



Unidade Didáctica
para a Educación Secundaria
e Bacharelato

XUNTA DE GALICIA

AUTORÍA
Secretaría xeral da Igualdade.
Xunta de Galicia

Esta unidade didáctica esta baseada na exposición
Á violencia de xénero... dille NON!.
Unha produción de El Patito Editorial
para a Secretaría Xeral da Igualdade. Vicepresidencia.
Xunta de Galicia

© 2019 Fausto Isorna, polas ilustracións

Deseño e maquetación Fausto Deseño Asociados
Depósito legal: C 768-2019
Imprime: Alva



5	
1. Introducción e alumnado destinatario	
6	
2. Obxectivos	
7	
3. Metodoloxía	
9	
4. Materiais necesarios	
10	
5. Adquisición de competencias básicas	
11	
6. Actividade xeral introdutoria	
13	
7. Posibilidades de implantación das actividades e estrutura interna destas	
	Opción A: Actividade global 14
	Opción B: Actividade centrada nunha das oito manifestacións 16
	Control 18
	Celos 20
	Humillación 22
	Manipulación 24
	Abuso 26
	Chantaxe emocional 28
	Sexo 30
	Sextorsión 33
41	
8. Anexo: definicións básicas	
43	
9. Recursos on-line	
44	
10. Teléfonos	

Introdución e alumnado destinatario

Alumnado destinatario

A presente unidade está pensada para realizar co alumnado de 3º e 4º da ESO ou 1º e 2º de Bacharelato.

Fichas e/ou paneis

Esta unidade didáctica xira arredor dun conxunto de 8 fichas ou paneis que conforman a mostra **Á violencia de xénero... Dille non**. Cada ficha ou panel recolle unha das principais manifestacións de violencia de xénero (en diante **VX**) que se dan entre a mocidade: control, celos, humillación, manipulación, abuso, chantaxe emocional, sexo, sextorsión.

Para cada manifestación propónse unha actividade/dinámica didáctica, ben que cada unha das actividades propostas se poden aplicar indistintamente a cada unha das manifestacións recollidas nas fichas ou paneis da mostra, pois están pensadas para poder ser intercambiabiles.

Obxectivo xeral

Facilitar o labor do profesorado na sensibilización e identificación das principais manifestacións da violencia de xénero (en diante VX) entre a mocidade.

Obxectivo específicos

Que tanto os mozos como as mozas participantes:

1. Aprendan a identificar a VX e as principais manifestacións que se dan entre a mocidade que recolle a presente unidade.
2. Aprendan a discernir que é e que non é unha actitude machista nunha relación e diferenciar unha relación tóxica e machista dunha igualitaria.
3. Entendan que os micromachismos son a base da VX e que os rexeiten.

Principios metodolóxicos

Por un lado, primará a parte reflexiva, analítica e dedutiva tanto individual como colectiva. Por outro, a metodoloxía será activa e participativa, aprendendo desde a práctica, desde experiencias vivas e a través das dinámicas propostas: sociodrama ou rol-play, formación dunha cadea humana, simulación dunha canle dun/ha youtuber influencer, obradoiro de memes, suposto práctico con base en historias de vida, escoitando cancións, visionando vídeos de campañas de sensibilización ou aprendendo de boas prácticas ou de experiencias de traballo noutros centros educativos que se recollen nalgún dos vídeos propostos etc.

As actividades/dinámicas combinan momentos de análise, reflexión en traballo individual ou en pequenos grupos, xunto con dinámicas xerais/colectivas, debates, plenarios participativos e toma de consensos.

Cada unha das fichas ou paneis que integran esta unidade, e que corresponden a un tipo de manifestación de VX frecuente entre a mocidade, acompáñase dunha actividade/dinámica.

O papel do profesorado

Xogará un rol decisivo na introdución e coordinación da actividade, na aclaración de posibles termos ou definicións terminolóxicas e no peche e extracción final de conclusións. Para facilitar este papel, a unidade didáctica está dotada dun anexo con definicións terminolóxicas e unha breve bibliografía.

Deberá motivar a participación tanto de mozos como de mozas, procurando que participen ambos, pois a VX a todos afecta (aínda que desde diferentes posicións).

Moderará os debates que xurdan e mediará no caso de conflitos ou confrontacións, pero sen xulgar.

Destacará a mensaxe de que a VX non ten que ver coa bioloxía ou a perda de control, senón que é un grave problema social mais que, con todo, hai saídas.

Motivará a que non sexan cómplices e que non calen se presencian situacións de VX.

Duración

Todas as actividades están pensadas para poder realizarse en 50 minutos.

Adaptabilidade das dinámicas ás diferentes manifestacións de VX

Para cada manifestación ficha/panel que compoñen a unidade propónse unha actividade/dinámica: Nobelos de la; Rol-play ou sociodrama; Cadea humana dille non; Vídeo historia de Pepa e Pepe; Canal influencer de youtuber; Obradoiro de regueifa-rap-reggaetón-cumbia-trap; Obradoiro de memes. Con todo, todas estas dinámicas son intercambiabíles entre si, é dicir, o profesorado pode escoller unha dinámica concreta aplicada a unha manifestación concreta de VX, pero aplícala a outra das oito manifestacións.

Porén, débese recalcar que as manifestacións de VX que recolle a mostra, polo xeral, nunca se dan de xeito illado nin lineal, senón pola contra, acostuman ir encadeadas e poden superpoñerse.

Adaptabilidade por idades/niveis educativos

O alto grado de adaptabilidade das actividades e o amplo abano destas (nove en total) permite ao profesorado escoller aquelas que máis se axusten á realidade do contexto educativo do seu centro e ao nivel de desenvolvemento socio-cognitivo do seu alumnado.

Participación do alumnado

O profesorado poderá valorar a oportunidade de organizar o seu alumnado nalgúna das actividades propostas segundo grupos identitarios de xénero, é dicir, segundo sexa a expresión de xénero do alumnado. O obxectivo desta organización é, por unha banda, poder xerar un espazo de confianza entre iguais (mozas con mozas, mozos con mozos...) e, por outra banda, poder xerar un espazo de reflexión arredor dos procesos de construción das identidades de xénero, isto é, dos roles masculino e feminino estereotipados e hexemónicos que alimentan os micromachismos e que polo xeral son asimilados como naturais/biolóxicos, posto que son inconscientemente interiorizados pola mocidade mediante o proceso de socialización diferencial de xénero.

Materiais necesarios

Os materiais para desenvolver as actividades propostas serán moi básicos e ao alcance do profesorado e do alumnado, como taboleiros tradicionais de lousa ou electrónicas, cartolinas, papel, rotuladores de cores, celo, post-it, nobelos de la, móbiles, Apps, tablets, ordenadores e conexión á internet, revistas, xornais, catálogos de publicidade (de xoguetes, de roupa, de mobles...).

Novas tecnoloxías

Todas as actividades van acompañadas de propostas onde se fai uso das TIC (Internet, móbiles, tablets, diversas Apps, Youtube) dado que é a canle de comunicación que máis emprega a mocidade, pois xa son parte da xeración dixital. Ademais, é importante traballar coas TIC xa que actualmente son usadas como un medio máis mediante o cal exercer VX. Por este motivo, algunha das actividades pode facerse usando os propios móbiles do alumnado ou tablets. Asemade, tamén se propoñen materiais audiovisuais extras de apoio, que poden ser empregados ao inicio ou ao fin da actividade, sinaladamente vídeos, anuncios de campañas de sensibilización, cancións ou videoclip de estas.

Adquisición de competencias básicas

Os contidos que se recollen nesta unidade poden ser abordados por proxectos interdepartamentais e/ou interdisciplinarios. As principais competencias básicas que se desenvolverán coas actividades propostas están relacionadas:

- Coa igualdade e equidade de xénero, e co empoderamento das mulleres
- Cos valores éticos, coa xustiza, coa cultura da paz e da non violencia
- Co respecto ás diferenzas e á diversidade
- Coa cidadanía e os valores democráticos
- Co desenvolvemento de habilidades sociais e de toma de decisións
- Coa comunicación oral e escrita, capacidade expresiva e lingüística
- Co coñecemento de linguas estranxeiras
- Coa autonomía, a iniciativa persoal e a autoestima
- Coa capacidade de reflexión e análise dedutiva e sentido crítico
- Co traballo en equipo e a toma de decisións consensuadas
- Co tratamento da información
- Coas competencias dixitais
- Coas competencias artísticas e musicais

Actividade xeral introdutoria. Choiva de ideas

Mediante unha choiva de ideas, con algunha das preguntas aquí recollidas o profesorado pode iniciar cada unha das actividades propostas e facer así unha breve introdución ao tema da VX.

Seguramente todas e todos tedes escoitado falar da VX. Que sabedes da VX, que é a VX?

Posiblemente a primeira das identificacións que mencionen sexa a **violencia física**. Será importante sinalar que a violencia física é só unha das manifestacións da VX, tal vez a máis visible e coñecida, pero que polo xeral con anterioridade teranse dado outras manifestacións que pasaron desapercibidas ou que a mocidade non identifica como VX.

Credes que a VX afecta só as persoas adultas, ou tamén pode pasarvos a vós?

É importante sinalar que é un **problema social**, que afecta toda a sociedade, tanto mozas como mozos, mais en diferentes papeis, uns como executores da VX e outras como vítimas ou superviventes. Pero que, como problema social, ten solucións que están nas nosas mans, con cambios nos nosos comportamentos, actitudes e mentalidade.

Credes que as persoas que exercen VX. están enfermas, que a VX é un problema biolóxico que teñen algúns homes, que é algo que levan dentro e non o poden evitar?

Hai que sinalar e remarcar que a base da VX **non é biolóxica**, non está no feito de ser mozas ou mozos, nin na carga de testosterona ou estróxenos. Pero si está no feito social de como nos construímos e identificamos socialmente como mozas ou mozos, nos roles de xénero estereotipados e desiguais que desenvolvemos ao longo das nosas vidas, nos patróns de comportamento, nas imaxes estereotipadas e sexistas de mulleres e homes que recibimos dos medios de comunicación, da publicidade, do que vemos nas películas, dos contos infantís, das novelas, dos videoxogos etc.

Actividade xeral introdutoria. Choiva de ideas

Ideas a reforzar

Débese facer fincapé nalgunhas das principais falsas ideas —ou mitos— que sobre a VX manexa a mocidade, como que:

- O que lles pasa a elas/es é parte do xogo do ligoteo, que actúan como *chulitos* e *malotes*, pero que na intimidade xa non son así, que moitas das cousas que os mozos poden dicir ou facer son só de broma ou as fan diante doutros mozos para quedar de machotes.
- Que nunha relación de amor heterosexual sempre os papeis das mozas e os mozos son diferentes, as mozas deben ser as boínas e ceder, pois os mozos son os que realmente teñen a voz cantante.
- Que as mozas, cando din que non ante a proposta dun mozo para ter relacións sexuais, realmente queren dicir que si, pero que se cortan pois teñen que finxir que non lles apetece, pois senón as tacharán de lixeiras.
- Eles bioloxicamente son diferentes, teñen as súas necesidades e sempre están dispostos a ter relacións sexuais e, polo tanto, elas deben ceder se queren saír cun mozo, pois senón buscará outra.

E pola contra débese remarcar como verdadeiro que:

- É fundamental que se decaten que a VX afecta tamén a mocidade e non só persoas adultas e que nunca pode ser parte do xogo de ligoteo.
- Ninguén que estea a sufrir VX se debe sentir culpable nin avergoñado.
- Afecta mozas e mozos en papeis diferentes, elas sófrena e eles, reproducena e exércena. Cando hai unha situación de VX o problema afecta as dúas partes, só que de distinta forma.
- É un problema social, eles e elas non son culpables directamente de que exista, pero evítala, non reproducila ou perpetuala, está na man de todos e todas e, asemade, informar das consecuencias legais do delito.
- Hai saída, que tanto eles como elas deben pedir axuda en canto vexan os primeiros síntomas. Hai solucións, se se buscan e se se é consciente de que existe un problema. Ninguén quere ser maltratador nin vítima.
- Insistir en que deben comunicar a situación que están a vivir, as súas dúbidas, que non teñan vergoña, que pidan axuda ao profesorado, á súa familia, ás amizades, que non deben calar. Tanto elas como eles deben tentar pór freo á situación para superala e que non se volva repetir.
- A VX non é só a violencia física, que estas manifestacións acostuman ser as máis extremas dun proceso que comeza pouco a pouco, con humillacións, coa mingua da autoestima da moza, con manipulacións, chantaxes, ameazas, celos, maltrato psicolóxico, creando dependencia e inseguridade, levando a cabo abusos, acoso, sextorsións, cyberbullying...

Posibilidades de implementación das actividades e estrutura interna destas

A unide didáctica ofrece tres opcións de implementación:

- **OPCIÓN A.** Unha actividade global: A escaleira da violencia
- **OPCIÓN B.** Unha actividade centrada nunha das oito manifestacións recollidas nas fichas ou paneis

Todas as actividades seguen a mesma estrutura en función da ficha/ panel ao que fan referencia.

- Obxectivo
- Materiais necesarios
- Desenvolvemento e nome da actividade
- Exemplos e ideas para reforzar
- Materiais audiovisuais de apoio

Pече final da actividade

Como peche xeral para todas actividades, pódese propor que voluntariamente ao alumnado que teña unha conta nalgunha das principais redes sociais, como Instagram, Twitter, WhatsApp, Facebook, que suba ou comparta un slogan, texto, unha foto ou imaxe, canción, unha campaña de sensibilización etc. contra a VX.



Obxectivo:

Facer visible que o problema da VX tamén afecta a mocidade aprendendo a identificar as principais manifestacións que se dan nestas idades.

Materiais necesarios:

Papel e rotuladores grosos.

Desenvolvemento da actividade: A escaleira da violencia de xénero

Faise unha pequena choiva de ideas introdutoria para chegar a unha definición consensuada de VX.

A continuación fórmanse catro grupos: un só de mozas, outro de mozos, e dous mixtos.

Repártense a cada grupo dúas fichas (das oito manifestacións) ou visítase a mostra cos seus paneis, no caso de que haxa esa posibilidade, centrándose cada grupo en dous paneis.

Trátase de simbolizar mediante unha escaleira, a escalada ascendente dos elementos que van alimentando a VX, dentro do Ciclo da VX definido no ano 1979 por Leonor Walter (ver máis informacións no anexo).

Cada grupo traballa coa súa escaleira. Esta pódese debuxar nunha cartolina grande ou tamén se poden escoller catro escaleiras reais do centro educativo e, nos seus chanzos, cada grupo pegará os resultados do seu traballo para que quede exposto no centro tal e como se observa nas fotografías.

Cada grupo pensa, describe e escribe un exemplo das dúas manifestacións coas que lle tocou traballar: control, celos, humillación, manipulación, abusos, chantaxe emocional, sexo, sextorsión, e que simbolicamente representarán como vai medrando a VX. En cada chanzo da escaleira debe escribirse un só exemplo.

OPCIÓN A

Actividade global: A escaleira da violencia de xénero

Ideas a reforzar:

É importante transmitir que ao primeiro síntoma que detecten de que están a sufrila ou exercela, paren a analízalo e que o comenten e o falen con outras persoas, para procurar poñerlle fin á dita relación tóxica.

Que a VX sempre irá a máis, nun proceso ascendente pero intercalado con bos momentos que son os que autoenganan a parella, a chamada lúa de mel dentro do Ciclo da VX.

Remarcar que a VX se vai retroalimentando e cada vez se vai facendo máis e máis grande, atrapando a parella e case sen decatarse porque teñen «normalizada» a situación/relación de maltrato.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese iniciar ou pechar co visionamento dalgún dos seguintes vídeos: ¹

■ Sés: *Non son fada nin princesa*

<https://www.youtube.com/watch?v=nrZXy9ZbW2U>

■ Pauliña Chaves: *Camiños*

<https://www.youtube.com/watch?v=nwSwvBfwe-w>

■ Mala Rodríguez: *Nanai*

<https://www.youtube.com/watch?v=MmwvZ9oZ6EA>

■ Encuentra el verdadero amor: *Telefonillo*

<https://www.youtube.com/watch?v=NQC4pU-35ZU>

■ Alicia Rodenas, do Instituto Diego Siloé de Albacete

<https://www.youtube.com/watch?v=N1HfL5qkcl4>

¹ Xa que poden mudar as ligazóns ou enderezos onde están aloxados na actualidade os materiais audiovisuais seleccionados, recollemos especialmente o nome polo cal se poden procurar estes na Internet, máis que poñendo unha ligazón concreta.

CONTROL



Actividade: **Rol-play ou sociodrama «Dálle a volta»**

CELOS



Actividade: **Como un nobelo de la**

ABUSO



Actividade: **Canal Youtuber Influencer**

CHANTAXE EMOCIONAL



Actividade: **Debuxando o ciclo da violencia de xénero**

OPCIÓN B

Unha actividade centrada nunha das oito manifestacións recollidas nas fichas ou paneis

.....

HUMILLACIÓN



Actividade: **Cadea humana «Dille NON!»**

MANIPULACIÓN



Actividade: **Vídeo da historia de Pepa e Pepe**

SEXO



Actividade: **Obradoiro musical de regueifa, rap, reggaetón ou cumbia**

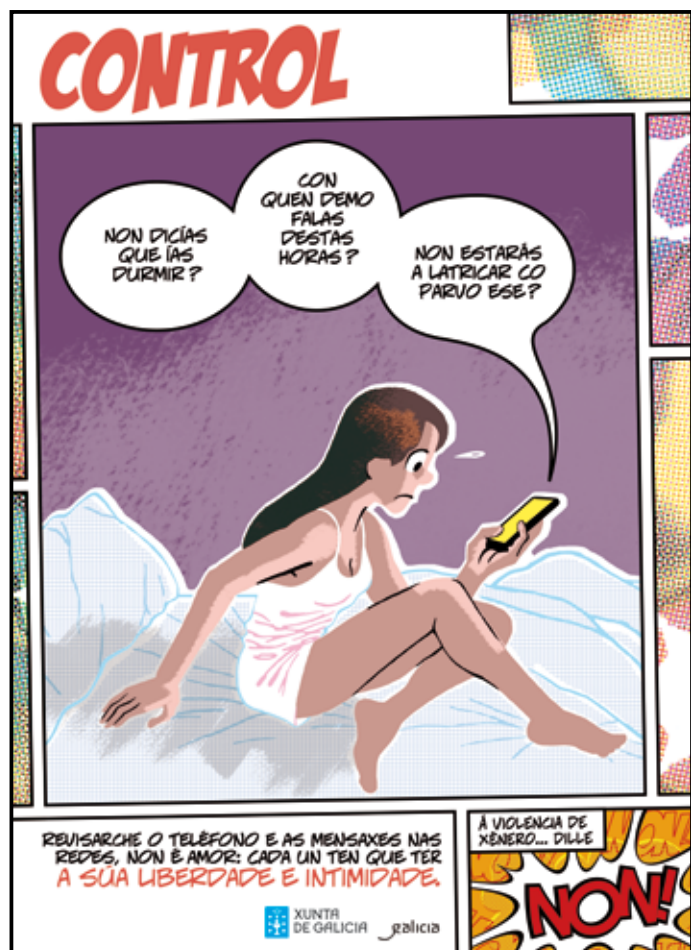
SEXTORSIÓN



Actividade: **Obradoiro de memes**

CONTROL

Actividade: **Como un nobelo de la**



Obxectivo:

Aprender a identificar nunha relación as situacións de control como indicador da VX.

Materiais necesarios:

Papeis para notas, un nobelo de la e tesoiras.

Desenvolvemento da actividade:

Tendo presente esta ficha ou panel, faise unha choiva de ideas para consensuar brevemente e definir que significa controlar a unha persoa. A partir deste consenso comézase a traballar en torno ao control na VX.

Fanse pequenos grupos de catro ou cinco alumnas/os. Cada grupo debe identificar dúas posibles situacións de control de VX e escribir cada unha nun papel. En cada grupo haberá un mozo ou moza que actuará despois como portavoz do seu grupo.

O profesorado vai supervisando os resultados do traballo nos grupos.

Cando teñan rematado, os/as portavoces fan un círculo amplo e detrás de cada portavoz sitúanse o resto de integrantes do seu grupo.

A/o portavoz de cada grupo describe en voz alta unha das dúas situacións de control identificada no seu grupo e ao mesmo tempo lanza o nobelo de la ao aire que a/o portavoz doutro grupo debe recoller para facer logo o mesmo (describir unha das situacións identificadas no seu grupo e volver lanzar o nobelo a outro grupo). A secuencia repítase en función do número de grupos que haxa e dos dous exemplos que tivo que identificar cada grupo.

A idea é que coas situacións identificadas e os fíos de la lanzados se vaia formando unha rede de fíos (semellante a unha tea de araña) que simbolice como a VX vai pouco a pouco atrapando a mozas e mozos. Para concluír e simbolizar que hai saída, pódese invitar ao resto do alumnado a cortar os fíos cunha tesoiras.

Exemplos de posibles situacións de control:

Aclarar que a situación de control se pode facer dun xeito moi serio ou como se se tratase dunha simple conversa ou vacile.

- Non lle gusta vela falando ou que vaia con outra xente, prohíbelle falar con outras persoas, sinaladamente con mozos. Ela debe darlle detalle de todo o que fai cando non están xuntos e, con todo, desconfía das súas respostas.
- El sempre ten a última palabra, toma decisións unilaterais por ambos (a onde ir e con quen, que ver no móbil, a que xogar na Play, que facer, en que gastar os cartos...).
- Móstrase protector e paternal con frases como: eu sei o que é bo para ti, o que che gusta, o que che convén... Critica e pon límites ao xeito de vestirse da moza. El pode fumar ou beber, pero non deixa que ela o faga. Acompañaa á casa e a todas as partes, non a deixa soa, supostamente para protexela.
- Míralle no móbil as chamadas, whatsapps, controla as persoas ás que segue na rede, con quen xoga on-line etc. Dille que se dea de baixa nas redes sociais ou que bloquee a determinadas persoas. Crea falsos perfís nas redes para poder controlala, tenderlle trampas, comprobar se é sincera con el. Mediante chantaxe consegue os seus contrasinais e entra nos seus perfís e contas.



Ideas para reforzar:

- É importante facerlles ver que o control se pode exercer mesmo sen estar presente fisicamente a persoa xa que pode ser tanto físico como psicológico.
- Que como consecuencia do control, a moza vai cedendo e perdendo progresivamente a confianza en si mesma e vaise illando das súas amizades e familia, ata facerse unha persoa dependente. Pola contra el vaise engrandecendo con cada cesión dela.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese iniciar ou pechar escoitando as seguintes cancións ou visionando o vídeo:

- Lola Indigo: *Ya no quiero ná*
- Ana Guerra: *Ni la hora*
- Aitana: *Teléfono*
- Mecano: *No controles*
- Encuentra el verdadero amor: *Fútbol*

https://www.youtube.com/watch?v=6_htCR1q-RU

CELOS

Actividade: **Rol-play ou sociodrama «Dálle a volta»**



Obxectivo:

Desmitificar os celos como un sentimento de amor.

Materiais necesarios:

Non son precisos, pero pódese usar algún tipo de roupa ou complemento de moda para destacar cada un dos papeis no rol-play ou sociodrama que se vai desenvolver.

Desenvolvemento da actividade:

Tendo presente esta ficha ou panel, faise unha breve choiva de ideas (uns cinco minutos) para definir que son os celos. Posiblemente lles resultará difícil diferenciar entre celos, inseguridade, control, envexa ou mesmo identificar se son algo positivo ou non.

A continuación deberán facer unha breve representación teatral, rol-play ou sociodrama: «Dálle a volta», onde quede patente o absurdo dos celos ao darlle a volta á situación.

En grupos deben recrear unha situación de celos.

Situación para representar: querer saber todo o que ten feito a outra persoa cando non está contigo, controlarlle as chamadas e whatsapps, facerlle infinidade de preguntas sobre as ex-parellas, desconfiar cando fala ou queda cunha persoa doutro sexo, non deixarlle ir so/a ou coas súas amizades, non deixarlle poñerse guapa/o e sexy.

Fórmanse catro grupos: A, B, C e D. Todos traballan a situación descrita pero cuns cambios no rol dos personaxes:

Grupo A: a situación de celos e de control son do mozo cara á moza.

Grupo B: a situación de celos e de control son da moza cara ao mozo.

Grupo C: a situación de celos e de control son dun amigo cara a unha amiga.

Grupo D: a situación de celos e de control son dunha amiga cara a un amigo.

Fíxanse os tempos. Uns dez minutos para elaborar o guión en cada grupo e, despois, menos de cinco para a representación.

Despois de todas as representacións, ábrese o debate, comparando as situacións. Ao darlle a volta e cambiar os roles dunha situación tradicional de celos (dun mozo cara á súa moza), posiblemente todo lles pareza absurdo, porque os celos entre as parellas se ven como algo «natural», cando son produto da desconfianza e dunha errónea interpretación dos modelos de masculinidade hexemónicos baseados no rol dominante dos homes sobre as mulleres, e que non deixan de ser un instrumento máis de control, que nos resulta inadmisíble nunha relación de amizade e case «normal» nunha relación amorosa, especialmente se é do mozo cara a moza.

Exemplos de posibles situacións de celos:

- Non lle gusta ver a súa parella falando con persoas doutro sexo, móntalle leas se a/o ve a latricar, pensa que queren ter algo con ela/el.
- Pídelle contas de todo o que fai cando non están xuntos e, con todo, desconfía do que lle conta.
- Mira, controla e vixía todos os comentarios, os «likes», seguidores/as, o que escribe ou sobe ás redes.
- Discute ou pelexa con outros/as mozos/as se fan algún comentario sobre a súa parella, ou se lle van con chismes de «líos» amorosos ou infidelidades.

Ideas a reforzar:

- É importante sinalar que os celos son un tipo de sentimento negativo, pois non todos os sentimentos son positivos, como tampouco o son o odio, a vinganza, a envexa, a tristura, etc. Non son unha parte imprescindible do amor senón, mais ben, unha manifestación de desconfianza e de inseguridade.
- Se nunha relación hai desconfianza, celos e discusións constantes é unha relación tóxica.
- Que o amor pode acadar moitas formas, que nas relacións non hai que estar pegadiños todo o día, nin ceder sempre ás peticións da outra parte da parella, que namorarse non supón estar nunha gaiola. Salientar a importancia de non illarse cando se ten parella e de seguir a conservar as amizades.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese iniciar ou pechar co visionamento do seguinte vídeo e/ou cancións:

- IES Arzúa: **Abre os ollos**

<https://www.youtube.com/watch?v=nkgp2-CQoWU>

- Lele Pons: **Celoso**

<https://www.youtube.com/watch?v=oXm2AuqwPlc>

- Rapeiro Lodel: **Tan mía**

<https://www.youtube.com/watch?v=NGz1o46t9fo>

HUMILLACIÓN

Actividade: **Cadea humana «Dille non»**



Obxectivo:

Aprender a identificar situacións de maltrato psicolóxico e os seus indicadores.

Materiais necesarios:

Cartolina, papel, post-its e celo, unha cámara de fotos ou un teléfono con cámara.

Desenvolvemento da actividade:

A partir da observación da presente ficha ou panel, traballarase e reflexionarase sobre os elementos que constitúen unha relación equitativa e sa, e os dunha relación tóxica e desigual, baseada no poder e na submisión e nas humillacións que vai mingando a autoestima das mozas.

Debúxanse dúas columnas no encerado ou nunha cartolina na parede (que poderá quedar exposta na aula unha vez finalizada a actividade). Unha columna é para exemplos de situacións de bo trato e igualitarias e a outra para situacións de maltrato, centrado sobre todo nas humillacións.

Comézase cun traballo individual de reflexión onde cada alumna e alumno pensa e escribe (en dúas follas pequenas de papel, ou en dous post-it) unha situación de humillación e outra de bo trato, pero sen especificar de cal se trata.

Cando rematan o traballo individual, van pasando diante do taboleiro ou cartolina e van lendo as situacións en voz alta ao resto da clase, que deberá identificar de que tipo de situación/relación se trata, para despois poder pegala na columna axeitada do encerado ou parede.

Despois, en plenario, deben propor posibles solucións ás situacións de humillación identificadas, ou darlle a volta e convertelas nunha situación igualitaria e respectuosa.

Unha vez feito este traballo, como peche todo o alumnado (empregando os seus corpos) forma unha cadea humana co lema da campaña «Dille non». Para confeccionar o lema precísanse en total 21 persoas, sendo cada corpo un trazo de cada letra. Así por exemplo precisaríamos: D 3 persoas; i: 2

persoas; L 2 persoas; L 2 persoas; E 4 persoas; N 3 persoas; O 2 persoas; N 3 persoas (ver exemplos das fotos que se xuntan).

O resto do alumnado encargarase de axudar na boa configuración de cada letra, de facer fotos ou un vídeo do proceso (importante que nestas tarefas haxa mozas e mozos). Asemade, pódese optar por un slogan máis longo se hai máis alumnado: ti dille non; á V X dille non.

Para a cadea humana, buscarase un espazo aberto como o patio, a cancha de deportes ou a entrada do centro, un espazo que sexa visible desde unha altura determinada (desde unha bancada, xanela ou varanda superior) para poder obter a foto aérea final ou facer o vídeo do proceso de creación do slogan.

Recoméndase poder contar co tempo do recreo para poder facer a cadea humana, o cal pola súa vez xerará interese entre o resto de alumnado do centro.

Exemplos de posibles situacións de humillación:

- Insultar, desprezar e subestimar todo o que está relacionado con ela, o seu xeito de ser, o que fai ou ten, o seu físico, forma de vestir, de falar, de bailar, as súas habilidades, os seus resultados académicos (sexan bos ou non), as súas ideas e opinións, a súa familia, onde vive, as súas amizades, o número de seguidores/as que ten nas redes, o seu modelo de móbil etc.
- Humíllaa, fai chistes machistas ou de alto contido sexual diante doutras persoas, sinaladamente de mozos, para que ela se sinta avergoñada e menosprezada como muller.
- Como resultado do maltrato psicolóxico, a autoestima da moza vai caendo, pero él dille que iso son parvadas dela, imaxinacións, que el a quere moito. Ela cada vez fala menos en público, evita quedar coas amizades para que non se dean situacións nas que se poida sentir mal e humillada. Faise menos selfies, sobe menos fotos.

Ideas para reforzar:

- Identificar que o maltrato non é só físico, que tamén pode ser psicolóxico. Comprender que cando se senten mal coa súa parella polo que lle di ou fai, é porque algo está a fallar.
- Entender que as situacións de humillación se poden dar en privado ou non (coas amizades, diante da familia ou a través das redes sociais).
- Calquera situación de maltrato afecta ambas as dúas persoas, pero hai que aprender a diferenciar cando se está a exercer e cando se está a sufrir.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese iniciar ou pechar co visionado da seguinte canción ou vídeo:

■ Malú e Manu Carrasco: **Que nadie**

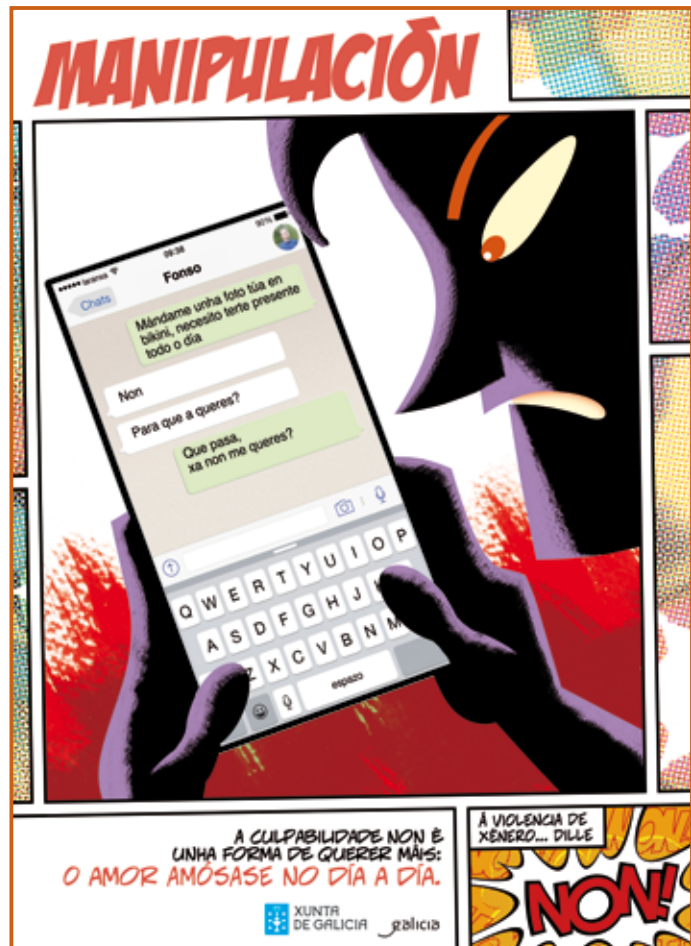
■ Ayuntamiento de Pinto: **A tiempo**

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



MANIPULACIÓN

Actividade: **Vídeo da historia de Pepa e Pepe**



Obxectivo:

Aprender a detectar a manipulación sentimental.

Materiais necesarios:

Taboleiro electrónico con acceso á internet ou portátil e retroproxector.

Desenvolvemento da actividade:

Tendo presente a ficha ou panel manipulación, trátase de escoitar o relato dunha relación adolescente, para despois poder debater e identificar as situacións e os elementos da VX que hai nesta historia de amor romántico.

O profesorado pode pasar o vídeo (directamente desde internet, ou ben baixalo e gardalo nun arquivo) ou ben lerlles a historia que se conta no vídeo. Chega con ver desde o minuto 0.45 até o minuto 10.

Psicóloga Carmen Ruíz Repullo: *Historia de Pepe y Pepa*.

<https://www.youtube.com/watch?v=IpaabDdQN08>

Elementos nos que fixarse na historia para abrir un debate:

A VX non é só a física e, polo xeral, non se dá ao comezo da relación, senón cando esta xa está nunha fase avanzada.

Que as situacións de VX van medrando pouco a pouco e cada cesión da moza é unha vitoria do control do mozo. Simbolicamente é como ir subindo os chanzos dunha escaleira.

A manipulación adoita comezar por ir cedendo en pequenas cousas ás que non lle damos ao principio importancia, pero que se van acumulando e van inclinando a balanza das cesións cara a un lado, o del.

Exemplos de posibles situacións de manipulación:

- Pona en situacións límites, entre as costas e a parede, para que teña que decidir estar con el ou sen el, non hai termo medio para partillar espazos, amizades, tempos. Abusa da boa vontade da rapaza, do seu bo facer, dos seus sentimentos. Busca ferila e que se sinta culpable e mal, para que ceda ás súas ideas, ao seu control.
- Faise o inútil, o dependente dela, chantaxéaa con deprimirse, enfermarse, suspender todo etc. se a rapaza non fai o que el necesita.
- Faina sentir culpable de todas as cousas negativas que lle poidan pasar ou de que a relación non vaia ben.
- Ameaza con deixala ou buscarse outra moza se non acepta os seus «desexos» sexuais. Pídelle fotos ou vídeos de contido sexual e, se non llos pasa, faina sentir mal ou chantaxéaa.

Ideas a reforzar:

- Remarcar a diferenza entre se a un cambio de parecer/opinión/gusto se chega voluntariamente mediante o propio convencemento ou, pola contra, é a través da manipulación, da chantaxe ou da imposición.
- Se é manipulación e non é un acordo entre ambas partes, por unha banda quen cede séntese mal, non está a gusto e, pola outra, quen quere impoñer a súa idea non se sentirá a gusto ata que o consiga.
- Reforzar a idea de que nas parellas, igual que coas amizades ou coa familia, sempre haberá gustos, inquedanzas, puntos de vista diferentes, discusións e mesmo conflitos (non hai nada perfecto), pero hai que diferenciarlos da manipulación, do control e do maltrato.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese iniciar ou pechar co visionamento do seguinte vídeo ou cancións:

- Mireia Ros: **Contraseña**

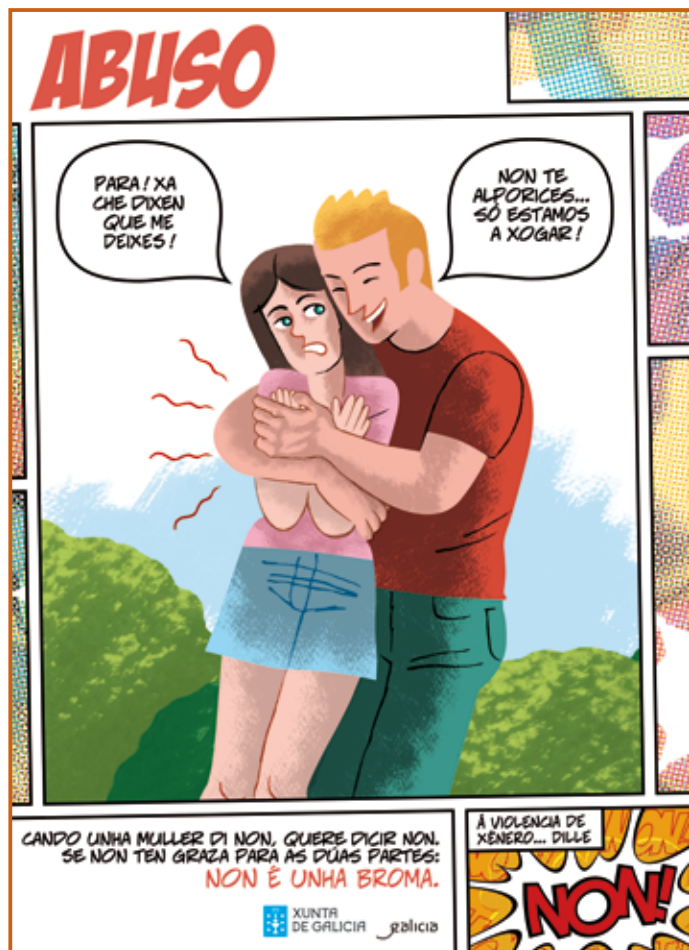
https://www.youtube.com/watch?v=tFop_rECYXI

- Pedro Guerra: **Hogar**

- Rosalía: **Malamente**

ABUSO

Actividade: **Canal youtuber influencer**



Obxectivo:

Entender que nas relacións non todo vale e aprender a diferenciar os contactos eróticos e sexuais consentidos dos que non os son para respectalos.

Materiais necesarios:

Tablets ou móbiles con cámara de vídeo.

Desenvolvemento da actividade:

Tendo presente a ficha ou panel do abuso faise unha pequena reflexión para definir o que é consentimento, o significado do si e do non. Pódese facer un símil do consentimento e do significado dun si e dun non por resposta, cunha conversa arredor dun xantar, que poderá ler o profesorado, como por exemplo:

El: —Queres caldo. Tesme cara de que che gusta o caldo. Eu fago un boísimo.

Ela: —Non, non quero. Non me gusta.

El: —Por que muller? Próbaos, verás como che vai gustar, gústalle a todo o mundo. Debes ser ben rara se non che gusta.

Ela: —«Tanto me ten, non quero nin probalo. Tal vez noutra ocasión... Máis adiante.

El: —Pero máis adiante cando? Eu non vou estar aquí toda a vida agardando a que che guste o caldo.

Ela: —Pois non sei, pode ser que máis adiante me apeteza probalo.

El: —Dis iso, pero realmente si che gusta e si que o queres, estaste facendo de rogar.

Ela: —Agora non o quero. É que non entendes o que quere dicir «non»? Non sei como cho podo facer entender!

El: —Veña, tes que probalo. Ah, ves como si o queres?! Ves como si que che gusta? Xa o dicía eu... «Non quero, non quero».

Unha vez que o alumnado ten claro o que é consentir e o que non e o que é abusar, propónse como dinámica recrear unha sesión dun/ha youtuber influencer xa que a mocidade emprega

horas seguíndoos/as nas redes. O problema estriba en que opinan de calquera tema, sen ser especialistas en feitos tan importantes como a VX, os abusos sexuais, a igualdade, o feminismo etc., pero teñen unha gran capacidade de empatía e influencia sobre a mocidade.

Trátase de animar o alumnado a facer o seu propio vídeo simulando ser un/ha youtuber. Nel abordarán como tema do día: Nas relacións da mocidade, hai abuso por parte dos mozos?. Deberán dar exemplos e consellos do mesmo xeito que fan as/os youtubers, do tipo:

Ola mozas e mozos, benvidas/os de novo á miña canle...

Hoxe imos falar do abuso entre mozos e mozas...

Por exemplo, se un mozo...

Se che gustou, xa sabes, compárteo e dálle ao like.

A actividade faise en pequenos grupos (en función do número de móbiles ou tablets que se teñan). Fíxanse os tempos para que cada grupo pense os contidos (10 minutos), o tempo máximo da duración do vídeo (máximo 3 minutos) e o tempo para gravallo (5 minutos). Cada grupo grava o seu vídeo. Despois expóñense todos e vótanse os tres mellores, que se poderán subir ao blog do centro, sempre coa supervisión do profesorado e contextualizando a actividade.

Exemplos de posibles situacións de abuso:

- Bicar, tocar algunha parte do corpo —sinaladamente as zonas eróticas—, buscar o contacto físico, así sexa abertamente ou disimuladamente, dunha compañeira, moza, ou amiga, sen o seu consentimento ou alegando que é unha broma, cando ela xa ten dito: «non», «para» ou «basta xa». Calquera tipo de agarimo, bico, contacto erótico ou práctica sexual debe ser consentido por ambas as partes.
- A condición de mozo/ligue oficial non significa ter dereito sobre o corpo da moza, ela é a dona do seu corpo.

- Facerlle unha foto ou vídeo dalgunha parte erótica do corpo a unha compañeira ou moza sen o seu consentimento, aínda que sexa de broma.
- Incitar a beber alcol ou consumir psicótropos coa intención de abusar física e sexualmente dunha moza.

Ideas para reforzar:

- Non é non. Se unha moza di unha e outra vez: non, para, basta xa; non se está a facer a interesante. E mesmo que antes dixera que si, agora o que vale é o non. Con todo, a pasividade, a inacción, o silencio non son sinónimo de consentimento, senón o contrario, poden ser un indicador de que se está a producir unha situación de abuso e que a moza está bloqueada, paralizada ou en choque emocional.
- As mal chamadas «bromas de mozos», que o que buscan é o contacto físico de índole sexual coas mozas, son acoso e abuso. A valoración destes actos non a poñen os mozos «non é para tanto», «só era unha broma», «é unha esaxerada», tena que poñer a persoa a quen se dirixen os comentarios ou contactos físicos.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese iniciar ou pechar co visionamento dos seguintes videoclips:

- El Chojin: *El final del cuento de hadas*
- Ismael Serrano: *Caperucita*
- Jeanne Cherhal: *Quan c'est non c'est non*

CHANTAXE EMOCIONAL

Actividade: **Debuxando o ciclo da violencia de xénero**



Obxectivo:

Identificar a chantaxe emocional como unha forma de VX.

Materiais necesarios:

Rotuladores, post-it, revistas, xornais, tesoiras, pegamento ou celo.

Desenvolvemento da actividade:

Tendo presente a ficha ou panel da chantaxe emocional, trátase de identificar as diferentes fases e manifestacións do ciclo da VX.

En primeiro lugar, pódese preguntar nunha choiva de ideas polo significado do termo ciclo e, unha vez se ten presente esta idea de repetición continua e de bucle, iniciar a dinámica.

A continuación, o profesorado fará unha pequena introdución ao ciclo da VX —proposto no ano 1979 por Leonor Walter (ver máis informacións no anexo de definicións básicas).

Despois debuxará no encerado un esquema dun ciclo de forma redonda, sinalando sobre todo o carácter cíclico, os momentos de arrepentimento e lúa de mel e volta a comezar todo de novo. Farase fincapé en que as fases do ciclo e as súas manifestacións non son lineais e a temporalidade entre estas pode variar dunha parella a outra.

Despois pásase ao traballo en equipos (uns 15 minutos). Fanse 6 equipos, dous por cada fase do ciclo da VX. Deben identificar posibles situacións e manifestacións da fase que lles tocou. Escriben cada situación nun post-it ou papel. Tamén se poden empregar revistas ou xornais onde o alumando poida atopar imaxes que axuden a ilustrar as diferentes manifestacións ou fases.

Faise a posta en común (15 minutos) onde cada grupo vai pegando o resultado do seu traballo en cada unha das fases do ciclo da VX. Entre todo o alumnado conseguirán debuxar un ciclo completo e verán como hai elementos que se repiten constantemente.

Exemplos de posibles situacións de chantaxe emocional no ciclo da VX:

- El é o dependente emocionalmente e faina responsable da súa vida. Dille «se me deixas non sei que vai ser da miña vida, estou a pasar un mal momento, preciso da túa axuda para saír do buraco, perdóame, non volverá pasar. Necesítote».
- Culpa a moza de todo canto lle sae mal, que se pon nervioso por causa dela, que o comportamento dela é o motivo de que se poña celoso, agresivo e de que perda o control.
- Intenta facer dela unha persoa dependente: precisas de alguén coma min ao teu carón, da miña axuda, sen min non es ningún... Necesítasme.
- Ameázaa con dicirlle ás amizades, á súa familia, divulgar no centro escolar e nas redes sociais cousas privadas dela (da súa vida sexual, se consome psicótropos, etc.).
- Faille chantaxe, sutil e manipulador, que vai diminuindo a propia autoconfianza e autoestima da moza, ata facela unha persoa dependente.

Ideas a reforzar:

- A reflexión final debe ser que á VX hai que poñerlle freo e actuar fronte a ela desde as primeiras manifestacións, porque, se non, vaise incrementando e convertendo en algo cíclico.
- Remarcar que os momentos de ledicia e os perdóns non serven de nada, pois todo volverá comezar de novo unha e outra vez se non se lle pon fin á relación ou se busca axuda profesional.
- Unha chantaxe faiche sentir má, e acabas facendo algo que non queres, pois cedes ou consentes pola presión, non voluntariamente.
- Que ambas as partes deben intentar poñer freo á situación e pedir axuda, para superalo e para que non se volva repetir outra vez. Destas situacións pódese saír (tanto elas como eles), hai solucións se se buscan e se se é consciente de que existe un problema de VX.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade tamén se pode iniciar ou pechar coas seguintes cancións ou visionando o vídeo:

- Aitana y Ana Guerra: **Lo malo**
- Abram Dlux: **Amor eterno**
- Encuentra el verdadero amor: **Banco**

https://www.youtube.com/watch?v=Z_zCdJD9bpA

SEXO

Actividade: **Obradoiro musical de regueifa, rap, reggaetón ou cumbia**



Obxectivo:

Aprender a respectar as decisións sexuais das persoas.

Materiais necesarios:

Diversos instrumentos musicais, acceso á Internet, apps de creación de música, Spotify, radio, tablets ou móbiles (para crear ou reproducir cancións).

Desenvolvemento da actividade:

Tendo presente a ficha ou panel do sexo, o profesorado fai unha pequena introdución sobre a importancia do consentimento nas relacións sexuais e do respecto ás decisións da outra persoa e dos posibles diferentes ritmos e gustos.

Esta actividade emprega como ferramenta básica a música, sinaladamente os estilos musicais de moda entre a mocidade (reggaetón, cumbia, rap, electrónica, trap, ou a regueifa galega). Trátase de facer unha peza que dea conta dunha situación de abuso sexual. Para iso pódese usar como fondo a melodía dunha peza coñecida e versionala ou inventar unha empregando apps ou instrumentos musicais se hai quen saiba tocalos. Algunhas das apps máis coñecidas para crear música son, entre outras: Garage Band, Reactable, Beatwave, DrumPads, Figure, Musyc, Keezy. Moitas delas contan cunha pequena versión gratis.

Fanse cinco equipos. A composición e distribución de contidos/situacións que abordarán os grupos será a seguinte:

Equipos mixtos (compostos por mozas e mozos):

- A) parella estable pero con presenza de chantaxe e abuso sexual
- B) parella estable con relación respectuosa
- C) relación/encontro casual (nunha tarde, noite, festa) pero con abuso sexual

Equipo só de mozas:

- D) relación/encontro casual (nunha tarde, noite, festa) pero con abuso sexual

Equipo só de mozos:

E) relación/encontro casual (nunha tarde, noite, festa) pero con abuso sexual

Por unha banda, cada equipo debe pórse no rol de xénero que lle toque traballar (mozos, mozas, ou mixto) para observar a empatía ou non coa situación segundo os xéneros binarios (home ou muller) e os posibles tópicos ou estereotipos que teñen os mozos ou as mozas sobre o sexo e o consentimento sexual.

Por outra banda, cada equipo debe imaxinar unha situación conforme o tipo de relación que lles tocou (parella estable con chantaxe e abuso, estable e respectuosa ou encontro casual) e convertela na letra da canción do estilo musical que teñan seleccionado, versionando unha peza coñecida ou improvisando unha axudándose de instrumentos ou aplicacións musicais.

Os tempos serán os seguintes:

- Traballo en grupos: 20 minutos, para identificar as situacións relacionadas co abuso sexual, escoller o estilo musical, escribir a letra das cancións e crear ou seleccionar a melodía de fondo.
- Exposición do traballo de cada grupo: 2 minutos (a duración máxima de cada canción).
- Tempo restante para debate e conclusións.

Dado que a base da dinámica proposta é a música, antes de iniciar o traballo en grupos pódese escoitar ou visionar algún dos seguintes videoclips musicais de contidos feministas, nos que poderán inspirarse para a realización do seu traballo.

- Da rapeira monfortina, Alejandra Pérez: **8 M**
- Brisa Fenoy: **Lo malo**
- Pedro Guerra: **Lilith**
- Amanda Palmer: **Yes Virginia**
- Tory Amos: **Me and a gun**

Exemplos de posibles conversas relacionadas con situacións de abuso sexual:

Mozas:

- Non me apetece e punto. Non insistas. Non me prestas.
- Teño medo de que me fagas dano, os tíos sodes uns brutos. Seguro que se che digo basta ti segues. Serás capaz de parar se cho pido?
- Se o fago, despois irás dicindo cousas de min por aí.
- Non penso facelo sen condón por moito que digas que controlas. A que queda preñada son eu.

Mozos:

- Se non me deixas tocarte é que non che presto e non me queres. É a proba do amor. Non imos estar toda a vida a bicarnos e máis nada. Os tíos temos unhas necesidades que as tías tedes que darnos. Todas as túas amigas xa o fixeron, non sei que pasa contigo.
- Aínda que dis que non, sei que no fondo si queres. Primeiro disme que si e agora xusto que estamos a piques, disme que non, non hai quen te entenda.
- Poste moi sexy, moita minisaia, escote, mallas e despois nada. Provócasme e non podo controlarme.
- Facémolo sen condón, é mellor e eu xa controlo. Ti só tes que calar e deixarme facer a min todo. Eu xa sei o que hai que facer e como facelo.

Ideas para reforzar:

- Non é non, en calquera momento, independentemente de que antes houbera un si. Sempre hai que antepor o respecto ás opinións e decisións da outra persoa sobre o seu corpo.
- Non se pode acosar, forzar nin chantaxear ningúen para ter algún tipo de contacto ou relación sexual. É diferente animar e motivar, que forzar e exercer presión.
- O sexo é divertido pero non é un xogo, se non o disfrutan ambas partes hai algo que non está a funcionar.
- Que sexa a túa parella non che da dereito sobre o seu corpo.
- Entender que a pornografía é unha ficción, que non son situación reais e que na vida o que temos son relacións reais.
- Se unha persoa non está consciente ou sobria, se vai bébeda ou baixo os efectos de psicótropos, non pode tomar decisións libremente sobre a súa sexualidade.
- Para que se dea unha relación sexual equitativa, as dúas partes teñen que estar de acordo en todo momento.

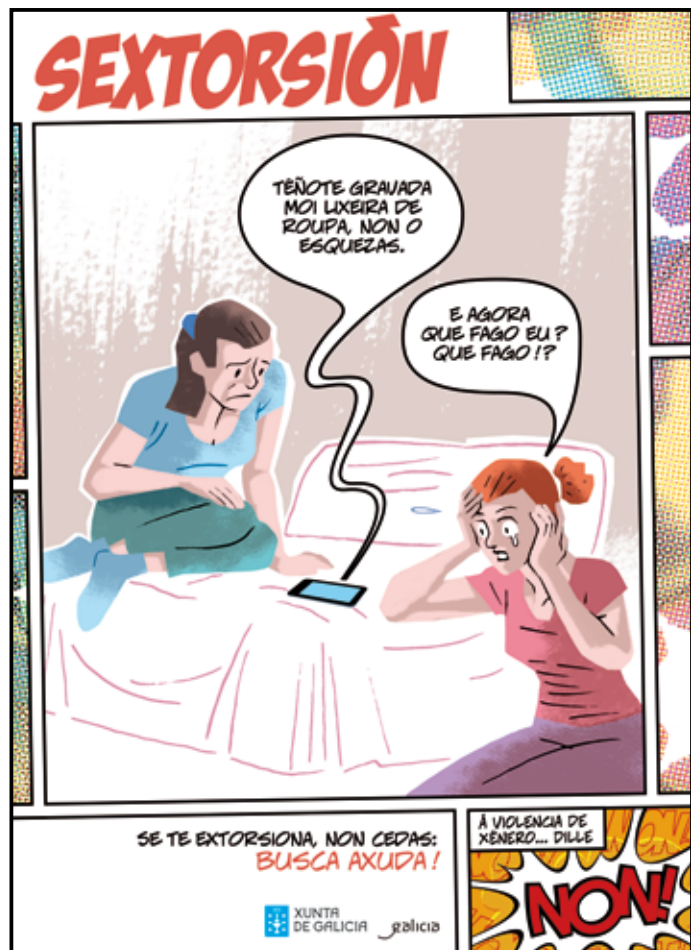
Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese pechar co visionamento dos seguintes vídeos:

- Ayuntamiento de Sevilla. *El largo de mi falda no te dice que si.*
<https://www.youtube.com/watch?v=XvGQ9u0SsrE&list=PL4bQladnPAhqT9oWrSSoHsFaFhQ4IDOGt&index=12>
- Encuentra el verdadero amor: *Árbol*
<https://www.youtube.com/watch?v=Vs1BesdASOM>

SEXTORSIÓN

Actividade: **Obradoiro de memes**



Obxectivo:

Identificar e previr a sextorsión

Materiais necesarios:

Tablets, móbiles, apps gratuítas de creación de memes, revistas, xornais, folletos de publicidade, catálogos de vendas, tesoiras, pegamento, rotuladores, cartolinas.

Aclaración terminolóxica:

A sextorsión é un modo de chantaxe con fins sexuais ou de extorsión sexual. Hai principalmente dúas formas: nunha, ameázase á vítima con difundir fotos ou vídeos íntimos dela, que foron feitas voluntariamente nun ambiente de confianza, pero despois son usadas para chantaxeala; noutra, é chantaxeada e extorsionada coa finalidade de que acabe por enviar fotos ou vídeos seus de contido sexual. Todo isto en contra da súa vontade, pois é conseguido baixo ameazas.

Tamén pode darse a chamada porno-vinganza, que consiste en difundir fotos, vídeos e contidos sexuais ou porno doutra persoa sen o seu consentimento. Aquí non hai ameaza, senón que se mandan e partillan imaxes de contido sexual sen o consentimento da persoa.

A sextorsión non se debe confundir co termo sexting, que é unha práctica de moda entre a mocidade, que consiste no envío consentido e voluntario de contidos sexuais sobre un/ha mesmo/a a outra persoa. Non é necesario que exista ningún tipo de relación coa dita persoa, nin de amizade nin sentimental. Con todo, córrese un perigo grande xa que o sexting pode acabar nunha sextorsión, polo que hai que ser conscientes das posibles consecuencias do envío de imaxes comprometedoras. É unha práctica non recomendada.

Así mesmo, unha moza vítima da VX pode acabar sendo revitimizada ao difundirse este tipo de contidos sobre ela na rede.

En todas estas situacións, as persoas poden coñecerse fisicamente ou non, ter ou non ter unha relación sexual ou sentimental.

No anexo final desta unidade didáctica, pódese ampliar información.

Desenvolvemento da actividade:

Tendo presente a ficha ou panel da sextorsión, o profesorado fai unha pequena introdución mediante unha choiva de ideas da definición de chantaxe e do termo sextorsión e das súas consecuencias se non se para a tempo.

Na actividade proposta, o alumnado empregará as propias tecnoloxías —que se usan para levar a cabo a sextorsión— pero, neste caso, para combatela mediante a creación de memes.

Os memes son un recurso gráfico, que emprega imaxes fixas ou vídeos xunto con textos ocorrentes, directos e breves, que polo xeral se envían por Whatsapp, Facebook, Twitter, Instagram. Teñen unha alta difusión entre os contactos dos grupos das redes sociais e poden ser de todo tipo de contidos: de humor, machistas, políticos ou de denuncia...

Obradoiro de memes:

Para a realización dos memes pódense empregar e descargar apps gratuítas como Meme Generator free, Meme producer, Meme Factory... Con todo, tamén se poden facer dun xeito artesanal empregando imaxes de revistas, xornais ou baixadas da Internet e que o alumnado monte así o meme, manualmente. Convértese en meme no momento en que se sobe e difunde nas redes.

Fanse pequenos grupos de traballo (en función do número de tablets, móbiles ou ordenadores dispoñibles). O tema para abordar nos memes é a sextorsión.

Recoméndase facer grupos mixtos (de mozas e mozos), pero tamén só de mozas e só de mozos, para despois ao final compartir e partillar en plenario os resultados finais e os debates que tiveron lugar durante o proceso de produción dos memes en cada grupo.

Para pechar a actividade, baixo a supervisión previa do profesorado e facendo despois unha votación, selecciónanse un par de memes que voluntariamente poderán subirse ao blog do centro contextualizando a actividade.

Exemplos de posibles situacións de sextorsión:

- Conseguir dun xeito voluntario imaxes ou vídeos moi privados, comprometidos e/ou de contido sexual e facer posteriormente un mal uso deles, ameazando, aterrorizando, chantaxeando a persoa coa súa difusión, ou directamente difundindo os ditos contidos sen o seu permiso.
- Hackear, roubar ou tomar sen o seu consentimento imaxes fixas ou vídeos comprometidos e de contido sexual dunha persoa e despois usalas para ameazala ou chantaxeala.

Ideas para reforzar:

- Non practicar a chantaxe emocional nin as ameazas como un método para obter o que queremos e que non podemos obter por nós mesmos.
- Non deben entrar no xogo de pedir nin de enviar imaxes comprometedoras, pois aínda tendo total confianza entre as persoas, hai programas piratas que buscan e hackean esas imaxes, mesmo sen decatarnos. Polo mesmo motivo, deben procurar ter a cámara do ordenador e do móbil tapada cando estean no baño ou no seu cuarto espidas/os.
- Concienciar a mocidade sobre os posibles riscos de subir ás redes, intercambiar ou enviar imaxes comprometedoras, sexys ou de alto contido sexual, así sexan persoas coñecidas ou descoñecidas. O risco é tanto para elas por posibles vítimas como para eles, polas posibles consecuencias legais do delito.
- Valorar antes o posible mal uso e o alcance futuro de determinadas fotos ou vídeos que poidamos facer ou permitir que nos fagan. Non debemos darlle a ninguén os nosos contrasinais. Unha imaxe pode ser gardada durante toda a vida!
- A persoa que ten esa/esas imaxe/es túas, ten xa un control sobre ti só polo feito de posuílas.
- Da sextorsión pódese pasar ao ciberbullying ou ao bullying no centro educativo se chegan esas imaxes a ese contorno.
- Remarcar a importancia de que comuniquen a situación de sextorsión que poidan estar a vivir, as súas dúbidas, que non teñan vergoña, que pidan axuda: ao profesorado, á súa familia, ás súas amizades, que non calen. Que sempre se van poñer do lado da vítima, e que é mellor paralo a tempo.

Materiais audiovisuais de apoio:

A actividade pódese pechar tamén co visionamento dos seguintes vídeos e cancións:

- Xunta de Galicia: **10 razóns para non practicar sexting:**
<http://www.pantallasamigas.net/xunta/nonsexting/>
- Presentación da APP Libres, pola xogadora de baloncesto Paula Ginzo:
<https://www.youtube.com/watch?v=AHU42KAyrJQ>
- Andy y Lucas: **Y en tu ventana**
- Amaral: **Salir corriendo**
- Pedro Guerra: **Qué hacer**

Violencia de xénero

No seu artigo 1. 2., a Lei 11/2007, do 27 de xullo, galega para a prevención e o tratamento integral da violencia de xénero, modificada pola Lei 12/2016, do 22 de xullo, defínea como:

«...calquera acto violento ou agresión, baseados nunha situación de desigualdade no marco dun sistema de relacións de dominación dos homes sobre as mulleres que teña ou poida ter como consecuencia un dano físico, sexual ou psicolóxico, incluídas as ameazas de tales actos e a coacción ou privación arbitraria da liberdade, tanto se ocorren no ámbito público coma na vida familiar ou privada.»

Non obstante, chegar até aquí foi un longo camiño de loita polos dereitos das mulleres. Tal vez un dos fitos máis salientables foi cando, no ano 1980, a ONU declarou por primeira vez que a violencia que se exerce contra as mulleres na familia é o crime máis encuberto do mundo.

Pola súa parte, xa no ano 1993, a Conferencia mundial de dereitos humanos de Viena recoñeceu especificamente que os dereitos humanos das mulleres e das nenas son parte «inalienable, integrante e indivisible dos dereitos humanos universais». Tamén no ano 1993 a ONU definiu a violencia de xénero, na mesma liña que o farían os gobernos español e galego. Tense avanzado moito na súa abordaxe e concienciación e xa non se considera un asunto privado, familiar, dunha parella ou no que o Estado non debe intervir, senón un problema social.

A orixe da VX é multicausal, pero na base do problema atópase unha orde social e estrutural de xénero desigual. Precísanse solucións e medidas que teñen que ver cun cambio estrutural

da sociedade no que deben participar todos os axentes implicados, entre eles, os centros educativos.

A VX xa non é un problema ocasional, persoal ou familiar entre a mocidade ou entre dúas persoas adultas ou dun un mozo ou home concreto. É a sociedade a que ten un problema que resolver que se materializa no maltrato de certos homes cara ás mulleres como grupo. A VX prodúcese no marco dunhas relacións —sociais— de dominación, autoridade e superioridade dos homes/mozos sobre as mulleres/mozas, que aínda hoxe ten unha certa aceptación social.

Convén aclarar á mocidade que a base da VX está no sistema de sexo-xénero desigual, nuns comportamentos discriminatorios e violentos aprendidos (o home tampouco nace, faise) e que non ten relación con feitos biolóxicos nin coa testosterona, sendo este un mito máis para xustificala. Se isto fose así, todos os varóns serían violentos (cara a outros homes e cara ás mulleres) e a VX non sería un feito planificado con detalle, como en ocasións acontece, pois a xustificación de ter «un pronto, un arrebatado» é un mito máis.

Por iso o termo «violencia de xénero», porque pon o foco do problema nenas relacións desigualmente construídas entre mozos e mozas, con base nuns valores culturais patriarcais e androcéntricos. Daquela, debido a esa orixe cultural/social, é posible desaprender eses valores e comportamentos machistas e androcéntricos, aprendendo a construír novos modelos de masculinidades non hexemónicas e relacións igualitarias e non tóxicas.

Xa nos anos 70 do século pasado, unha psicóloga norteamericana chamada Leonor Walter

Ligazón lexislativa

https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2007/20070807/Anuncio2D48A_gl.html

<http://igualdade.xunta.gal/sites/default/files/files/documentos/dogmodificacionleyvdg.pdf>

Anexo: definicións básicas

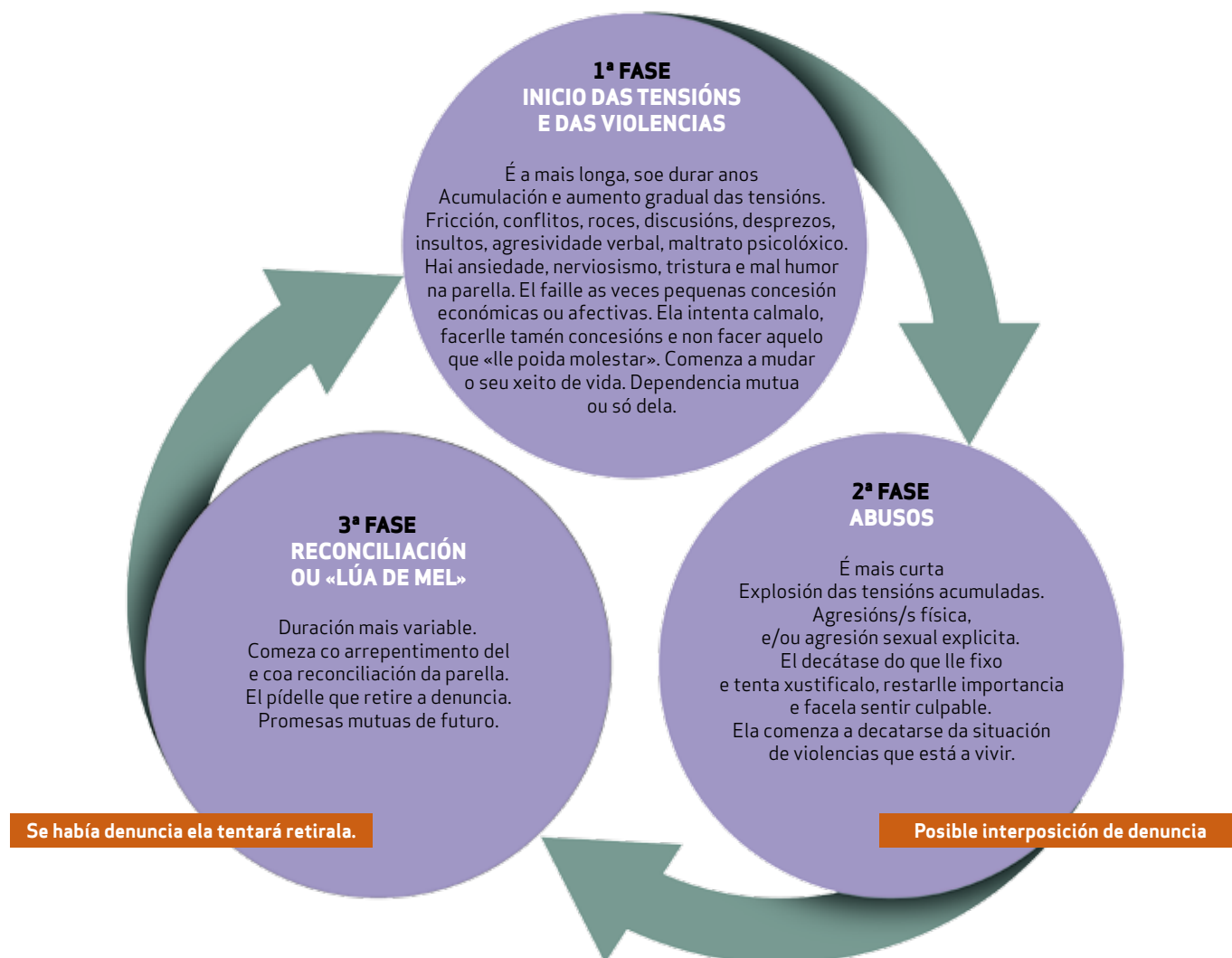
identificou patróns de comportamento repetitivos nas relacións de parella onde había VX. É o que se define como ciclo da Violencia de Xénero. Neste, identifícanse principalmente tres fases, que tamén se dan entre a mocidade, aínda que non adoita haber interposición de denuncia:

1. Inicio das tensións
2. Explosión e abusos
3. Reconciliación

Con todo, aínda hoxe non se identifica suficientemente a VX como un problema que tamén afecta directamente a mocidade xa desde as primeiras relacións que poidan establecer. Ao

longo dunha relación de VX, a moza vai sufrindo unha perda progresiva de autoestima e da súa autonomía e vaise asentando a dependencia dela cara a el. Para o mozo, cada cesión dela, por pequena que sexa, será a ratificación de que a súa estratexia de dominio funciona e de reafirmación do seu poder.

Por iso, toda a comunidade educativa debe traballar na súa prevención. Cando unha moza ten dúbidas e comenta a situación que está a vivir e pide axuda, debe recibir todos os apoios necesarios, respectándoa e non culpándoa pola situación, nin por ter tomado posibles malas decisións (iniciar a relación, volver con el etc...).



Os micromachismos

Son valoracións, xestos, expresións, formas de comportarse e de actuar por parte da sociedade, sinaladamente dos homes e mozos cara ás mulleres, que se fan a cotío e reproducen a desigual división dos roles de xénero e mais o machismo. Están profundamente asumidos e interiorizados e con frecuencia non se lle presta a debida importancia fronte aos considerados graves problemas do machismo, por exemplo, a VX, a falta de conciliación ou a desigualdade salarial.

En concreto, entre a mocidade, os exemplos máis frecuentes de micromachismo, que poden derivar en situacións de violencia de xénero, serían: os chamados piropos, que os mozos levanten as saias das nenas e mozas, que lles toquen as nádegas ou os peitos abertamente ou como unha broma, os «disimulados» tocamientos nos espazos públicos (na rúa, nos transportes públicos, no botellón, na discoteca).

Tamén hai moitos outros micromachismos, como animar os mozos a ser machotes e a elas femininas e a que vaian arranxadas; dicirlle ás mozas que teñan coidado cos mozos (a nivel sexual para que non queden embarazadas); mandarlles ás mozas que ordenen o seu cuarto e axuden na casa e, en cambio, facer máis a vista gorda co desorde ou non asunción de responsabilidades domésticas dos mozos; a maior paga que reciben eles para os seus gastos, fronte ás das mozas da mesma idade e grupo social; a maior liberdade para que eles vaian sós a onde queiran ou nos horarios para volver á casa etc.

Violencia psicolóxica-social

Conduta verbal ou non verbal (por xestos, silencios...) que busca causar sufrimento e/ou desvalorización á moza, e facela dubidar das súas propias ideas, pensamentos, afectos, a través das seguintes situacións entre outras:

- Ameazas de abandono, de pegarlle, de contarllo «todo» ás súas amizades, no instituto, nas redes, á súa familia.
- Coaccións, humillacións ou vexacións, insultos. Chantaxe emocional.
- Impor a súa opinión, o que vale é o que el diga, as súas ideas ou propostas. Limitación de liberdade. Non permitirlle fumar, beber alcol ou, polo contrario, obrigala a facelo. Espiar física ou dixitalmente a onde vai e con quen, o que fai, con quen fala e a quen segue nas redes sociais.
- Criticar e desprezar o seu xeito de vestir, a súa figura e físico.
- Culpar a rapaza de todo o que poida saír ou ir mal (un exame, a propia relación de parella...).
- Minusvaloración e desprezos sobre todo o que ela fai, ten ou ten relación con ela (a súas amizades, familia, seguidores/as na rede...) insultándoa, descualificándoa, berrándolle, facéndolle comentarios degradantes, tanto en privado como diante doutras persoas.

Anexo: definicións básicas

Violencia física

Actos de forza dirixidos contra o corpo e a integridade física da moza, con resultado ou risco de producir lesións e danos. Pódese manifestar en:

- Forcexos, malleiras, empuxóns, golpes, patadas, labazadas, tirarlle do cabelo etc.
- Fechala nun cuarto, no faiado, no rocho, no garaxe, no coche e non deixala saír.
- Obrígala a consumir drogas ou psicótropos que deterioren a súa saúde física ou drogala sen ela sabelo.
- Inducila ao suicidio ou tratar de matala.

Violencia económica

Ten a intención de privar dos recursos económicos ou da libre administración destes. El manexa os cartos dela e decide como e en que gastalos. Intentará que ela non busque traballo, para que así ela non teña independencia económica.

Usa o móbil da moza (gasta os seus datos, recarga ou usa a tarxeta de prepago).

Racha, prende lume ou bota ao lixo as pertenzas da moza.

Violencia sexual

Calquera acto de natureza sexual non consentido e forzado, mediante ameazas, enganos, intimidación, empregando a forza física ou drogando a rapaza, que pode ser entre outras:

- Apalpadas, abuso sexual ou violación. Drogar e abusar sexualmente da moza sen que sexa consciente nin poida opor resistencia verbal nin física.
- Obrígala a presenciar escenas sexuais no móbil, na TV ou reais.
- Non permitirlle usar métodos anticonceptivos ou de prevención de ETS e, se ocorre o que ela pretendía evitar, responsabilízala en exclusiva da gravidez non desexada ou das enfermidades de transmisión sexual.
- Acosala con continuas insinuacións sexuais e con bromas de alto contido sexual.
- Calquera acto de ciberacoso de contido sexual, grooming, sextorsión, sexting.

Acoso

Entre a mocidade, diferéncianse basicamente dous tipos de acoso relacionados coa violencia de xénero: acoso no espazo público e nas rúas, e o ciberacoso, grooming, sextorsión, sexting. Nesta unidade non se recollen nin o acoso laboral (porque vai dirixida á mocidade), nin o acoso escolar ou bullying xa que non ten por que estar relacionado co xénero, de feito, pódese dar entre iguais (de moza a moza, de mozo a mozo).

- Acoso nos espazo públicos, na rúa
- Ciberacoso, grooming, sextorsión, sexting

Acoso no espazo público, na rúa. É aquel que se produce tanto nos espazos abertos como nas rúas, nos parques e prazas, na praia, no río, no «botellón» etc. Pero tamén noutros espazos públicos —pechados— independentemente da súa titularidade, como nos medios de transporte, nas discotecas e salas de concertos, pavillóns deportivos, centros escolares etc. Pode ser, verbal, físico ou sexual.

Na actualidade estanse levando a cabo campañas de prevención e concienciación sobre espazos libres de acoso sexual, en particular cando se celebran festas ou acontecementos que concentran unha grande cantidade de xente.

O acoso verbal pode ser o lanzamento de «falsos» piropos relacionados co aspecto físico, xeito de andar, de vestir, acompañado de comentarios sexuais, ofensivos, degradantes, xestos lascivos, insultos ou mofas.

O físico adoita ter en un claro compoñente sexual pois busca facer «apalpadas fortuítas» nas zonas eróticas das mozas, facer fotos sen o seu consentimento de ditas partes, espiar e gravar as mozas nos WC ou levantarlles a saia.

En xeral, á propia mocidade, á sociedade e á comunidade educativa cústalles identificar estes comportamentos dos mozos cara ás mozas como machismo e VX, xustificándoos e identificándoos como unha brincadeira de mal gusto, algo simplemente ofensivo, ou clasificándoos como micromachismos.

Anexo: definicións básicas

Ciberacoso, acoso dixital. Unha clara demostración de que a VX forma parte da base e estrutura da nosa sociedade é a súa rápida adaptación ás tecnoloxías. Pódese manifestar, entre outras formas, do seguinte xeito:

- Espía e controla as chamadas, as mensaxes de móbil e de WhatsApp, as fotos que sobe ás redes, as súas contas de Facebook, Instagram, Twitter, as páxinas que visita, os seus correos electrónicos, a súa axenda de contactos, os seguidores/as e a quen sigue na rede etc. Obtén os seus contrasinais.
- Ameazar e chantaxear con facerlle ciberacoso e divulgar materiais, fotos, vídeos e informacións privadas e comprometidas sobre ela na rede.
- Creación dun falso perfil dela nas redes sociais, con informacións ou fotos falsas/trucadas, ofensivas, privadas ou de contido sexual.
- Instalación de programas espía nos dispositivos electrónicos da moza (móbil, computador, tablet). Instalación de cámaras no cuarto da moza, na súa casa.
- Difamación e humillación nas redes sociais. Facer comentarios pexorativos, subir e enviar fotos ou información dela sen o seu permiso onde a moza está en situacións comprometidas, denigrantes, de contido sexual etc.

Sextorsión ou grooming. Son as condutas e accións dun mozo ou dun home adulto cara a unha nena ou moza, coñecida ou descoñecida, ou ben que é ou foi a súa namorada.

O obxectivo é obter material audiovisual de contido sexual da nena ou moza, para despois chantaxeala a ela ou á súa familia baixo a ameaza da súa difusión. Non importa se a nena ou moza lle enviou o material dun xeito voluntario (o denominado sexting), senón o uso que se fai con este material comprometido unha vez que é recibido (chantaxe ou difusión nas redes).

Se é un descoñecido, polo xeral, faise pasar por unha persoa da idade da que será a futura vítima. O obxectivo é enganala e gañar a súa confianza para propoñerlle que lle envíe vídeos ou fotos de contido sexual ou pornográfico (sexting) ou propoñerlle ter cibersexo mediante unha videocámara, ou finalmente quedar con ela e manter contactos sexuais, abusar dela ou violala.

O acosador vai obtendo datos persoais da nena ou moza (endereço, instituto, escola, gustos, afeccións, nomes de amizades ou de familiares, lugar de traballo dos pais...), que despois usará para chantaxeala a ela ou á súa familia. Adoita entrar en contacto coa nena ou moza mediante xogos en rede, salas de chats, Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp.

.....

Dado que estamos a traballar cunha mocidade altamente dixitalizada, recollemos aquí algunhas Apps gratuítas sobre VX, que se poden descargar en App Store ou en Google Play.

Sexting. 10 Razón para non practicalo

<http://igualdade.xunta.gal/gl/campanas/10-razons-para-non-practicar-sexting>

É unha ferramenta de carácter didáctico elaborada pola Secretaría Xeral de Igualdade da Xunta de Galicia. Contén dez vídeos de curta duración que están sinaladamente dirixidos á mocidade, para informala do sexting e previr a súa práctica, debido ao mal uso que se pode facer deste material, facendo fincapé nos perigos presentes e futuros aos que se poden chegar a expor.

Agresión Off

<http://igualdade.xunta.gal/es/recursos/app-de-agresion>

É unha App institucional, tamén da Secretaría Xeral de Igualdade, deseñada especificamente para previr e prestar apoio en caso de agresións sexuais. Contén informacións útiles e consellos e pautas de actuación.

- Decálogo contra a VX, que é unha agresión sexual.
- Que facer en caso de ter sufrido ou presenciado unha agresión sexual.
- A onde acudir.
- Consellos para a túa seguridade.
- Teléfono de información.
- Teléfono de emerxencia.
- Programas específicos sobre agresións sexuais.

EscAPP

<http://igualdade.xunta.gal/gl/recursos/aplicacion-escapp>

EscAPP, é outra APP da Secretaría Xeral de Igualdade que ten por obxectivo achegar informacións de utilidade ás mulleres que sofren calquer tipo de VX e a todas as persoas que poidan axudar a rematar con este tipo de situacións.

A App discorre a través de varios ítems:

- Primeiros sinais do maltrato
- Que facer
- Consellos e indicacións para a túa seguridade
- Preguntas frecuentes
- Recursos a través do xeoposicionamento
- Directorio de recursos existente en Galicia
- Chamadada de marcación directa

Libres

<http://www.violenciagenero.igualdad.mpr.gob.es/informacionUtil/recursos/appLibres/home.htm>

É unha App do Goberno de España, dirixida principalmente a mulleres que sofren VX e tamén a persoas que detecten unha posible situación de maltrato.

A través dela pódese:

- tomar conciencia da situación de VX
- informarse dos pasos que seguir
- coñecer os recursos telefónicos e físicos para asesorarse
- coñecer as medidas de autoprotección e seguridade a utilizar
- escoitar testemuñas de mulleres que lograron saír da VX

Teléfonos gratuitos de información ás mulleres

016

900 400 273

