las ciberviolencias machistas en TRICS y videojuegos*, Gobierno de Canarias

Salto diario (2022): *La Comunidad de Madrid se niega a sancionar al Obispado de Alcalá de Henares por sus terapias para curar la homosexualidad*. Recuperado de <https://www.elsaltodiario.com/lgtbifobia/comunidad-madrid-niega-sancionar-obispado-alcala-henares-terapias-curar-homosexualidad>

SANZ, Fina (2008): *La fotobiografía: Imágenes e historias del pasado para vivir con plenitud el presente*. Editorial Kairós SA

SEGATO, Rita (2018): *Contra-pedagogías de la crueldad*. Ed Prometeo Libros.

SERRANO, Rubén (2020): *No estamos tan bien. Nacer, crecer y vivir fuera de la norma en España*. Ediciones Temas de Hoy

SIEBEL, Jennifer (2015): *The Mask You Live In*

Traficantes de Sueños (2021): *Procesos restaurativos, feministas y sistémicos con Anna Gali (Fil a l'agulla)*. Soundcloud. Recuperado de <https://soundcloud.com/traficantesdesue-os/s5-procesos-restaurativos-feministas-y-sistemicos-con-anna-gali-fil-a-lagulla?in=traficantesdesue-os/sets-curso-me-cuidan-mis-amigas>

SORDO, Tania (2021): *Prácticas de reparación de violencias machistas. Análisis y propuestas*. Ministerio de Igualdad

Trujillo, Gracia (2022): *El feminismo queer es para todo el mundo*. Ed. Catarata

TSAI Tsen, Chenta (2019): *Arroz tres delicias: sexo, raza y género*. Ed. Plan B

SUBIRATS, Marina (2017): *Coeducación, apuesta por la libertad*. Recuperado de <https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/9788499219318.pdf>

UNED (2009): *Racismo: qué es y cómo se afronta. Una guía para hablar sobre racismo*. Recuperado de <https://www2.uned.es/grupointer/guia%20racismo.pdf>

UNESCO (2021): *Behind the numbers: ending school violence and bullying*. Recuperado de <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483>

UNFPA (2019): *Guía didáctica 'Varones y masculinidad(es): Herramientas pedagógicas para facilitar talleres con adolescentes y jóvenes' del Instituto de Masculinidades y Cambio Social de Argentina*. Recuperado de <https://argentina.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Varones%20y%20Masculinidades.pdf>

UNICEF (2013): *Superando el adultocentrismo*, Unicef. Recuperado de <https://www.imageneseducativas.com/wp-content/uploads/2019/02/Superando-el-Adultocentrismo.pdf>

VASALLO, Brigitte (2020): *Mentes insanas: ungüentos feministas para males cotidianos*. Ed. RBA

VALERO, Daniel (2022): *El niño que no fui: Infancia, adolescencia y adultez LGTB*. Egales

VÁZQUEZ García, Jose (2021): «Ni ogros ni princesas» programa de educación sexual para la ESO. Consejería de Salud. Recuperado de <https://www.astursalud.es/documents/35439/39936/NONP%E2%80%9393Gu%C3%ADa+para+el+profesorado.pdf/850140d9-1651-a46e-c7eb-79365805a2f8?t=1642405471375>

VÁZQUEZ, Norma; Estébanez, Ianire (2016): *Manual para prevenir la violencia de género en centros escolares*. Colaboración: Berritzegune Nagusia

VILLEGAS, Gemma (2019): *Fanzine Grrrls The DIY Revolution in Female Self-publishing*. Ed. Monsa

WALKER, Leonore (2012): *The Battered Woman*

WIENER, Gabriela (2018): *Dicen de mí*. Ed. Esto no es Berlín

WIENER, Gabriela (2021): *Huaco Retrato*. Penguin

YANES, Zaida (2020): *Te acompaño. Guía de intervención con menores que sufren o han sufrido una situación de violencia de género*. Instituto Canario de Igualdad. Gobierno de Canarias.

ZIGA, Itziar (2020): *La feliz y violencia vida de Maribel Ziga*. Ed. Melusina

