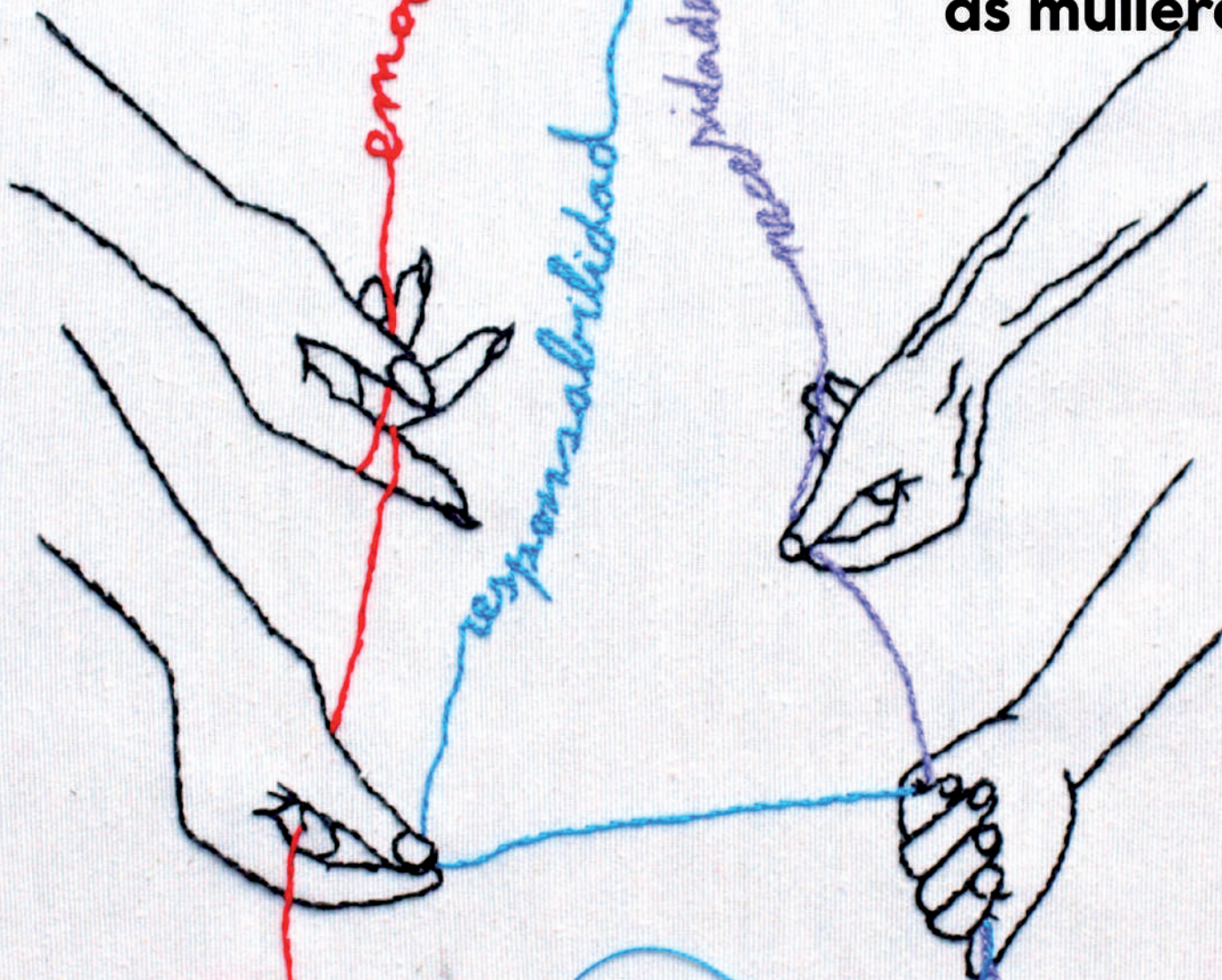


PROPOSTA DIDÁCTICA DE REFLEXIÓN-ACCIÓN

25 de novembro

Día mundial da
eliminación das
violencias contra
as mulleres



Edita: **InteRed**

Autoría: InteRed

Diseño e maquetación: Rosy Botero

Ilustración manos cubierta: *PURA QUITERIA*

Data: xullo 2025

ISBN: 978-84-121198-8-6

*Este material está sustentado, entre outros, en contidos propostos na Guía de CNV para a mocidade realizada por Ángeles Gordillo e Inés Rein para o proxecto Actuant amb cures de Reds i InteRed.

Financia:



Esta publicación foi realizada co apoio financeiro da Axencia Española de Cooperación Internacional para o Desenvolvemento (AECID) con cargo ao convenio «Alianza 4.7 por unha cidadanía global: cumprir o noso compromiso en 2030» (2022/PCONV/000319).

O contido desta publicación é responsabilidade exclusiva de InteRed e non reflicte necesariamente a opinión da AECID.

Contenido



Presentación

pág. 4

1

**Contextua-
lización del 25N**

pág. 7

2

**Sesions
didácticas**

pág. 8

3

1. Presentación

Para este **25 de novembro** queremos centrar a nosa proposta nun elemento crucial para un desenvolvemento saudable ao longo de todas as etapas da vida, fundamental para previr as violencias machistas desde idades temperás e clave desde a nosa aposta como InteRed por unha coeducación transformadora: **a comunicación non-violenta**.

A comunicación non-violenta é un enfoque comunicativo que busca transformar as relacións, tanto interpersoais coma individualmente, ao favorecer a toma de conciencia sobre as nosas emocións, pensamentos e necesidades. Fomenta a confianza individual e mutua e a empatía que contribúen a unha resolución pacífica dos conflitos para favorecer o benestar colectivo e o entendemento. É un estilo de comunicación transformadora que entende as relacións desde os coidados. Adestrar a educación emocional e a comunicación non-violenta desde a infancia contribúe a xestionar as necesidades e a expresalas de forma asertiva e respectuosa para establecer relacións positivas e saudables.

Por que centrarnos en traballar sobre a comunicación e que ten que ver coas violencias machistas?

A forma en que nos comunicamos tamén está atravesada polo xénero e é un dos medios de opresión dos que se vale o sistema patriarcal. A través da socialización diferenciada, desde a infancia aprendemos que formas de comunicarse son aceptadas socialmente, existindo un modelo de masculinidade tradicional que establece unha maior permisividade no uso da agresividade e a impulsividade no caso dos homes. Se na comunicación non-violenta se considera clave identificar e conectar co que sentimos, detectar cal é a nosa necesidade e expresala, o modelo de masculinidade tradicional sería un obstáculo ao invisibilizar a importancia das emocións e a súa expresión nos homes.

Respecto das mulleres, os roles tradicionais de feminidade propoñen como valor positivo que as mulleres sexan submisas e non respondan nin expresen o que necesitan, mesmo, nelas, a expresión da emocionalidade invalidase ao considerarse esaxerada e en detrimento da racionalidade. Ademais, as relacións de poder dentro do sistema patriarcal asígnanlles ás mulleres a responsabilidade da satisfacción das necesidades dos homes, por encima mesmo das propias.

As formas de comunicación violentas, baseadas na agresividade, a reactividade, a intimidación e a opresión forman parte das violencias machistas e é fundamental identificalas, tanto para quen as recibe coma para quen as utiliza. Por iso, lograr chegar a unha comunicación non-violenta pasa por tomar conciencia dos estereotipos de xénero tradicionais e de como lles afectan aos diferentes elementos clave sobre os que se sustenta unha comunicación transformadora.



Paréceche importante?

**Acompáñanos
nesta nova proposta
de reflexión-acción.**

A través de catro actividades deseñadas por cada etapa educativa traballaremos esta habilidade axustada ao nivel madurativo do alumnado para contribuírmos ao seu desenvolvemento como motor de cambio cara ás sociedades que **soñamos**, máis igualitarias, onde o coidado da vida ocupe o núcleo central e a erradicación das violencias machistas, unha das metas da Axenda 2030 de Desenvolvemento Sostible, sexa unha realidade.

Esta proposta nace do traballo que InteRed vén desenvolvendo no marco dos ecofeminismos, a pedagogía dos coidados, a educación transformadora e en concreto da campaña #TOCAIGUALDAD sobre violencias machistas. Esta campaña ten por obxectivo promover a promoción na xuventude dunha actitude crítica, reflexiva e activa en relación coas desigualdades e violencias específicas que viven as mulleres polo feito de seren mulleres, apostando por unha folla de ruta coeducativa desde catro eixes de actuación:



**O coidado
das persoas
e mais do planeta.**



**O recoñecemento
da diversidade
de identidades.**



A promoción dunha educación afectivo-sexual respectuosa e de calidade.



**A prevención
das violencias
machistas.**

O noso enfoque desde a coeducación fálanos da importancia de desmontar-mos as crenzas arraigadas na mente das persoas que perpetúan e lexitiman as violencias machistas, por iso, desde a campaña #TOCAIGUALDAD, se segue a ruta IDA, “identificar, desmontar e actuar”. É un camiño que guía a reflexión-acción e que axuda o alumnado a desnaturalizar a violencia, entender as causas que a sosteñen e perpetúan, e a considerarse como un axente de cambio, a nivel persoal, pero tamén de forma colectiva, cos seus pares, a súa familia, na súa contorna educativa e social.

As actividades da proposta deste ano están pensadas para traballar sobre elementos de prevención das violencias machistas, cun forte compoñente de pensamento crítico e mobilización, moi necesario na actual conxuntura que vivimos hoxe en día.

2. Contextualización

25N



O **25 de novembro** celébrase o ***Día Internacional da Eliminación da Violencia contra a Muller***, a favor de visibilizar e denunciar a violencia sistémica e sistemática que sofren as mulleres en todo o mundo polo feito de selo, e de lles esixir aos diferentes gobernos e institucións medidas efectivas para combatela.



¿Por que un 25 de novembro?

As irmás Mirabal: Patria, Minerva e María Teresa, coñecidas como **‘Las Mari-posas’**, foron asasinadas o 25 de novembro de 1960 pola súa actividade na loita a prol da democracia contra Rafael Leónidas Trujillo, ditador da República Dominicana entre os anos 1930 e 1961.



Minerva e María Teresa, xunto cos seus maridos, foron xulgadas por **“aten-tar contra a seguridade do Estado dominicano”**; eles entraron no cárcere, e elas, xunto coa súa irmá Patria, foron secuestradas e torturadas baixo as mans duns sicarios enviados polo ditador. A pesar dos seus múltiples intentos, non conseguiron silenciar este terrible asasinato, e finalmente acabou significando o despertar do pobo dominicano contra o réxime ditatorial de Trujillo.

20 anos despois, o movemento feminista latinoamericano, elixiu esta data como reivindicación para **esixir a defensa das mulleres contra as múltiples violencias que viven**. Anos máis tarde, xa en 1999, esta xornada de reivindicación foi asumida pola Asemblea Xeral das Nacións Unidas na súa resolución 54/134 do 17 de decembro de 1999.



3. Sesións didácticas

As propostas didácticas deseñáronse tratando de englobar varias etapas educativas, polo que requirirán da adaptación última do profesorado para a súa realización, en función do nivel madurativo do grupo e as súas capacidades.



Infantil:
**Coñecendo a xirafa
e chacal.**



Primaria:
**Os personaxes
secretos.**



Secundaria:
**De chacaís
e xirafas.**



**Bacharelato e ciclos
formativos:**
**Chacaleando e xirafeando
sobre as violencias machistas.**

SESIÓN 25 NOVIEMBRE

Educación Infantil (segundo ciclo)

Coñecendo a xirafa e chacal

Obxectivos de aprendizaxe

- Incorporar nocións de educación emocional (expresión das emocións, autorregulación...).
- Identificar situacións de convivencia cos seus pares que xeran diferentes emocións e reflexionar sobre a súa abordaxe.
- Comprender a importancia de recoñecer e xestionar as emocións, de identificar necesidades e de comunicalas desde a non-violencia para establecer relacións positivas coas demais persoas e coa contorna.
- Sensibilizar sobre a igualdade de xénero e a data que se conmemora.



Aquí o profesorado poderá adaptar os tempos en función do nivel madurativo e atencional do alumnado podendo realizar a actividade en varias sesións.

Materiais

Un espazo na aula.
Papelógrafos.
Rotuladores.
Pinturas, gomets...
Cinta adhesiva.
Debuxo ou fotografía dun chacal e dunha xirafa.
Listaxe de frases sobre situacións comunicativas de conflito cotiás para o alumnado.

Axenda 2030

Eixe: Persoas

ODS principais cos que se vencella:
5 - Igualdade de xénero

Competencias educativas

Competencia en comunicación lingüística.
Competencia persoal, social e de aprender a aprender.
Competencia cidadá.
Competencia en conciencia e expresión culturais.

Desenvolvemento da sesión e orientacións metodolóxicas

IDENTIFICAR

Momento 1. Coñecendo a Chacal e a Xirafa

- En formato asemblea pregúntaselle ao alumnado que son as emocións e se coñecen o nome dalgunha delas e en que consisten. Desta maneira, faise unha choiva de ideas e elabórase unha listaxe de todas as emocións que coñecen. O profesorado que dispoña na súa aula do conto “Monstro de cores” de Anna Llenas Serra, pode utilizalo como apoio para esta parte da actividade.
- Despois pásase a presentar a Chacal e a Xirafa (mostrando un debuxo dunha xirafa e un debuxo dun chacal).
 - Para Xirafa é moi importante escoitar as súas emocións e poder explicalas, así tanto ela coma as demais persoas poden saber como se sente. Tamén lle gusta escoitar moi atenta como se senten as demais persoas para saber que necesitan. Cando hai un conflito axúdalles ás partes involucradas a expresar as súas emocións, que necesitan e como poderían resolvelo.
 - Chacal sempre quere ter a razón, ás veces di as cousas con enfado. Responde tan rápido que non se para a pensar en como se está sentindo ou como se están sentindo as demais persoas. Con frecuencia acaba en conflitos que non sabe moi ben como resolver sen que ninguén acabe sentíndose triste ou con enfado.
- Despois a persoa docente pon algúns exemplos de como actúan ambos os dous personaxes (a persoa docente ten a liberdade de cambiarlos ou engadir outros exemplos que considere que van conectar mellor co día a día do seu alumnado):

Situación 1:

- **CHACAL:** Dáme ese xoguete, tíñao eu, sempre molestas, es mala/o!
- **XIRAFa:** Ese xoguete parece moi divertido Cando acabes de xogar prestaríasme o xoguete? ou podemos xogar xuntas/os que sería máis divertido? apetéceche?

Situación 2:

- **CHACAL:** Tiráchesme do pelo, es moi pegona/ón, ninguén debería xogar contigo!
 - **XIRAFa:** Non me gusta que me peguen, dóeme e faime sentir mal. Tratámonos ben para xogar xuntas/os.
- Tras cada exemplo a persoa docente pregúntalles quen lles gusta máis como reacciona se o chacal ou a xirafa. Tamén lles explica que a todas as persoas lles pasa que ás veces son un pouco chacais e ás veces un pouco xirafas, e por iso é importante darse conta de que animal son en cada ocasión e tamén pedirlle axuda ao profe ou a unha persoa adulta da súa confianza cando necesiten axuda para entender como se senten ou para resolver un conflito.

DESMONTAR

Momento 2. Escoita activa

- Nun extremo da clase colocárase o debuxo da xirafa e no contrario o debuxo do chacal. Porase todo o alumnado sentado en círculo coa persoa docente no centro. A persoa docente lerá unha frase e deberán adiviñar se esa forma de expresarse corresponde ao chacal ou á xirafa. O que terán que facer é correr cara ao lado onde se atope o debuxo do animal correspondente. Despois a persoa docente preguntarlles por que pensaron que era ese animal, como cren que se sente, que cren que necesita para sentirse mellor e como o diría o outro animal. Despois todo o alumnado regresa ao círculo do centro e a persoa docente le outra frase repetindo a dinámica.
- Convidamos o profesorado a utilizar a súa propia experiencia sobre os conflitos que observa no seu alumnado para escoller as frases que considere que máis se adaptan ao seu nivel madurativo. Algúns exemplos que poden axudar:
 - Dáme esa pintura, eu tíña primeiro, ou ma dás ou che pego.
 - Non te coes na fila, vou chamar a profe e dicirlle que es mala/o.
 - Podo facer o quebracabezas contigo? Gústanme moito os quebracabezas e sería moi divertido facelo xuntas/os.
 - Préstasme as tesoiras cando acabes de usalas? Dime que outro material necesitas e préstochó eu a ti.

ACTUAR

Momento 3. A miña Xirafa

- Para esta parte, a persoa docente deberá ter debuxado previamente o contorno dunha gran xirafa en papel continuo.
- Cando remate a actividade, entre todo o grupo dirán que cousas lles gusta de como se comunica a xirafa e a persoa docente (no caso de que o alumnado aínda non saiba escribir) irao recollendo ao redor da xirafa. Despois invítarase o alumnado a colorear e decorar de forma colectiva a xirafa.
- O mural exporase nun lugar visible do centro escolar para compartir co resto da comunidade educativa os beneficios da comunicación non-violenta.

Referencias

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

Reflexión

A finalidade desta sesión didáctica é reflexionar sobre o importante que é identificar que cousas nos producen determinadas emocións, de cales gozamos e nos axudan a establecer relacións positivas, e que outras debemos aprender a xestionar para comprendelas e que sirvan para o noso desenvolvemento como

persoa. É fundamental entender que non hai emocións boas e malas, senón que todas serven para comprender o que necesitamos e poder comunicalo.

É importante que esta actividade tamén nos sirva para identificar patróns de socialización diferenciada de xénero que poidamos cambiar. Por exemplo, se se dese o caso de que observamos que gran parte dos nenos se expresan cun estilo máis parecido ao do chacal ou que lles custa identificar e comunicar as súas emocións e necesidades. Ou que as nenas tendan a retraerse ante unha comunicación agresiva e a dobregarse. Se isto sucede, as dinámicas que propomos pódennos servir para identificar modelos de xestión emocional e de comunicación e intentar transformar co grupo.

É fundamental que o alumnado teña clara a importancia de pedirlle axuda á nosa persoa adulta de referencia. Así poderannos axudar a identificar e poñerlles nome ás emocións que nos atravesan, a identificar as súas causas, saber que é o que necesitamos e a comunicalo de forma non-violenta.

SESIÓN 25 NOVEMBRO

Educación Primaria

Os personaxes secretos

Obxectivos de aprendizaxe

- Familiarizarse sobre os elementos clave da comunicación non-violenta e ver a súa aplicación exemplificada.
- Identificar as emocións, coñecer a súa relación coas necesidades e como expresalas desde a comunicación non-violenta.
- A importancia de que as nenas e os nenos compartan as súas preocupacións coas familias e persoas adultas de referencia para que reciban orientación sobre como xestionalas e resolvelas.
- Sensibilizar sobre a prevención das violencias e a data que se conmemora.



Materiais

Un espazo na aula.
Cartas con debuxos de chacais e con debuxos de xirafas (recoméndaselle ao profesorado preparalas previamente á actividade).

Taboleiro.

Rotuladores.

Follas de papel.

Pegamento.

Cinta adhesiva.

Papel continuo.

Axenda 2030

Eixe: Persoas

ODS principais cos que se vencella:

5 - Igualdade de xénero

Competencias educativas

Competencia en comunicación lingüística.
Competencia persoal, social e de aprender a aprender.
Competencia cidadá.
Competencia en conciencia e expresión culturais.

Desenvolvemento da sesión e orientacións metodolóxicas

IDENTIFICAR

Momento 1. STOP

- Faise unha choiva de ideas previa co alumnado preguntándolles *Que é unha emoción? cales coñecen? para que cren que serven? parecen-lles útiles?* (Recoméndase facer referencias ás películas “Del revés”, xa que gran parte do alumnado pode nomear as emocións a través dos personaxes destas películas). Outro material que che pode ser de utilidade é [Traballando emocións, avanzando en igualdade. Situacións de Aprendizaxe](#) (páxina 17).
- Despois explícaselles que van xogar a un xogo que se chama “stop” polo que unha persoa di o nome dunha emoción e entón, comezando pola persoa sentada á súa dereita deberán dicir palabras relacionadas con esa emoción, ata que a persoa docente diga “stop”. Entón, a persoa á que lle toca a vez dirá outra emoción e repetirase a secuencia de dicir palabras asociadas, pero a quenda irá en sentido contrario (é dicir cara á esquerda). Cada vez que a persoa docente diga “stop” dirase unha nova emoción e o sentido das quendas cambiará.
- A persoa docente deberá tomar nota das palabras que saian no taboleiro e despois preguntarlle ao alumnado se todas as palabras recollidas son emocións/sentimentos e no caso de que non todo o sexa, preguntar se cren que algunha é unha necesidade.
- Tamén se reflexiona co alumnado sobre que tan difícil lle resultou nomear emocións e atopar palabras relacionadas.

Momento 2. Adiviñando o personaxe secreto

- Preséntaselle ao alumnado os personaxes de xirafas e chacais e explícaselles en que consiste a comunicación non-violenta. Para iso recomendámoslle ao profesorado que lea os seguintes materiais:
 - [Dúas versións dunha mañá calquera e unha forma de comunicarnos por descubrir.](#)
 - [Prácticas comunicativas para unha cultura do diálogo e a colaboración.](#)
- Repártese entre o alumnado cartas con debuxos de chacais e cartas con debuxos de xirafas e díselles que deben manter en segredo o personaxe que lles tocou.
- Sae unha persoa ao chou ao centro e as demais persoas deberán facerlle preguntas de resposta “si”/ “non” ata que adiviñen cal é o seu personaxe. Haberá unha norma de que deben facerse polo menos 5 preguntas antes de poder adiviñar e outra que di que non poden facer preguntas sobre animais, só sobre os estilos de comunicación do personaxe. Algúns exemplos de preguntas que poden facer: *dedica tempo para pensar en como se sente? critica as súas compañeiras/os? adoita botarlles a culpa a outras/os compañeiras/os? escoita e interésase sobre como se sente a outra persoa? Etc.*

DESMONTAR

Momento 3. Reflexión conxunta

- Despois de varias roldas parase a dinámica e todas as persoas volverán colocarse en círculo e reflexionarase en plenaria a través das seguintes preguntas:
 - Que vos custou máis, pensar en preguntas para adiviñar o personaxe ou responder se o voso personaxe é ou non así?
 - Nalgunha rolda non se logrou adiviñar o personaxe?
 - Houbo algunha pregunta que vos pareceu especialmente importante para lograr adiviñar o personaxe e que sexa clave na súa forma de comunicación?
 - É fácil ou difícil conectar o que sentimos co que necesitamos? e expresarllo a outra persoa?
 - Cando alguén nos di o que sente e o que necesita? axúdanos ou séntanos mal? por que?
- Recollemos as respostas e explícaselle ao alumnado a importancia das emocións, como ás veces custa identificalas e só as sentimos, pero é moi importante observalas e pórllles nome. Tamén que eses sentimentos responden a necesidades que é importante expresar ao estilo “xirafa”. Tamén é importante que sexamos quen de observar as demais persoas para entender o que senten ou necesitan e sobre todo, manter os oídos abertos para escoitar de forma activa o que necesiten expresarnos. Todo isto axudaranos a xestionar os nosos conflitos desde a comunicación non-violenta.

ACTUAR

Momento 4. Mostra colectiva

- Entre todas e todos creárase un xornal sobre a comunicación non-violenta. Repartiráselle á clase en grupos de 4 ou 5 persoas e cada grupo creará noticias, entrevistas, tiras cómicas, ilustracións ou publicidade nas que falen de algo que lles pareceu relevante sobre o que aprenderon da comunicación non-violenta.
- Despois, pegarase cada creación nun papel continuo coma se fose unha gran folla de xornal e entre todas as persoas participantes decorarano para darlle esa estética.
- Pódese colocar nun lugar visible do centro para compartilo con toda a comunidade educativa ou rotar e intercambiar cos xornais producidos noutros cursos de primaria.

Reflexión

É importante entender que a forma en que nos comportamos ou nos comunicamos con outras persoas non só ten que ver con responder ao que outras persoas nos fan ou din, senón que algo sucede dentro de nós. Hai pensamentos, sentimentos e necesidades que debemos observar e comprender para poder expresalos desde a comunicación non-violenta.

SESIÓN 25 DE NOVIEMBRE

Educación secundaria

De chacais e xirafas

Obxectivos de aprendizaxe

- Comprender a experiencia interna de emocións, pensamentos e necesidades e comunicación.
- Reflexionar sobre a importancia da comunicación non-violenta na resolución de conflitos e na satisfacción de necesidades.
- Reflexionar sobre como se constrúen vínculos saudables nas relacións.
- Sensibilizar sobre a prevención das violencias e a data que se conmemora.



Materiais

Copias da táboa do bingo tolo.
Bolígrafos.

Impresións de copias das situacións do cómic [“Dúas versións dunha mañá calquera e unha forma de comunicarnos por descubrir”](#) de REDS e InteRed. (Páxinas 3 e 4).

Follas.
Rotuladores.

Axenda 2030

Eixe: Persoas

ODS principais cos que se vincella:

5 - Igualdade de xénero

4 - Educación de calidade

Competencias educativas

Competencia en comunicación lingüística.
Competencia persoal, social e de aprender a aprender.
Competencia cidadá.
Competencia en conciencia e expresión culturais.

Desenvolvemento da sesión e orientacións metodolóxicas

SESIÓN 1

IDENTIFICAR

Momento 1. O bingo tolo

- Comezase explicándolle ao alumnado a diferenza entre necesidades e estratexias para satisfacelas, para iso a persoa docente ten como referencia as páxinas da 4 á 9 da guía [*Prácticas comunicativas para unha cultura do diálogo e a colaboración*](#) de REDS e InteRed.
- Despois entregaráselle ao alumnado unha copia da seguinte táboa e pediráselles que escriban en cada casa unha necesidade que teñen e unha estratexia para satisfacer esa necesidade como mostra o exemplo. Como axuda, proxectarase na clase ou entregaránselle copias ao alumnado da táboa de necesidades da páxina 7 da guía [*Prácticas comunicativas para unha cultura do diálogo e a colaboración*](#) de REDS e InteRed.
- Unha vez que o alumnado encha a táboa de forma individual, explicarase o xogo do bingo tolo. Utilizando un espazo diáfano da aula deberán moverse e buscar persoas que coincidan co que escribiron en necesidades, en estratexias ou en ambas as dúas e escribirán o seu nome. É posible que coincidan na necesidade, pero cubrírona cunha estratexia diferente, nese caso escribirán o nome da persoa e a estratexia alternativa que usou para cubrir esa necesidade. Tamén pode suceder que se coincida na estratexia, pero que sexa usada para cubrir necesidades diferentes.

Neste caso, escribirase o nome da persoa coa que se coincide e a necesidade diferente que cobre con esa estratexia común.

Necesidade 1 Exem. Creatividade e pracer	Necesidade 2	Necesidade 3	Necesidade 4	Necesidade 5
Marta				
Estratexia 1 Exem. Dedicarlle tempo á miña afec- ción de debuxar e pintar.	Estratexia 2	Estratexia 3	Estratexia 4	Estratexia 5
Marta: fai pulseiras de fío.				

- Unha vez realizadas varias roldas, regrésase a un formato asemblea e pregúntaselle ao alumnado: *custouvos identificar as vosas necesidades e as estratexias que utilizades para satisfacelas? atopastes moitas coincidencias ou custouvos? atopastes máis coincidencias nas necesidades ou nas estratexias? sorprendeuvos a estratexia que algunha persoa utiliza para satisfacer necesidades comúns?*

- Aproveítanse as respostas para explicar como as persoas temos necesidades comúns que percibimos en forma de sentimentos físicos ou emocionais (por exemplo, percibo a necesidade de comer grazas á sensación de fame, ou a necesidade de proximidade e consolo a través do sentimento de tristeza). Para satisfacelas utilizamos estratexias en forma de accións. É importante destacar que cando se dan conflitos, danse no plano das estratexias/accións, non das necesidades e é aí cando a forma en que nos facemos cargo dos nosos sentimentos e necesidades e de como utilizamos a comunicación se volve fundamental.

DESMONTAR

Momento 2. Chacaleando e xirafeando

- Nesa actividade utilizarase o cómic [“Dúas versións dunha mañá calquera e unha forma de comunicarnos por descubrir”](#) de REDS e InteRed.
- Dividirase á clase en tres grupos e a cada grupo repartiráselle a parte da historieta dunha situación, é dicir, ao grupo 1 a situación de “Os meus amigos”, ao grupo 2 a situación de “O patio” e ao grupo 3 a situación de “Os meus profes”, tanto da versión chacal (páxina 3), coma da versión xirafa (páxina 4). Cada grupo prepararaa para interpretala nun *role playing*. A persoa docente fará o papel de “a miña voz xirafa” e de “a miña voz chacal”.
- Tras as interpretacións preguntáráselle ao alumnado que diferenzas ven en ambas as formas de comunicarse e de afrontar as diferentes situacións. As respostas do alumnado deben utilizarse para construír colectivamente o coñecemento explicando en que consiste a “voz do chacal” e a “voz da xirafa” e como a nosa experiencia interna é unha asociación de emocións/sentimentos, pensamentos, necesidades e accións/estratexias. Tomar o tempo de observar estes elementos é fundamental e non sempre é fácil distinguilos, porque tendemos a pensar que o que nos pasa vén de fóra sen lle atendermos á experiencia interna que estamos a vivir. A persoa docente poderá utilizar como material de soporte para a explicación as páxinas 5 a 9 e 11 do cómic [“Dúas versións dunha mañá calquera e unha forma de comunicarnos por descubrir”](#) de REDS e InteRed.
- Para vincular a comunicación non-violenta coa prevención das violencias machistas reflexionarase co alumnado a través das seguintes preguntas: *cres que se nestas situacións, se en lugar de que a protagonista fose unha moza fose un mozo os comportamentos, comentarios ou respostas das súas compañeiras/os serían as mesmas? detectas algúns comentarios que aludan a estereotipos de xénero (por exemplo: “ai rapaza, mira que es sensible” tachando as respostas das mozas como esaxeradas)?*

SESIÓN 2

ACTUAR

Momento 3. Memes

- Para experimentar co aprendido, por grupos deberán realizar memes explicando en poucas palabras e de forma cómica como é a forma de comunicación do chacal e a da xirafa. Pódese utilizar tamén como apoio o esquema da páxina 14 do cómic [***“Dúas versións dunha mañá calquera e unha forma de comunicarnos por descubrir”***](#) de REDS e InteRed.
- Despois montarase unha exposición nun lugar visible do centro para compartila coa comunidade educativa.

Reflexión

Reflexionarase co grupo sobre a importancia de recoñecer os seus sentimentos, diferenciarlos dos pensamentos e tomar conciencia das accións que levan a cabo para cubrir as súas necesidades.

Tamén se porá en relación como as formas de comunicación violentas, baseadas na agresividade, a reactividade, a intimidación e a opresión forman parte das violencias machistas e é fundamental identificalas, tanto para quen as recibe coma para quen as utiliza. A comunicación non-violenta contribúe a relacións interpersoais baseadas no benestar mutuo e no recoñecemento das emocións para mobilizalos á acción no marco do respecto e de facernos cargo do que sentimos.

SESIÓN 25 DE NOVIEMBRE

Bacharelato e FP

Chacaleando e xirafeando sobre as violencias machistas

Obxectivos de aprendizaxe

- Abordar as causas profundas (estruturais) das violencias machistas, os tipos de violencias, as consecuencias e mais os impactos.
- Coñecer os elementos claves da comunicación non-violenta e a súa vinculación na construción de vínculos saudables nas relacións.
- Acompañar na adquisición dun compromiso activo e na conciencia de axencia fronte ás violencias machistas.
- Sensibilizar sobre a prevención das violencias e a data que se conmemora.



Materiales

Papelógrafos.
Rotuladores.
Copias da táboa do bingo tolo.
Bolígrafos.
Impresións de copias das situacións do cómic [“Dúas versións dunha mañá calquera e unha forma de comunicarnos por descubrir”](#) de REDS e InteRed. (Páxinas 3 e 4).
Follas.
Bolígrafos.
Taboleiro.

Axenda 2030

Eixe: Persoas

ODS principais cos que se vencella:

5 - Igualdade de xénero

Competencias educativas

Competencia en comunicación lingüística.
Competencia persoal, social e de aprender a aprender.
Competencia cidadá.
Competencia en conciencia e expresión culturais.

Desenvolvemento da sesión e orientacións metodolóxicas

SESIÓN 1.

IDENTIFICAR

Momento 1. O bingo tolo.

Ver o mesmo apartado na proposta de secundaria xa que son comúns.

DESMONTAR

Momento 2. Chacaleando e xirafeando.

Ver o mesmo apartado na proposta de secundaria xa que son comúns.

SESIÓN 2.

IDENTIFICAR

Momento 3. STOP palabras.

- Divídese a clase en grupos, e cada grupo debe ter unha folla de papel na que apuntará o concepto clave que a persoa docente irá lendo no alto. Cando se diga “tempo” o alumnado terá que escribir 7 conceptos relacionados. O primeiro grupo que acaba di STOP. Tras cada rolda revisamos as palabras do grupo gañador así como as achegas dos outros grupos. A persoa docente pode profundar nas explicacións coas “definicións e exemplos para guiar a sesión para a facilitadora” que atopará nesta mesma actividade:
 - **Patriarcado**
Pór especial énfase no estrutural do termo como sistema de dominación/opresión baseado no xénero.
 - **Violencia**
Preguntarlles que violencias ven. Se apuntaron tipos de violencias no xogo preguntarlles por exemplos específicos, as súas actuacións e outros posibles.
 - **Control**
Preguntarlles por implicacións e a súa relación coas violencias que identificaron na rolda anterior.
 - **Amor**
Preguntar polas características de relacións interpersoais baseadas no bo trato e as características dunha relación tóxica.
- Os puntos que vaia reunindo o alumnado iranse anotando no taboleiro. O profesorado pode dar un incentivo extra que vale por 2 puntos ás intervencións e explicacións especialmente relevantes que poidan dar os grupos durante a parte comentada da actividade.

Momento 4. Posta en común e reflexión.

- A reflexión abordará preguntas do tipo:
 - De que conceptos che custou máis atopar palabras relacionadas?
 - Cando escoitas outros grupos, hai algunha palabra relacionada que te sorprende?

- Dos conceptos e termos comentados Cales credes que teñen que ver con causas profundas e factores contribuíntes? Por que cres que a miúdo se confunden?
- Como cres que abordar estas causas profundas pode contribuír a previr as violencias machistas?
- Aprendestes algo novo sobre os tipos, causas e consecuencias das violencias machistas?

Definicións e exemplos para guiar a sesión para a facilitadora:

Antes de empezar, hai que ter en conta que o profesorado pode completar ou ampliar estas definicións, e mesmo preguntarlle ao alumnado sobre outras que coñeza, termos en inglés relacionados con violencias: *grooming*, *gaslighting*, etc.

- **Violencia de xénero:** calquera tipo de dano perpetrado contra unha persoa ou grupo de persoas por mor do seu sexo, xénero, orientación sexual e/ou identidade de xénero, xa sexa de feito ou percibida. A violencia de xénero baséase nun desequilibrio de poder e busca o control. Lévese a cabo coa intención de humillar e facer que unha persoa ou grupo de persoas se sintan inferiores e/ou subordinadas. Pode ser sexual, física, verbal, psicolóxica (emocional) ou socioeconómica, entre outras.
- **Causas profundas das violencias de xénero:** son as actitudes e prácticas de discriminación de xénero dunha sociedade. Normalmente, os xéneros colócanse en roles ríxidos e dentro dunha estrutura de poder, a miúdo con persoas socializadas como mulleres e outros xéneros nunha posición subordinada en relación coas persoas socializadas como homes. Estes roles de xénero “aceptados” reforzan o suposto de que os homes teñen poder de decisión e control sobre o resto das persoas. Exercendo a violencia de xénero, os agresores buscan manter privilexios, poder e control. Ademais disto, mencionamos tamén entre as causas profundas o feito de que estas situacións poden verse reforzadas en contextos de falta de concienciación sobre os dereitos humanos, a igualdade de xénero, e a democracia, e de medios pacíficos de resolución de conflitos. Entre as causas inclúense: abuso de poder, desigualdades de xénero, patriarcado, roles e estereotipos de xénero, heteronormatividade, capacitismo, binarismo de xénero.
- **Factores que contribúen:** aínda que as desigualdades de xénero e o abuso de poder son as causas fundamentais de todas as formas de violencias de xénero, outros factores poden influír no tipo e o seu alcance, aumentando a vulnerabilidade. Os factores contribuíntes confúndense a miúdo coas causas, pero é importante distinguilos. Entre os factores que contribúen a iso figuran: uso/abuso de drogas; desigualdades económicas; falta de educación; falta de apoio social, das institucións, das familias; ausencia do estado nun territorio.

- **Tipos de violencias de xénero:** pódense agrupar en catro categorías xerais (emocional/psicolóxica, física, sexual, económica), que ascenden ata converterse nas polas da árbore. Os tipos de violencias de xénero poden ser fóra da contorna virtual e dentro desta e inclúen:
 - Violencia psicolóxica: intimidación, o acoso, o axexo, o control, a coacción, o illamento, o insulto verbal etc.
 - Violencia física, que utiliza a forza física. Inclúe golpes, patadas, puñadas e máis.
 - Violencia sexual, que se refire a actos sexuais realizados sen o consentimento da outra persoa. Inclúe a violación, a agresión, a trata de seres humanos, a conduta sexual verbal non-desexada etc.
 - Violencia económica, que se refire a actos que causan danos económicos. Inclúe a restrición dos recursos financeiros, os danos á propiedade, a privación, a limitación do emprego etc.
- **Consecuencias da violencia de xénero:** para as vítimas ou sobreviventes e a súa contorna, son de grande alcance, desde as consecuencias físicas ata as emocionais e psicolóxicas.
 - Consecuencias psicolóxicas: sentirse avergoñada, ansiosa, deprimida, perda de apetito, dificultade para asistir á escola ou estudar etc.
 - Consecuencias físicas: problemas de saúde, autolesiones, ITS, embarazos non- desexados etc.
 - Funcionais: cambiar unha ruta ou eliminar un perfil nunha rede social.
 - Consecuencias sociais: exclusión, rexeitamento ou illamento por parte da familia, as amizades.

Momento 5. Chacaleando e xirafeando contra as violencias machistas.

- Nos mesmos grupos do exercicio anterior recuperaremos as aprendizaxes da sesión anterior sobre comunicación non-violenta.
- Neste caso deberán expor un *role playing* sobre comunicación non-violenta para traballar algún indicador de relación tóxica. Para iso primeiro escollerán o tema (*por exemplo, nunha parella pídeselle a unha das partes o contrasinal do móbil ou das redes sociais como proba de amor*). E deberán estruturar as dúas versións da escena, a dominada pola voz do chacal e a liderada pola voz da xirafa.
- Para axudarse poderán consultar a páxina 14 do cómic [“Dúas versións dunha mañá calquera e unha forma de comunicarnos por descubrir”](#) de REDS e InteRed.
- Cando rematen as escenas, o público poderá facer comentarios, reflexións e retroalimentacións sobre a utilización dos diferentes estilos comunicativos.

ACTUAR Momento 6. O xornal da utopía.

Mantendo os mesmos grupos, pediráselles que creen as páxinas dun xornal da utopía na que expoñan temas de actualidade, pero transformando os desenlaces ou consecuencias desde a comunicación non-violenta expondo estratexias

ou situacións ficticias (por exemplo, a conversación entre os líderes de dúas nacións en guerra para lograr a paz, ou os acordos entre unha empresa mineira e un movemento cidadán para a preservación do ecosistema nun territorio...). É fundamental que algunha das noticias, entrevistas, ilustracións etc. que aparezan neste xornal sexan sobre as violencias machistas.

Este xornal pódese realizar en forma de mural e poñelo nunha zona visible do centro educativo ou intercambialo co realizado noutras seccións ou cursos de bacharelato/FP.

Referencias:

[“Fichas de actividades. Guía para educadores y educadoras”](#), proxecto LOVE ACT, Vivindo unha educación sexual positiva e interseccional para a prevención da violencia de xénero, financiado pola Unión Europea.

Reflexión:

Durante as actividades é importante que o alumnado logre identificar e diferenciar os sentimentos, pensamentos, necesidades e accións/estratexias. Ás veces custa identificar os límites entre unhas e outras e requírese práctica.

Tamén é importante entender que non sempre o noso estado interior e reaccións é froito dun evento externo ou do comportamento doutra persoa, é importante recorrer á introspección, escoitarnos e facernos cargo do que sentimos e necesitamos e comunicalo de forma non-violenta buscando o entendemento mutuo e o benestar de todas as partes.

Para rematar, convídase o alumnado a reflexionar sobre a relación entre as violencias machistas e os estilos comunicativos e por que practicar a comunicación non-violenta transforma as relacións entre as persoas.

Esta publicación foi realizada co apoio financeiro da Axencia Española de Cooperación Internacional para o Desenvolvemento (AECID) con cargo ao convenio «Alianza 4.7 por unha cidadanía global: cumprir o noso compromiso en 2030» (2022/PCONV/000319)».

O contido desta publicación é responsabilidade exclusiva de InteRed e non reflicte necesariamente a opinión da AECID.

Financia

