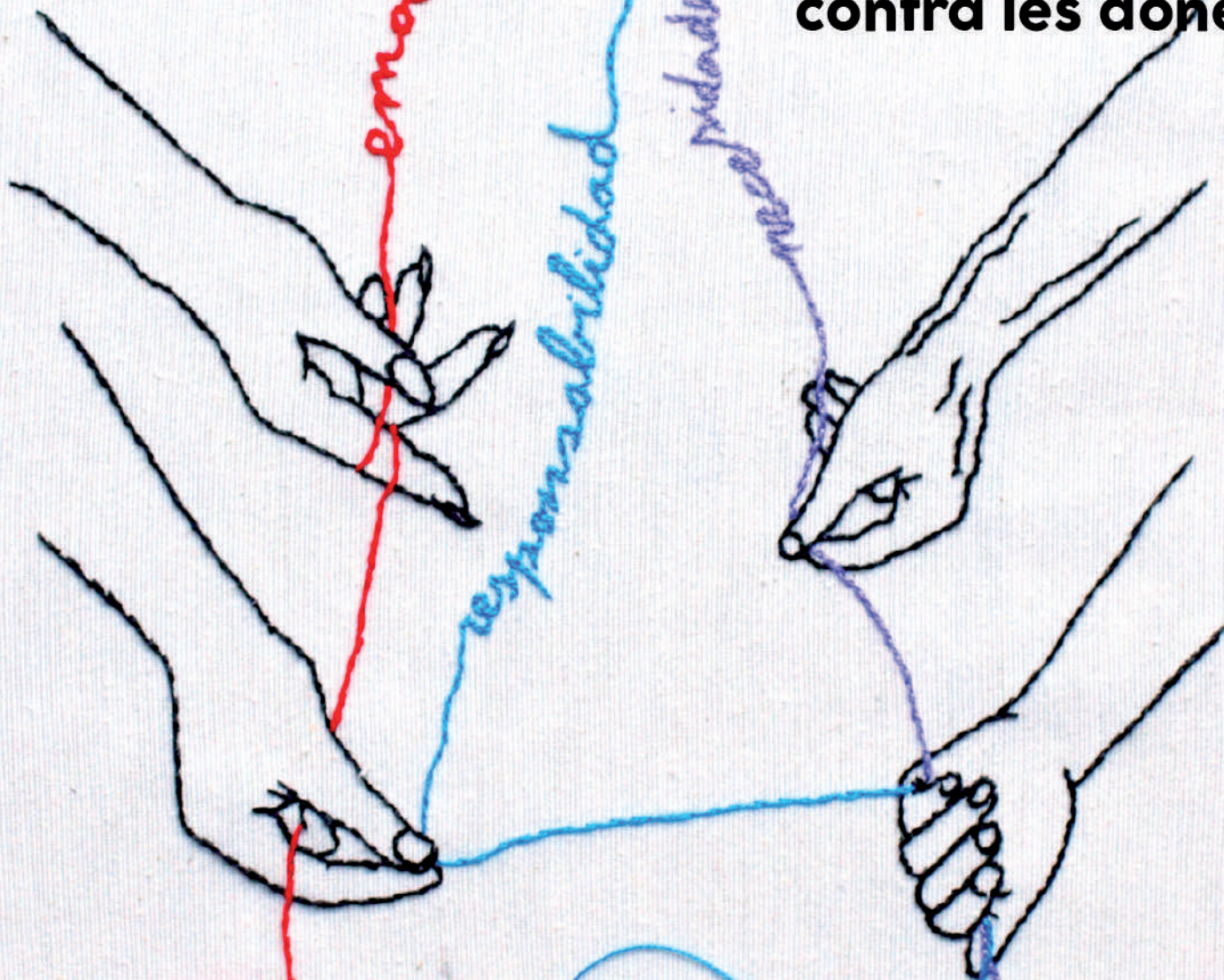


PROPOSTA DIDÀCTICA DE REFLEXIÓ-ACCIÓ

25 novembre

**Dia mundial
de l'eliminació
de les violències
contra les dones**



Edita: **InteRed** 

Autoria: InteRed

Disseny i maquetació: Rosy Botero

Il·lustració manos cubierta: *PURA QUITERIA*

Data: juliol 2025

ISBN: 978-84-121198-8-6

*Aquest material està sustentat, entre altres, en continguts plantejats en la Guia de CNV per a joves realitzada per Ángeles Gordillo i Inés Rein per al projecte Actuant amb cures des dels territoris, noves narratives comunitàries de Reds i InteRed.

Finança:



Aquesta publicació ha estat realitzada amb el suport financer de l'Agència Espanyola de Cooperació Internacional per al Desenvolupament (AECID), amb càrrec al conveni «Aliança 4.7 per una ciutadania global: complir el nostre compromís el 2030» (2022/PCONV/000319).

El contingut d'aquesta publicació és responsabilitat exclusiva d'InteRed i no reflecteix necessàriament l'opinió de l'AECID.

Contenido



Presentació

pág. 4

1

**Contextua-
lització del 25N**

pág. 7

2

**Sessions
didàctiques**

pág. 8

3

1. Presentació

Per a aquest **25 de novembre** volem centrar la nostra proposta en un element crucial per a un desenvolupament saludable al llarg de totes les etapes de la vida, fonamental per a prevenir les violències masclistes des d'edats primerenques i clau des de la nostra aposta com InteRed per una coeducació transformadora: **la comunicació noviolenta**.

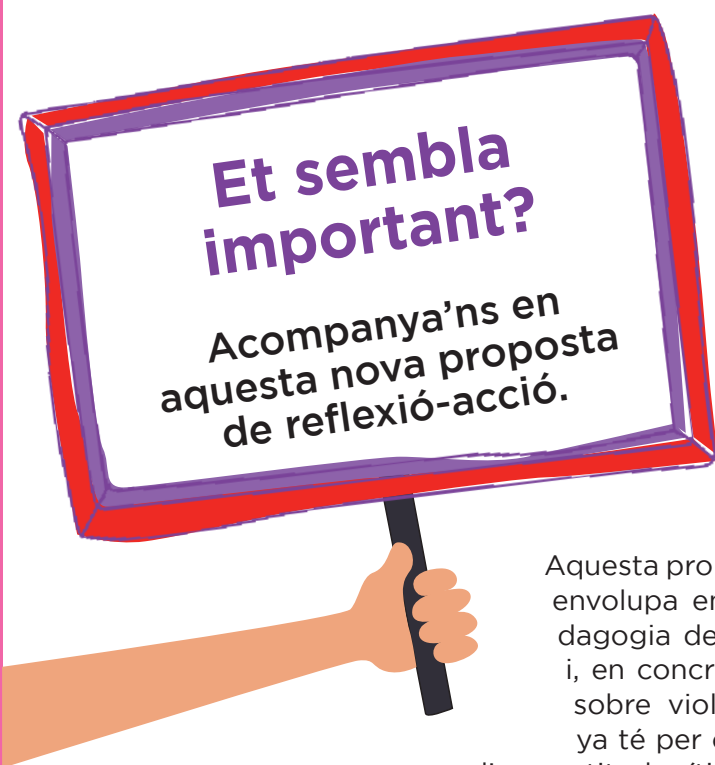
La comunicació noviolenta és un enfocament comunicatiu que busca transformar les relacions, tan interpersonals com individualment, en afavorir la presa de consciència sobre les nostres emocions, pensaments i necessitats. Fomenta la confiança individual i mútua i l'empatia, elements que contribueixen a una resolució pacífica dels conflictes per a afavorir el benestar col·lectiu i l'enteniment. És un estil de comunicació transformadora que entén les relacions des de les cures. Entrenar l'educació emocional i la comunicació noviolenta des de la infància contribueix a gestionar les necessitats i a expressar-les de manera assertiva i respectuosa per a establir relacions positives i saludables.

Per què centrar-nos a treballar sobre la comunicació i què té a veure amb les violències masclistes?

La forma en què ens comuniquem també està travessada pel gènere i és un dels mitjans d'opressió dels quals es val el sistema patriarcal. A través de la socialització diferenciada, des de la infància aprenem quines maneres de comunicar-se són acceptades socialment; i existeix un model de masculinitat tradicional que estableix una major permissivitat en l'ús de l'agressivitat i la impulsivitat en el cas dels homes. Si en la comunicació noviolenta es considera clau identificar i connectar amb el que sentim, detectar quina és la nostra necessitat i expressar-la, el model de masculinitat tradicional seria un obstacle, ja que invisibilitza la importància de les emocions i la seva expressió en els homes.

Respecte a les dones, els rols tradicionals de feminitat plantegen com a valor positiu que les dones siguin submises i no contestin ni expressin el que necessiten, fins i tot, en les dones, l'expressió de l'emocionalitat s'invalida en considerar-se exagerada i en detriment de la racionalitat. A més, les relacions de poder dins del sistema patriarcal assignen a les dones la responsabilitat de la satisfacció de les necessitats dels homes, per damunt fins i tot de les pròpies.

Les formes de comunicació violentes, basades en l'agressivitat, la reactivitat, la intimidació i l'opressió, formen part de les violències masclistes i és fonamental identificar-les, tant per a qui les rep com per a qui les utilitza. Per això, aconseguir arribar a una comunicació noviolenta requereix prendre consciència dels estereotips de gènere tradicionals i de com afecten els diferents elements clau sobre els quals se sustenta una comunicació transformadora.



Et sembla important?

Acompanya'ns en aquesta nova proposta de reflexió-acció.

A través de quatre activitats dissenyades per a cada etapa educativa treballarem aquesta habilitat ajustada al nivell de maduresa de l'alumnat per a contribuir al seu desenvolupament com a motor de canvi cap a les societats que **somiem**, més igualitàries, en les quals la cura de la vida ocupi el nucli central i l'erradicació de les violències masclistes, una de les metes de l'Agenda 2030 de Desenvolupament Sostenible, sigui una realitat.

Aquesta proposta neix del treball que InteRed desenvolupa en el marc dels ecofeminismes, la pedagogia de les cures, l'educació transformadora i, en concret, de la campanya #TOCAIGUALTAT sobre violències masclistes. Aquesta campanya té per objectiu la promoció entre la joventut d'una actitud crítica, reflexiva i activa en relació amb les desigualtats i violències específiques que viuen les dones pel fet de ser-ho, i aposta per un full de ruta coeducatiu des de quatre eixos d'actuació:



La cura de les persones i del planeta



El reconeixement de la diversitat d'identitats



La promoció d'una educació afectiusexual respectuosa i de qualitat



La prevenció de les violències masclistes

El nostre enfocament des de la coeducació ens parla de la importància de desmuntar les creences arrelades en la ment de les persones que perpetuen i legitimen les violències masclistes. Per això, des de la campanya #TOCAL-GUALTAT, se segueix la ruta IDA (identificar, desmuntar i actuar). És un camí que guia la reflexió-acció i que ajuda l'alumnat a desnaturalitzar la violència, entendre les causes que la sostenen i perpetuen i a considerar-se com un agent de canvi, a escala personal, però també de manera col·lectiva, amb els seus iguals, la seva família, en el seu entorn educatiu i social.

Les activitats de la proposta d'enguany estan pensades per a treballar entorn d'elements de prevenció de les violències masclistes, amb un fort component de pensament crític i mobilització, molt necessari en l'actual conjuntura que vivim avui dia.

2. Contextualizació

25N



El 25 de novembre se celebra el Dia Internacional de l'Eliminació de la Violència contra la Dona a fi de visibilitzar i denunciar la violència sistèmica i sistemàtica que pateixen les dones a tot el món pel fet de ser-ho, i d'exigir als diferents governs i institucions mesures efectives per a combatre-la.

Per què un 25 de novembre?



Les germanes Mirabal: Patria, Minerva i María Teresa, conegudes com **las Mariposas**, van ser assassinades el 25 de novembre de 1960 per la seva activitat en la lluita a favor de la democràcia contra Rafael Leónidas Trujillo, dictador de la República Dominicana entre els anys 1930 i 1961.



Minerva i María Teresa, al costat dels seus marits, van ser jutjades per «atemptar contra la seguretat de l'Estat dominicà»; ells van entrar a la presó i elles, juntament amb la seva germana Patria, van ser segrestades i torturades per uns sicaris enviats pel dictador. Malgrat els seus múltiples intents, no van aconseguir silenciar aquest terrible assassinat i, finalment, va acabar significat el despertar del poble dominicà contra el règim dictatorial de Trujillo.

Vint anys després, el moviment feminista llatinoamericà va triar aquesta data com a reivindicació per a **exigir la defensa de les dones contra les múltiples violències que viuen**. Anys més tard, el 1999, aquesta jornada de reivindicació va ser assumida per l'Assemblea General de les Nacions Unides en la seva resolució 54/134, del 17 de desembre de 1999.



3. Sessions didàctiques

Les propostes didàctiques s'han dissenyat tractant d'englobar diverses etapes educatives, per la qual cosa requeriran l'adaptació última del professorat per a la seva realització, en funció del nivell maduratiu del grup i les seves capacitats.



SESSIÓ 25 NOVEMBRE

Educació Infantil (segund cicle)

Coneixent la girafa i el xacal

Objectius de l'aprenentatge

- Incorporar nocions d'educació emocional (expressió de les emocions, autoregulació...).
- Identificar situacions de convivència amb els seus parells que generen diferents emocions i reflexionar sobre l'abordatge d'aquestes.
- Comprendre la importància de reconèixer i gestionar les emocions, d'identificar necessitats i de comunicar-les des de la noviolència per a establir relacions positives amb les altres persones i amb l'entorn.
- Sensibilitzar sobre la prevenció de violències i la data que es commemora.



Aquí el professorat pot adaptar els temps en funció del nivell maduratiu i d'atenció de l'alumnat i pot fer l'activitat en diverses sessions.

Materials

Un espai a l'aula.

Paperògrafs.

Retoladors.

Pintures, gomets...

Cinta adhesiva.

Dibuix o fotografia d'un xacal i d'una girafa.

Llista de frases sobre situacions comunicatives de conflicte quotidianes per a l'alumnat.

Agenda 2030

Eix: Persones

ODS principals amb els quals es vincula:
5 - Igualtat de gènere

Competències educatives

Competència en comunicació lingüística.

Competència personal, social i d'aprendre a aprendre.

Competència ciutadana.

Competència en consciència i expressions culturals.

Desenvolupament de la sessió i orientacions metodològiques

IDENTIFICAR

Moment 1. Coneixent la girafa i el xacal

- En format assemblea es pregunta a l'alumnat què són les emocions i si en coneixen el nom d'alguna i en què consisteixen. D'aquesta manera, es fa una pluja d'idees i s'elabora una llista de totes les emocions que coneixen. El professorat que disposi a la seva aula del conte El monstre de colors, d'Anna Plenes Serra, pot utilitzar-lo com a suport per a aquesta part de l'activitat.
- Després es presenten el Xacal i la Girafa (mostrant un dibuix d'una girafa i un dibuix d'un xacal).
 - Per a la Girafa és molt important escoltar les seves emocions i poder-les explicar, així tant ella com les altres persones poden saber com se sent. També li agrada escoltar molt atenta com se senten les altres persones per a saber què necessiten. Quan hi ha un conflicte, ajuda les parts involucrades a expressar les seves emocions, què necessiten i com ho podrien resoldre.
 - El Xacal sempre vol tenir la raó, a vegades diu les coses amb fúria. Respon tan de pressa que no s'atura a pensar en com s'està sentint ell o com s'estan sentint les altres persones. Sovint es troba enmig de conflictes que no sap molt bé com resoldre sense que ningú acabi sentint-se trist o enfuriat.
- Després, la docent posa alguns exemples de com actuen tots dos personatges (té la llibertat de canviar-los o d'afegir-hi altres exemples que consideri que connectaran millor amb el dia a dia del seu alumnat).

Situació 1:

- **XACAL:** Dona'm aquesta joguina, la tenia jo, sempre molestes, ets dolent/a!
- **JIRAFÀ:** Aquesta joguina sembla molt divertida. Quan acabis de jugar, me la deixaràs? O podem jugar tots dos que serà més divertit, et ve de gust?

Situació 2:

- **CHACAL:** M'has estirat els cabells, ets molt peguissaire, ningú hauria de jugar amb tu!
 - **GIRAFÀ:** No m'agrada que em peguin, em fa mal i em fa sentir malament. Ens tractem bé per a jugar plegades/plegats.
- Després de cada exemple, la professora o professor els pregunta qui els agrada més com reacciona, el xacal o la girafa. També els explica que a totes les persones els passa que a vegades són una mica xacals i a vegades una mica girafes; per això és important adonar-se de quin animal són en cada ocasió i també demanar ajuda a la seva mestra o a una persona adulta de la seva confiança quan necessitin ajuda per a entendre com se senten o per a resoldre un conflicte.

DESMUNTAR

Moment 2. L'escolta activa

- En un extrem de la classe es col·locarà el dibuix de la girafa i en el contrari, el dibuix del xacal. L'alumnat seurà en cercle amb la docent o el docent al centre. La docent o el docent llegirà una frase i hauran d'endevinar si aquesta manera d'expressar-se correspon al xacal o a la girafa. Per contestar-ho, hauran de córrer cap al costat on es trobi el dibuix de l'animal corresponent. Després la persona docent els preguntarà per què han pensat que era aquest animal, com creuen que se sent, què creuen que necessita per a sentir-se millor i com ho hauria dit l'altre animal. A continuació, tot l'alumnat torna al cercle del centre, la persona docent llegeix una altra frase i es repeteix la dinàmica.
- Convidem el professorat a utilitzar la seva pròpia experiència sobre els conflictes que observa en el seu alumnat per a triar les frases que consideri que més s'adaptin al seu nivell maduratiu. Alguns exemples que poden ajudar:
 - Dona'm aquesta pintura, jo la tenia primer, o me la dones o et pego.
 - No et colis a la fila, cridaré la profe i li diré que ets dolent/a.
 - Puc fer el puzle amb tu? M'agraden molt els puzles i seria molt divertit fer-lo juntes/junts.
 - Em deixes les tisores quan acabis d'usar-les? Dignes-me quin altre material necessites i te'l deixo jo a tu.

ACTUAR

Moment 3. La meva Girafa

- Per a aquesta part, la persona docent ha de tenir dibuixat prèviament el contorn d'una gran girafa en paper continu.
- En finalitzar l'activitat, entre tot el grup han de dir quines coses els agrada de com es comunica la girafa i la persona docent (en cas que l'alumnat encara no sàpiga escriure) les anirà recollint al voltant de la girafa. Després es convidarà l'alumnat a acolorir i decorar de manera col·lectiva la girafa.
- Aquesta exposició s'ha de col·locar en un lloc visible del centre educatiu per compartir-la amb la resta de la comunitat educativa.

Referències

- [*Programa educar para ser.*](#)

Reflexió

La finalitat d'aquesta sessió didàctica és reflexionar sobre la importància d'identificar quines coses ens produeixen determinades emocions, de quines gaudim i ens ajuden a establir relacions positives, i quines altres hem d'aprendre a gestionar per a comprendre-les i que serveixin per al nostre desenvolupament com a

persona. És fonamental entendre que no hi ha emocions bones i dolentes, sinó que totes serveixen per a comprendre el que necessitem i poder-ho comunicar.

És important que aquesta activitat també ens serveixi per a identificar patrons de socialització diferenciada de gènere que puguem canviar. Per exemple, si es donés el cas que observem que gran part dels nens s'expressen amb un estil més semblant al del xacal o que els costa identificar i comunicar les seves emocions i necessitats; o que les nenes tendeixin a retreure's davant una comunicació agressiva i a doblegar-se. Si això succeeix, les dinàmiques que proposem ens poden servir per a identificar models de gestió emocional i de comunicació i intentar transformar-los amb el grup.

És fonamental que l'alumnat tingui clara la importància de demanar ajuda a la persona adulta de referència. Així se'ls podrà ajudar a identificar i posar nom a les emocions que els travessen, identificar-ne les causes, saber què és el que necessiten i comunicar-ho d'una manera no violenta.

SESSIÓ 25 NOVEMBRE

Educació Primària

Els personatges secrets

Objectius de l'aprenentatge

- Familiaritzar-se amb els elements clau de la comunicació no violenta i veure la seva aplicació exemplificada.
- Identificar les emocions, conèixer la seva relació amb les necessitats i com expressar-les des de la comunicació no violenta.
- La importància que les nenes i els nens comparteixin les seves preocupacions amb les seves famílies i persones adultes de referència perquè rebin orientació sobre com gestionar-les i resoldre-les.
- Sensibilitzar sobre la prevenció de violències i la data que es commemora.



Materials

Un espai a l'aula.
Cartes amb dibuixos de xacals
i amb dibuixos de girafes
(es recomana al professorat
preparar-les prèviament a
l'activitat).
Pissarra.
Retoladors.
Fulls de paper.
Cola.
Cinta adhesiva.
Paper continu.

Agenda 2030

Eix: Persones

ODS principals amb els quals es vincula:
5 - Igualtat de gènere

Competències educatives

Competència en comunicació lingüística.
Competència personal, social i d'aprendre a aprendre.
Competència ciutadana.
Competència en consciència i expressions culturals.

Desenvolupament de la sessió i orientacions metodològiques

IDENTIFICAR

Moment 1. STOP

- Es fa una pluja d'idees prèvia amb l'alumnat i se'ls pregunta: *Què és una emoció? Quines coneixen? Per a què creuen que serveixen? Els semblen útils?* (es recomana fer referències a les pel·lícules *Del revés*, ja que gran part de l'alumnat pot anomenar les emocions a través dels personatges d'aquestes pel·lícules). Un altre material que pot ser d'utilitat és [*Trabajando emociones, avanzando en igualdad. Situaciones de aprendizaje*](#) (pàgina 17).
- Després se'ls explica que jugaran a un joc anomenat Stop: una persona diu el nom d'una emoció i, llavors, començant per la persona asseguda a la seva dreta hauran de dir paraules relacionades amb aquesta emoció fins que la persona docent digui «stop». Tot seguit, la persona a la qual li toca el torn ha de dir una altra emoció i es repeteix la seqüència de dir paraules associades, però el torn ara va en sentit contrari (és a dir, cap a l'esquerra). Cada vegada que la persona docent digui «stop», s'ha de dir una nova emoció i el sentit dels torns canvia.
- La persona docent ha d'anotar les paraules que surtin a la pissarra i després preguntar a l'alumnat si totes les paraules recollides són emocions/sentiments i, en cas que no totes ho siguin, preguntar si creuen que alguna és una necessitat.
- També es reflexiona amb l'alumnat sobre com de difícil els ha sigut anomenar emocions i trobar-hi paraules relacionades.

Moment 2. Endevinant el personatge secret

- Es presenta a l'alumnat els personatges de girafes i xacals i se'ls explica en què consisteix la comunicació no violenta. Per a això, recomanem al professorat llegir els materials següents:
 - [*Dues versions d'un matí qualsevol i una manera de comunicar-nos per descobrir.*](#)
 - [*Pràctiques comunicatives per a una cultura del diàleg i la col·laboració.*](#)
- Es reparteix entre l'alumnat cartes amb dibuixos de xacals i cartes amb dibuixos de girafes i se'ls demana que mantinguin en secret el personatge que els ha tocat.
- Surt una persona a l'atzar al centre i les altres han de fer-li preguntes de resposta «sí»/«no» fins que endevinin quin és el seu personatge. Una de les normes és que s'han de fer almenys cinc preguntes abans de poder endevinar el personatge i una altra norma estableix que no poden fer preguntes sobre animals, només sobre els estils de comunicació del personatge. Alguns exemples de preguntes que es poden fer: *Es pren temps per a pensar com se sent? Critica les seves companyes/companys? Sol donar la culpa a unes altres companyes/companys? Escolta l'altra persona i s'interessa sobre com se sent? Etc.*

DESMUNTAR

Moment 3. Reflexió conjunta

- Després de diverses rondes, s'atura la dinàmica i totes les persones s'han de tornar a col·locar en cercle i es reflexiona en plenària a través de les preguntes següents:
 - Què us ha costat més, pensar en preguntes per a endevinar el personatge o respondre si el vostre personatge és o no és així?
 - En alguna ronda no es va aconseguir endevinar el personatge?
 - Va haver-hi alguna pregunta que us va semblar especialment important per a aconseguir endevinar el personatge i que sigui clau en el seu estil de comunicació?
 - És fàcil o difícil connectar el que sentim amb el que necessitem? I expressar-ho a una altra persona?
 - Quan algú ens diu el que sent i el que necessita, ens ajuda o ens desagrada? Per què?
- Recollim les respostes i s'explica a l'alumnat la importància de les emocions, com a vegades costa identificar-les i només les sentim, però que és molt important observar-les i posar-hi nom. També que aquests sentiments responen a necessitats que és important expressar a l'estil «girafa». També és important que siguem capaços d'observar les altres persones per a entendre què senten o necessiten i, sobretot, mantenir les orelles obertes per a escoltar de manera activa el que necessitin expressar-nos. Tot això ens ajudarà a gestionar els nostres conflictes des de la comunicació no violenta.

ACTUAR

Moment 4. Mostra col·lectiva

- Entre totes i tots es crearà un diari sobre la comunicació no violenta. Es divideix la classe en grups de quatre o cinc persones i cada grup ha de crear notícies, entrevistes, tires còmiques, il·lustracions o publicitat en què es parli d'alguna cosa que els hagi semblat rellevant sobre el que han après de la comunicació no violenta.
- Després, s'ha d'enganxar cada creació en un paper continu com si fos un gran full de diari i entre tots els participants l'han de decorar per a donar-hi estètica de diari.
- Es pot col·locar en un lloc visible del centre per a compartir-lo amb tota la comunitat educativa o intercanviar-lo amb els diaris produïts en altres cursos de primària.

Reflexió

És important entendre que la forma en què ens comportem o ens comuniquem amb altres persones no només té a veure amb el fet de respondre al que altres persones ens fan o diuen, sinó que alguna cosa succeeix dins de nosaltres. Hi ha pensaments, sentiments i necessitats que hem d'observar i comprendre per a poder expressar-los des de la comunicació no violenta.

SESSIÓ 25 NOVEMBRE

Educació secundària

De xacals i Girafes

Objectius de l'aprenentatge

- Comprendre l'experiència interna d'emocions, pensaments i necessitats i la comunicació.
- Reflexionar sobre la importància de la comunicació no violenta en la resolució de conflictes i en la satisfacció de necessitats.
- Reflexionar sobre com es construeixen vincles saludables en les relacions.
- Sensibilitzar sobre la prevenció de violències i la data que es commemora.



Materials

Còpies de la taula del bingo boig.

Bolígrafs.

Impressions de còpies de les situacions del còmic [Dues versions d'un matí qualsevol i una manera de comunicar-nos per descobrir](#) de

REDS e InteRed (pàgines 3 i 4).

Fulls.

Retoladors.

Agenda 2030

Eix: Persones

ODS Principals amb els quals es vincula:

5 - Igualtat de gènere

4 - Educació de qualitat

Competències educatives

Competència en comunicació lingüística.

Competència personal, social i d'aprendre a aprendre.

Competència ciutadana.

Competència en consciència i expressions culturals.

Desenvolupament de la sessió i orientacions metodològiques

SESSIÓ 1

IDENTIFICAR

Moment 1. El bingo boig

- Es comença explicant a l'alumnat la diferència entre necessitats i estratègies per a satisfer-les. Per a això, la persona docent té com a referència les pàgines de la 4 a la 9 de la guia [*Pràctiques comunicatives per a una cultura del diàleg i la col·laboració*](#), de REDS i InteRed.
- Després, es lliura a l'alumnat una còpia de la taula següent i se'ls demana que escriguin a cada casella una necessitat que tenen i una estratègia per a satisfer-la, com mostra l'exemple. Com a ajuda, s'ha de projectar a la classe o s'han de lliurar còpies a l'alumnat de la taula de necessitats de la pàgina 7 de la guia [*Pràctiques comunicatives per a una cultura del diàleg i la col·laboració*](#), de REDS i InteRed.
- Una vegada que l'alumnat hagi emplenat la taula individualment, s'ha d'explicar el joc del bingo boig. Utilitzant un espai diàfan de l'aula, s'hauran de moure i buscar persones que coincideixin amb el que han escrit en necessitats, en estratègies o en totes dues, i escriuran el seu nom. És possible que coincideixin en la necessitat, però l'hagin satisfet amb una estratègia diferent; en aquest cas han d'escriure el nom de la persona i l'estratègia alternativa que ha utilitzat per a satisfer aquesta necessitat. També pot passar que es coincideixi en l'estratègia, però que sigui utilitzada per a satisfer necessitats diferents. En aquest cas, s'ha d'escriure el nom de la persona amb la qual es coincideix i la necessitat diferent que se satisfà amb aquesta estratègia comuna.

Necessitat 1 Ex. Creativitat i plaer	Necessitat 2	Necessitat 3	Necessitat 4	Necessitat 5
Marta				
Estratègia 1 Ex. Dedicar temps a la meva afició de dibuixar i pintar.	Estratègia 2	Estratègia 3	Estratègia 4	Estratègia 5
Marta: Fa polseres de fil				

- Una vegada s'han fet diverses rondes, es torna a un format assemblea i es pregunta a l'alumnat: *Us ha costat identificar les vostres necessitats i les estratègies que utilitzeu per a satisfer-les? Heu trobat moltes coincidències o us ha sigut difícil? Heu trobat més coincidències en les necessitats o en les estratègies? Us ha sorprès l'estratègia que alguna persona utilitza per a satisfer necessitats comunes?*

- S'aprofiten les respostes per a explicar com les persones tenim necessitats comunes que percebem com a sentiments físics o emocionals (per exemple, percebo la necessitat de menjar gràcies a la sensació de gana, o la necessitat de proximitat i consol a través del sentiment de tristesa). Per a satisfer-les, utilitzem estratègies en forma d'accions. És important destacar que, quan es produeixen conflictes, es produeixen en el pla de les estratègies/accions, no de les necessitats, i és aquí quan la manera en què ens fem càrrec dels nostres sentiments i necessitats i de com utilitzem la comunicació és fonamental.

DESMUNTAR

Moment 2. Fent de xacals i de Girafes

- En aquesta activitat s'utilitzarà el còmic [*Dues versions d'un matí qualsevol i una manera de comunicar-nos per descobrir*](#) de REDS i InteRed.
- Es divideix la classe en tres grups i a cada grup es reparteix la part de la historieta d'una situació. És a dir, al grup 1, la situació de «Les meves amigues»; al grup 2, la situació «El pati»; i al grup 3, la situació de «Les meves profes», tant de la versió xacal (pàgina 3) com de la versió girafa (pàgina 4). Cada grup ha de preparar la seva situació per a interpretar-la en un joc de rol. La persona docent ha de fer els papers de «la meva veu girafa» i de «la meva veu xacal».
- Després de les interpretacions, es pregunta a l'alumnat quines diferències veuen entre totes dues maneres de comunicar-se i d'afrontar les diferents situacions. Les respostes de l'alumnat s'han d'utilitzar per a construir col·lectivament el coneixement, explicar en què consisteix la veu del xacal i la veu de la girafa i com la nostra experiència interna és una associació d'emocions/sentiments, pensaments, necessitats i accions/estratègies. És fonamental dedicar temps a observar aquests elements, i no sempre és fàcil distingir-los, perquè tendim a pensar que el que ens passa ve de fora sense atendre l'experiència interna que estem vivint. La persona docent pot utilitzar com a material de suport per a l'explicació les pàgines de la 5 a la 9 i la pàgina 11 del còmic [*Dues versions d'un matí qualsevol i una manera de comunicar-nos per descobrir*](#) de REDS i InteRed.
- Per a vincular la comunicació no violenta amb la prevenció de violències masclistes, es reflexionarà amb l'alumnat a través de les preguntes següents: *Creus que, en aquestes situacions, si en lloc que la protagonista fos una noia fos un noi els comportaments, comentaris o respostes de les seves companyes/companys serien els mateixos? Detectes alguns comentaris que al·ludeixin a estereotips de gènere (per exemple: «ai, noia, mira que ets sensible»), i que titllen les respostes de les noies d'exagerades?*

SESSIÓ 2

ACTUAR

Moment 3. Mems

- Per a experimentar amb el que s'ha après, per grups hauran de fer mems en què expliquin en poques paraules i de manera còmica com és la manera de comunicació del xacal i com la de la girafa. Es pot utilitzar també com a suport l'esquema de la pàgina 14 del còmic [*Dues versions d'un matí qualsevol i una manera de comunicar-nos per descobrir*](#) de REDS i InteRed.
- Després s'ha de fer una exposició en un lloc visible del centre per a compartir-lo amb la comunitat educativa.

Reflexió

Es reflexionarà amb el grup sobre la importància de reconèixer els seus sentiments, diferenciar-los dels pensaments i prendre consciència de les accions que duen a terme per a satisfer les seves necessitats.

També s'ha de posar en relació com les formes de comunicació violentes, basades en l'agressivitat, la reactivitat, la intimidació i l'opressió, formen part de les violències masclistes i que és fonamental identificar-les, tant per a qui les rep com per a qui les utilitza. La comunicació no violenta contribueix a relacions interpersonals basades en el benestar mutu i en el reconeixement de les emocions per a mobilitzar-nos a l'acció en el marc del respecte i de fer-nos càrrec del que sentim.

SESSIÓ 25 NOVEMBRE

Batxillerat i FP

Chacaleando y jirafeando sobre las violencias machistas

Objetivos

- Abordar les causes profundes (estructurals) de les violències masclistes, els tipus de violències, les seves conseqüències i impactes.
- Conèixer els elements clau de la comunicació no violenta i la seva vinculació en la construcció de vincles saludables en les relacions.
- Acompanyar en l'adquisició d'un compromís actiu i en la consciència d'agència respecte de les violències masclistes.
- Sensibilitzar sobre la prevenció de violències i la data que es commemora.



Materials

Paperògrafs.
Retoladors.
Còpies de la taula del bingo boig.
Bolígrafs.
Impressions de còpies de les situacions del còmic [Dues versions d'un matí qualsevol i una manera de comunicar-nos per descobrir](#) de REDS e Inter-Red (pàgines 3 i 4).
Fulls.
Bolígrafs.
Pissarra.

Agenda 2030

Eix: Persones

ODS principals amb els quals es vincula:

5 - Igualtat de gènere

Competències educatives

Competència en comunicació lingüística.
Competència personal, social i d'aprendre a aprendre.
Competència ciutadana.
Competència en consciència i expressions culturals.

Desenvolupament de la sessió i orientacions metodològiques

SESSIÓ 1.

IDENTIFICAR

Moment 1. El bingo boig.

(Vegeu el mateix apartat en la proposta de secundària, ja que són comuns).

DESMUNTAR

Moment 2. Chacaleando y jirafeando.

(Vegeu el mateix apartat en la proposta de secundària, ja que són comuns).

SESSIÓ 2.

IDENTIFICAR

Moment 3. STOP paraules.

- Es divideix la classe en grups, i cada grup ha de tenir un full de paper en el qual han d'apuntar el concepte clau que la persona docent llegeix en veu alta. Quan es digui «temps», l'alumnat haurà d'escriure set conceptes relacionats. El primer grup que acaba crida «STOP». Després de cada ronda, revisem les paraules del grup guanyador i les aportacions dels altres grups. La persona docent pot aprofundir en les explicacions amb les «definicions i exemples per a guiar la sessió per a la facilitadora» que trobarà en aquesta mateixa activitat.
 - **Patriarcat**
Posar especial èmfasi en l'estructural del terme com a sistema de dominació/opressió basat en el gènere.
 - **Violència**
Preguntar-los quines violències veuen. Si han apuntat tipus de violències en el joc, preguntar-los per exemples específics, les seves actuacions i altres actuacions possibles.
 - **Control**
Preguntar-los per implicacions i la seva relació amb les violències que han identificat en la ronda anterior.
 - **Amor**
Preguntar per les característiques de les relacions interpersonals basades en el bon tracte i les característiques d'una relació tòxica.
- Els punts que reuneixi l'alumnat s'han d'anar anotant a la pissarra. El professorat pot donar una bonificació extra que val per dos punts a intervencions i explicacions especialment rellevants que puguin donar els grups durant la part comentada de l'activitat.

Moment 4. Posada en comú i reflexió.

- La reflexió ha d'abordar preguntes del tipus:
 - De quins conceptes t'ha costat més trobar paraules relacionades?
 - En escoltar altres grups, hi ha alguna paraula relacionada que t'hagi sorprès?

- Dels conceptes i termes comentats, quins creus que tenen a veure amb causes profundes i factors contribuents? Per què creus que sovint es confonen?
- Com creus que abordar aquestes causes profundes pot contribuir a prevenir les violències masclistes?
- Has après alguna cosa nova sobre els tipus, causes i conseqüències de les violències masclistes?

Definicions i exemples per a guiar la sessió per a la facilitadora

Abans de començar, cal tenir en compte que el professorat pot completar o ampliar aquestes definicions i, fins i tot, preguntar a l'alumnat sobre altres definicions que conegui, termes en anglès relacionats amb violències: *grooming*, *gaslighting*, etc.

- **Violència de gènere:** qualsevol tipus de dany perpetrat contra una persona o grup de persones a causa del seu sexe, gènere, orientació sexual i/o identitat de gènere, ja sigui de fet o percebuda. La violència de gènere es basa en un desequilibri de poder i cerca el control. Es duu a terme amb la intenció d'humiliar i fer que una persona o grup de persones se sentin inferiors i/o subordinades. Pot ser sexual, física, verbal, psicològica (emocional) o socioeconòmica, entre d'altres.
- **Causes profundes de les violències de gènere:** són les actituds i pràctiques de discriminació de gènere d'una societat. Normalment, els gèneres es col·loquen en rols rígids i dins d'una estructura de poder, sovint amb persones socialitzades com a dones i altres gèneres en una posició subordinada en relació amb les persones socialitzades com a homes. Aquests rols de gènere «acceptats» reforcen el supòsit que els homes tenen poder de decisió i de control sobre la resta de les persones. Exercint la violència de gènere, els agressors busquen mantenir privilegis, poder i control. A més d'això, esmentem també entre les causes profundes el fet que aquestes situacions poden veure's reforçades en contextos de manca de conscienciació sobre els drets humans, la igualtat de gènere i la democràcia i de manca de mitjans pacífics de resolució de conflictes. Entre les causes s'inclouen les següents: abús de poder, desigualtats de gènere, patriarcat, rols i estereotips de gènere, heteronormativitat, capacitisme, binarisme de gènere.
- **Factors que hi contribueixen:** si bé les desigualtats de gènere i l'abús de poder són les causes fonamentals de totes les formes de violències de gènere, altres factors poden influir en el tipus i l'abast d'aquestes i augmentar-ne la vulnerabilitat. Els factors contribuents es confonen sovint amb les causes, però és important distingir-los. Entre els factors que contribueixen a això figuren els següents: ús/abús de drogues, desigualtats econòmiques, manca d'educació, manca de suport social, de les institucions, de les famílies, absència de l'Estat en un territori.

- **Tipus de violències de gènere:** es poden agrupar en quatre categories generals (emocional/psicològica, física, sexual, econòmica), que ascendeixen fins a convertir-se en les branques de l'arbre. Els tipus de violències de gènere poden ser fora de l'entorn virtual i dins d'aquest, i són els següents:
 - Violència psicològica: intimidació, assetjament, control, coacció, aïllament, insult verbal, etc.
 - Violència física: s'utilitza la força física. Inclou cops, cops de peu, cops de puny i més.
 - Violència sexual: es refereix a actes sexuals realitzats sense el consentiment de l'altra persona. Inclou la violació, l'agressió, el tràfic d'éssers humans, la conducta sexual verbal no desitjada, etc.
 - Violència econòmica: es refereix a actes que causen danys econòmics. Inclou la restricció dels recursos financers, els danys a la propietat, la privació, la limitació de l'ocupació, etc.
- **Conseqüències de la violència de gènere:** per a les víctimes o supervivents i el seu entorn, són de gran abast, des de les conseqüències físiques fins a les emocionals i psicològiques.
 - Conseqüències psicològiques: sentir-se avergonyida, ansiosa, depressiva, pèrdua de la gana, dificultat per a assistir a l'escola o estudiar, etc.
 - Conseqüències físiques: problemes de salut, autolesions, ITS, embarassos no desitjats, etc.
 - Funcionals: canviar una ruta o eliminar un perfil en una xarxa social.
 - Conseqüències socials: exclusió, rebuig o aïllament per part de la família i/o les amistats.

Moment 5. Fent de xacals i de girafes contra les violències masclistes

- En els mateixos grups de l'exercici anterior recuperarem els aprenentatges de la sessió anterior sobre comunicació no violenta.
- En aquest cas hauran de plantejar un joc de rol sobre comunicació no violenta per a treballar algun indicador de relació tòxica. Per a això, primer han de triar el tema (*per exemple, en una parella, una de les parts demana a l'altra la contrasenya del seu mòbil o de les seves xarxes socials com a prova d'amor*). Han d'estructurar les dues versions de l'escena: la dominada per la veu del xacal i la liderada per la veu de la girafa.
- Per a ajudar-se poden consultar la pàgina 14 del còmic [***Dues versions d'un matí qualsevol i una manera de comunicar-nos per descobrir***](#) de REDS i InteRed.
- En acabar les escenes, el públic pot fer comentaris, reflexions i retroalimentacions sobre l'ús dels diferents estils comunicatius.

ACTUAR

Moment 6. El diari de la utopia

Mantenint els mateixos grups, se'ls demana que creïn les pàgines d'un "diari de la utopia" en les quals plantegin temes d'actualitat, però transformant els desenvolupaments o conseqüències des de la comunicació no violenta i plantejant estratègies

o situacions fictícies (*per exemple, la conversa entre els líders de dues nacions en guerra per a aconseguir la pau, o els acords entre una empresa minera i un moviment ciutadà per a la preservació de l'ecosistema en un territori...*). És fonamental que alguna de les notícies, entrevistes, il·lustracions, etc. que apareguin en aquest diari siguin sobre les violències masclistes.

Aquest diari es pot fer en forma de mural i posar-lo en una zona visible del centre educatiu o intercanviar-lo amb el realitzat en altres seccions o cursos de batxillerat/FP.

Referències

[Hojas de actividades. Guía para educadoras/es](#), projecte LoveAct, Vivint una educació sexual positiva i interseccional per a la prevenció de la violència de gènere, finançat per la Unió Europea.

Reflexió

Durant les activitats és important que l'alumnat aconsegueixi identificar i diferenciar sentiments, pensaments, necessitats i accions/estratègies. A vegades costa identificar els límits entre les unes i les altres i es requereix pràctica.

També és important entendre que no sempre el nostre estat interior i les nostres reaccions són fruit d'un esdeveniment extern o del comportament d'una altra persona, és important recórrer a la introspecció, escoltar-nos i fer-nos càrrec del que sentim i necessitem i comunicar-ho de forma no violenta buscant l'entesa mútua i el benestar de totes les parts.

Finalment, es convida l'alumnat a reflexionar sobre la relació entre les violències masclistes i els estils comunicatius i per què practicar la comunicació no-violenta transforma les relacions entre les persones.

Aquesta publicació ha estat realitzada amb el suport financer de l'Agència Espanyola de Cooperació Internacional per al Desenvolupament (AECID), amb càrrec al conveni «Aliança 4.7 per una ciutadania global: complir el nostre compromís el 2030» (2022/PCONV/000319).

InteRed 

El contingut d'aquesta publicació és responsabilitat exclusiva d'InteRed i no reflecteix necessàriament l'opinió de l'AECID.

Finança:



Disseny portada PURA QUITERIA