



**MASCULINITATS HEGEMÒNIQUES I
VIOLÈNCIA EN LA PARELLA**



Els nostres cossos, els nostres drets

11. MASCULINITATS HEGEMÒNIQUES I VIOLÈNCIA EN LA PARELLA

Índex de continguts

DESCRIPCIÓ

11.1. LA MASCULINITAT HEGEMÒNICA

Objectius

Les violències. Informació per al professorat

La masculinitat hegemònica. Informació per al professorat

11.1.1. Tindre el que s'ha de tindre! EB

11.1.2. L'educació de la masculinitat 2EBC

11.1.3. Ella és de tots EBC

11.1.4. Hòmens sense cura BC

11.1.5. Sobre quin cel 2EB

11.1.6. "Sent que sóc un fill dolent" EBC

11.1.7. Els hòmens de veritat EBC

11.1.8. La ploma EBC

11.1.9. Ballar com un home EBC

11.1.10. Maltractament entre xics E

11.1.11. Històries en el transport públic 2E

11.1.12. La masculinitat hegemònica en bandada BC

11.1.13. Què els passa als homes? BC

11.1.14. Sexisme, violència i dominació en Disney i en la publicitat 2EBC

11.2. EL PODER EN LA PARELLA. ELS MASCLISMES QUOTIDIANES I LA VIOLÈNCIA PSICOLÒGICA

Objectius

Violència psicològica en la parella. Informació per al professorat

Els masclismes quotidians (micromasclismes). Informació per al professorat

El poder i el control simbòlic en la relació. Informació per al professorat

Promiscuïtat i gelosia. Informació per al professorat

11.2.1. Poder, domini i control (visualització) EBC

11.2.2. Poder, domini, control i submissió (escenificació) EBC

11.2.3. Ells sempre volen, elles sempre poden 2EBC

11.2.4. Estic perdent el temps amb tu? 2EBC

11.2.5. Fes-ho per mi 2EBC

11.2.6. Amors que maten 2EBC

11.2.7. No t'ha passat? 2EBC

11.2.8. Jo en les relacions ho done tot 2EBC

11.2.9. Per tu canvie 2EBC

11.2.10. L'amor no existeix, són els pares EBC

11.2.11. La complicitat amb qui maltracta 2EBC

11.2.12. Curts contra el masclisme EBC

11.2.13. Sorkunde E

11.2.14. Violència en dones amb diversitat intel·lectual 2EBC

11.2.15. Adolescents, parelles i violència EBC

11.2.16. Aprenent a manejar els conflictes en la parella 2EBC

11.2.17. Pujar i baixar BC

11.3. HISTÒRIES DE MALTRACTAMENT EN ADOLESCENTS I JOVES

Objectius

El maltractament en adolescents i joves. Informació per al professorat

Eixir del mal amor. Informació per a l'alumnat i per al professorat

11.3.1. Una història d'amor EBC

11.3.2. Doble Check EB

11.3.3. Jo també t'estime 2EBC

11.3.4. La violència de Santi 2EBC

11.3.5. Propietat privada BC

11.3.6. La història de Carmen EBC

11.3.7. Vaig ser maltractada BC

11.3.8. La xiqueta i el llop EBC

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.9. Un altre cop meva EBC

11.3.10. Diana en la xarxa EBC

11.3.11. Qüestionari: tractar bé o malament
2EBC

11.4. TREBALLANT PELS BONS TRACTES

Objectius

Del maltracte al bon tracte. Informació per al professorat

11.4.1. Què és el maltractament? EBC

11.4.2. Passar del maltractament al bon tracte
EBC

11.4.3. Aprendre la cura EBC

11.4.4. El tacte que cuida EBC

11.4.5. Respecte a la diversitat de gènere
EBC

11.4.6. Empremtes: el meu cos, ma casa BC

11.4.7. Dels maltractaments al bon tracte
mitjançant el teatre EBC

11.4.8. Pels bons tractes: música i
performance EBC

11.4.9. Reconèixer el treball de les dones EBC

11.4.10. Cançó de fer camí BC

Els nostres cossos, els nostres drets

11. VIOLÈNCIES MASCLISTES

DESCRIPCIÓ

En 11.1, *La masculinitat hegemònica*, trobem activitats que revisen i reflexionen sobre la construcció de la masculinitat hegemònica, destacant els costos i les conseqüències que aquest model té en els homes i les persones del seu voltant. I és que la masculinitat hegemònica és una espècie de màscara que els homes es posen cada dia, i que amaga la seua naturalesa emocional. D'altra banda, la masculinitat no és tant una cosa que s'és, sinó totes les coses que u no és, en particular, "no sóc una criatura", "no sóc una dona" i "no sóc gai". Així, la misogínia i l'homofòbia són constitutives de la masculinitat hegemònica. Les activitats d'aquest apartat expliquen, en definitiva, quins són els trets de la masculinitat tradicional tòxica.

El poder en la parella. Els masclismes quotidians i la violència psicològica és el segon apartat d'aquest bloc. Les activitats ací se centren a assenyalar els mecanismes mitjançant els quals els homes tradicionals exerceixen el poder i el control en les relacions de parella –generalment heterosexuales– a través del que s'anomena *micromasclismes*. Nosaltres, però, preferim parlar de *masclismes quotidians*, ja que el prefix 'micro-' pot fer pensar que es tracta d'actituds masclistes poc importants, quan en realitat són determinants per mantenir la desigualtat.

Pel que fa 11.3, *Històries de maltractament en adolescents i joves*, les activitats mostren tant situacions reals com fictícies de maltractament en adolescents i joves. S'hi combinen activitats de dinàmiques corporals –que intenten

connectar l'alumnat amb les pròpies emocions– amb exercicis més reflexius i d'anàlisi a partir de relats reals i de ficció d'altres joves. Es pretén trencar el mite segons el qual la violència en la parella és cosa de gent adulta; ben al contrari, és una xacra que afecta també una joventut educada, almenys en teoria, en temps d'igualtat formal, però que porta ben endins uns models hegemònics de masculinitat i feminitat que dificulten l'assoliment de la igualtat en termes pràctics.

En 11.4, *Treballant pels bons tractes*, oferim activitats que posen el bon tracte com a contrapartida del maltractament. El bon tracte significa atenció mútua; saber-nos construir una família afectiva, acceptant i acollint les diferències, etc. El bon tracte implica una altra manera de viure i relacionar-se, cosa que requereix un treball personal i col·lectiu.

Els nostres cossos, els nostres drets

Les violènciesⁱ

Informació per al professorat

L'assemblea de l'ONU en 1993 defineix la violència de gènere com "qualsevol acte de violència que tinga o pugui tindre com a resultat un dany o sofriment físic, sexual o psicològic per a les dones, així com les amenaces d'aquests actes, la coerció o la privació arbitrària de llibertat, tant si es produeix en la vida pública com en la privada".

Com diu Amèlia Valcárcel (2008), "el que importa per a entendre la violència masculina és el fet de col·locar les dones davall el poder real i simbòlic dels homes [...]. Hi ha un poder eficaç i efectiu, les dones estan en mans dels homes, i tota una enorme capa d'espessor simbòlica que dóna legitimitat a aquesta manera d'existència dels sexes: les dones han d'estar en mans dels homes." ⁱⁱ

És en el cos de les dones on més evidència adquireix la llibertat o la presó patriarcal, per mitjà de normes, lleis i costums que estructuraven i controlen les relacions entre els sexes i la relació amb el propi cos i amb el món. Perquè una dona abraça la seua llibertat i el seu desig, per damunt de qualsevol norma patriarcal, és necessari que done la mà a altres dones, que entre en relació amb elles i que caminen juntes per a encarnar en els seus cossos la memòria perduda, al mateix temps que abracen la condició de totes les dones d'aquest planeta.

La recuperació de la memòria té una gran importància, recuperació d'allò que van pensar, van debatre i van practicar altres dones que

ens van precedir en un passat remot i pròxim per a aconseguir la seua llibertat; memòria que el patriarcat va ocultar i continua ocultant, sense la qual la dona no pot pensar-se com a subjecte dona, és a dir, pensar-se partint de si mateixa, des de la diferència que no s'inclou en un universal masculí. Aquesta recuperació de la memòria és necessària per a visibilitzar altres conceptes i maneres de ser dona. I és important tant per a dones com per a homes, perquè aquests tinguen altres mirades cap a les dones, cap al que van pensar i van fer a través de la història, malgrat les dificultats que se'ls van imposar i que encara se'ls imposen. Prova d'això és que durant segles i encara en l'actualitat es continua practicant l'exclusió en molts països i en molts espais del nostre món occidental.

Aquest partir de si mateixa, d'allò que pensa i sent en aquest món com a subjecte de dret, fa que nasca un desig de llibertat i relació que ens empenya a unir-nos a altres dones d'ací i d'allà. Això és el que estem veient hui en molts països del nord i del sud, d'orient i d'occident, on les dones, tant a nivell individual com col·lectiu, demanden i exigeixen pacíficament majors quotes de llibertat, i no haver de suportar cap tipus de violència. Molts homes es resisteixen a aquesta demanda de llibertat. Prova d'això és que la violència contra les dones segueix en augment, també entre les parelles més joves. Justament per això creiem que és important canviar el nostre punt de vista pel que fa a aquest tema, canviar la mirada i dirigir-la no

sols a la víctima, o no en primer lloc, sinó a qui exerceix la violència, i cap a la relació, per a comprendre tots els seus entramats. Detindre's en la relació és veure les accions i reaccions de víctimes i botxins:

- veure si responen als models de gènere construïts socialment,
- veure si la víctima és sempre passiva i submissa o si ha elaborat estratègies de supervivència o un altre tipus de respostes,
- veure si la víctima exerceix algun tipus de resposta violenta, contra si o contra altres,
- veure les creences de qui agredeix i de la víctima, i veure els dos pols del problema, detenint-nos a observar i fer conscients els models, projectes i guions de vida de dones i homes.

La violència no és exclusiva dels homes tot i que l'autoria del 98% dels casos de violència física i psíquica és masculina. Les dones exerceixen sobretot violència psicològica, i quan hi ha violència física sol ser reactiva, com a protecció de la seua persona davant de les agressions patides.

La violència està en l'estructura profunda de la nostra societat, a nivell real i simbòlic, i es fa palesa en les relacions de domini-submissió que existeixen entre les persones, relacions personals, íntimes o socials.

Necessitem posar límits no sols a la violència

ⁱ VALCÁRCCEL, Amèlia, 2008, *Feminismo en un mundo global*, Cátedra, Madrid, pàg. 257.

ⁱⁱ ALTABLE, Charo (2017)

Els nostres cossos, els nostres drets

personal sinó a la simbòlica que ens envolta per totes les bandes com a estructura antiga de la nostra societat, però encara vigent, és a dir, que actua com a model estructural de totes les relacions socials, tant a nivell econòmic com social, familiar i interpersonal, del mateix i de diferent sexe. Aquesta violència simbòlica és la que fa que la persona dominada accepti, sense ser-ne conscient, el punt de vista de la persona dominant, la qual cosa no seria possible si abans no s'haguera establert en la societat i en el plànol dels valors una menysvaloració del femení i una subordinació o adaptació del desig de la dona per les expectatives que la societat i la parella tenen sobre ella. Això s'agreuja encara més en el cas de la violència d'alguns homes cap a les dones; aquests homes no consenten la llibertat de la dona que vol establir vincles amb ells des del seu desig. Llavors, per por de perdre-la, desenvolupen un amor possessiu que es converteix en poder i control més que en amor.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1. La masculinitat hegemònica

Objectius

- Reflexionar sobre les causes i el procés de la violència i el maltractament: masculinitat hegemònica, micromasclismes i LGTBIfòbia.
- Entendre com ens hem socialitzat les dones i els homes en masculinitats i feminitats tradicionals i nocives per a la nostra salut i la d'altres persones.
- Analitzar la importància dels mitjans audiovisuals en la difusió dels tractes roïns o bons: publicitat, vídeos i cançons.
- Reflexionar i incorporar altres tipus de masculinitat (noves masculinitats) i feminitat.
- Reflexionar i incorporar en la vida els bons tractes.

Els nostres cossos, els nostres drets

La masculinitat hegemònicaⁱ Informació per al professorat

La masculinitat hegemònica violenta s'aprén com a guió de vida. Però on s'aprén?

Luis Bonino Méndez ens diu que "els valors matrius de la masculinitat tradicional hegemònica -autosuficiència, bel·licositat heroica, autoritat sobre les dones i valoració de la jerarquia- que els homes, mitjançant la seua socialització, interioritzen en forma d'ideals i obligacions, fan que les seues vides estiguen marcades pel control de si i dels altres, el risc, la competitivitat, el dèficit de comportaments curosos i afectius, i l'ansietat persistent. I aquesta marca afavoreix el desenvolupament d'hàbits de vida masculins poc saludables; promou alguns valors que en contravenen altres essencials per a la convivència, la salut i la vida; genera desigualtats amb les dones, i propicia la producció d'importants trastorns en la salut dels mateixos homes i en la de les dones, xiquetes i xiquets que els envolten."ⁱⁱ

La violència de gènere s'ha de veure fonamentalment com una conseqüència de la masculinitat violenta apresada i també de la submissió i falta d'autoestima i poder de la dona, paràmetres típics de l'educació i els condicionaments dels estereotips sexistes que ocasionen la codependència i que arriben a constituir models o guions de vida de gènere malsans. Aquests guions de vida de gènere s'aprenen i, per tant, poden desaprendre's, encara que és més fàcil desaprendre'ls a edats primerenques i sobretot és més fàcil prevenir-

los. Per a això, cal parlar i educar des de la infància en relacions justes i de bon tracte, però no sols en les institucions escolars sinó a través de tots els mitjans socials de comunicació i oci.

La masculinitat violenta:

- S'aprén en les famílies de trets patriarcals i autoritaris.
- S'aprén en les relacions de poder (domini-submissió) que structuren la societat patriarcal, per mitjà de les institucions i grups autoritaris en què es delega el poder en mans d'una jerarquia experta i dominant en els aspectes econòmic, religiós, científic o polític. En aquest sentit, l'escola, les famílies i el món laboral o d'oci poden ser llocs autoritaris de domini, o llocs on es concedeix i exerceix autoritat, reconeixement, escolta, relació i saber en participació.
- S'aprén en la societat competitiva i individualista més que en la cooperativa i solidària, on cal demostrar que un o una és més, més fort, més intel·ligent, amb major riquesa o amb més habilitats o possessions que altres persones; es lleva valor al món de les emocions i l'empatia amb altres persones i grups que no coincideixen amb els estereotips de gènere dominants.
- S'aprén en les societats i grups militaristes, difusors d'una masculinitat violenta que s'exerceix sobre els altres, enemics, i sobretot sobre les altres, ja que en totes les guerres es viola i es desfà el que els éssers humans més pacífics, i l'atenció i el quefer de les dones, han tardat tant de temps a construir: cultura i civilització, és a dir, relacions.
- S'aprén en els col·lectius vencedors, que han conquerit altres col·lectius, els vençuts i dominats, i s'han establert en el poder gràcies a la força del domini de les armes o de les amenaces econòmiques, i han promogut relacions de domini-submissió gràcies al poder que els dona la por que difonen. Hem de tindre en compte que la violència s'exerceix en l'exterior perquè abans s'ha exercit una violència interior en el propi cos dels conqueridors, amb creences fortes que exclouen els diferents, i s'han ocultat emocions com la por i el dolor, i projectat la violència que suposa aquesta ocultació sobre les altres i els altres. L'obediència cega al líder, pròpia dels exèrcits, de les màfies i de qualsevol tipus de bandes i grups de pressió, ja siguen ideològics o econòmics, no es fa sense violentar la integritat i l'ésser personals i col·lectius.
- S'aprén en la difusió, l'ús i abús d'un cert tipus d'esport individualista i competitiu a costa de la salut; l'exemple més palpable d'això el tenim en el futbol de masses.

ⁱ BONITO MÉNDEZ, Luis, "Masculinidad, salud y sistema sanitario. El caso de la violencia masculina", dins RUIZ-JARABO, Consuelo i BLANCO PRIETO, Pilar (directores), 2004, *La violencia contra las mujeres. Prevención y detección*, Ed. Díaz de Santos, Madrid, pàg. 71.

ⁱⁱ ALTABLE, Charo (2017)

Els nostres cossos, els nostres drets

- S'aprén en l'admiració als grups dominants que controlen les riqueses i altres possessions mitjançant amenaces.
- S'aprén a nivell simbòlic en la llengua que oculta les dones darrere d'un universal masculí i en els mitjans de comunicació, l'art i l'oci que oculten el que les dones reals fan, senten i pensen.

La masculinitat violenta s'aprén en la socialització per mitjà del contacte amb homes adults, mitjans de comunicació, grups econòmics i esports en els quals els homes s'inicien cap a un tipus d'agressivitat molt competitiva i moltes vegades violenta, que a més és acceptada i valorada com a actitud que condueix a posicions de poder i autoritat, en les quals no es permeten, o no es valoren, les expressions d'un altre tipus d'emocions i comportaments més democràtics i cooperatius que no es corresponen amb aquests estereotips hegemònics de masculinitat.

No obstant això, aquestes actituds, apreses socialment, no basten per a incitar els homes cap a actituds violentes. També influeix l'exposició durant la infància a maltractaments i a vincles de domini-submissió, l'observació d'aquests i les desvaloracions i desqualificacions d'allò femení junt amb la sobrevaloració d'allò masculí i d'una certa manera d'entendre la masculinitat. Si xiquets i xiquetes creixen en ambients familiars en què s'exerceix la violència o estan exposats a vincles de domini-submissió, la seua organització intrapsíquica es modifica, i el recurs a la violència pot formar part del seu mode de funcionament. No obstant, això no és determinant, perquè sabem que xiquets i xiquetes no recorren a aquests comportaments si han trobat una relació satisfactòria en altres figures masculines i femenines no violentes

ni submises, sobre les quals recolzar-se i sostindre's. És el que Boris Cyrulnik anomena resiliència.

La masculinitat tradicional s'assenta en l'omnipotència. Per això, quan se senten dèbils, amb por o frustrats, poden recórrer a les manipulacions, la mentida o la projecció de la seua culpabilitat sobre altres persones, i presentar-se a més com a víctimes per a suscitar la compassió. Aquesta actitud es correspon amb l'omnipotència en l'amor, típica de la feminitat tradicional, que fa que la dona es preocupe més dels altres que de si mateixa, i que no demanen mai res per a elles, encara que es poden queixar, comprendre-ho tot i perdonar-ho tot, gràcies a un sentiment de compassió danyosa que no veu la responsabilitat en l'altre però sí la culpa en ella.

Els homes violents no tenen una alta estima de si mateixos, i el recurs a la violència els pot servir per a ocultar la frustració i la por de perdre la persona amb què conviu i que consideren seua, perquè creuen perdre també així el seu estatus i imatge social. Senten angoixa davant de la possibilitat d'una pèrdua i no podent contenir aquesta emoció la converteixen en gelosia i control de l'altra persona, a qui desqualifiquen per a poder-la dominar, i posteriorment passen al penediment i a omplir-la de regals per a aconseguir el seu perdó i redimir-se. Tornen a ser amables per un temps fins a la pròxima frustració o por, i comencen una altra vegada el cicle repetitiu que enganxa agressor i víctima, i que crea una addicció tant en l'home com en la dona; són part del domini i de la indefensió apresada.

El poder s'aprén i la indefensió també. Des de la infància els homes aprenen a imposar-se, a defensar els seus desitjos, capritjos i drets, a

ser o paréixer valents i forts, a posseir i exercir poder, dominar i controlar, és a dir, aprenen a tindre un paper dominant sobre els altres i sobretot sobre les altres. Aprenen això molt més que a treballar conjuntament amb les altres i els altres. No se'ls educa en l'acceptació dels límits que imposa el fet de viure en societat amb altres diferents. Per això, davant de les dificultats de la vida i les frustracions conseqüents, reaccionen no expressant les seues emocions ni demanant ajuda, que els farien veure's com a éssers necessitats com els altres, sinó projectant el seu malestar i la seua ira sobre altres éssers, per mitjà de pensaments, actituds i comportaments violents, que també els violenten a ells. Això se'ls permet en la seua socialització primerenca i també se'ls permet, molt més que a les dones, expressar la gelosia, el control i el domini per a aconseguir els seus desitjos.

En l'aprenentatge de la masculinitat se'ls incita a ser els millors, a ser eficaços i tindre èxit, i se'ls permet tot o quasi tot per a aconseguir-ho, sense mostrar debilitat, necessitats ni emocions. Tot això produeix una gran pressió psicològica. Si a més s'enfronten a dones no tradicionals, que desitgen relacions més igualitàries, sentiran por de perdre la seua masculinitat, el seu poder, el seu valor personal i la seua autoestima enfront de l'autonomia de la dona. També, o al mateix temps, poden dirigir la violència contra si mateixos, recorrent a medicaments, drogues o altres addiccions per a millorar els resultats que se'ls demanen com a homes i lluitar contra la depressió i els conflictes. Són comportaments compulsius davant de la impotència de no estar a l'altura d'allò que els demana la societat de l'eficiència, una societat que exalça l'eficàcia, l'èxit, el domini, el control i el poder sobre les situacions difícils. Les postures davant d'aquestes pressions poden ser la depressió,

Els nostres cossos, els nostres drets

l'acceptació del costat femení i de les emocions que comporta o la reacció violenta. Els homes violents són homes que no solen parlar de les seues emocions i del que els passa. Només ho expressen per mitjà de la ira. Necessiten, per tant, recuperar les emocions perdudes de la infància i aprendre a comunicar-se d'una manera



Aquest esquema ens explica com el jo debilitat o desestructurat, per falta d'altres referents educatius i altres valors morals no violents, pot recórrer a la violència o a la depressió, o bé moure's entre l'una i l'altra. Només l'acceptació d'altres valors i d'una altra forma d'entendre les relacions i la masculinitat poden intervenir en un canvi, que passa pel reconeixement, l'acceptació i expressió d'emocions guardades, per a donar pas a altres actituds i comportaments de bon tracte, que ha d'experimentar per mitjà de pràctiques experimentals i guiades individualment i en grup d'homes.

Amb l'estereotip de masculinitat dominant es correspon l'estereotip tradicional de dona submissa. Potser ens pot parèixer massa esquemàtica aquesta frase, però la submissió personal té les seues bases en el sotmetiment

estructural, real, simbòlic i imaginari que fa aquesta societat de tot el que fan, pensen, senten i desitgen les dones, que es queda en un segon pla. És cert que moltes dones, de totes les condicions, estrats socials i països i des de totes les àrees humanes, ja siguen artístiques, científiques, econòmiques o comercials, estan canviant la realitat a què se'ls havia enviat, però també és cert que en èpoques de crisi torna el vell fantasma que perpetua la dona com el principal subjecte de l'educació dels fills, del benestar de la família i dels ancians.

Què pot fer i ha de fer la coeducació?

Hui, en el món de la coeducació i en els grups d'homes per la igualtat, es parla de la necessitat de difondre i educar en un altre model de masculinitat que substituïska la competitivitat violenta per la cooperació i participació en un món solidari, on les diferències no siguen objecte de discriminació sinó de reconeixement de l'alteritat, de respecte i col·laboració. En la coeducació es té en compte també el procés de socialització de les dones i dels homes, per a substituir les actituds de submissió i domini per actituds d'apoderament, reconeixement i col·laboració amb altres dones i homes que treballen per un món més igualitari i just. Es tracta de coeducar perquè els homes construïsqen la seua masculinitat, no en paràmetres de dominació sinó de participació i reconeixement de les dones com un altre subjecte en primera persona, a qui escoltar i amb qui compartir la vida, que ja no pot estar al seu servei.

Es tracta de coeducar perquè les dones es consideren un subjecte en primera persona, amb desitjos i opinions pròpies que facen valdre els seus espais de llibertat i les seues experiències, tasca gens fàcil en una societat que

difon massivament i fonamentalment models sexistes de ser dona; xiquetes i preadolescents sexualitzades segons els codis d'una masculinitat dominant, i que responen ja als models de dona objecte bell mirat pels altres.

Xiquetes i adolescents aprenen a ser dones per mitjà dels models presentats en els mitjans, entre els quals podem destacar les empreses de *Princelandia*, dirigit a xiquetes de 4 a 12 anys; novel·les com ara *Crepuscle*, una novel·la romàntica de vampirs dirigida a adolescents, o *50 ombres d'en Grey*, novel·la eroticoromàntica, escrita en el 2011 per E. L. James, que combina amor, sexe i maltractament.

Altres vies de submissió són els models de bellesa exposats en la publicitat. El nostre ideal de bellesa té a veure amb el que es difon pels mitjans: cos prim i harmoniós per a les dones, i cos atlètic i musculós per als homes; bellesa per a les dones, i intel·ligència i força per als homes. Les cançons, d'altra banda, poden ser una via per a la submissió, la dependència i el maltractament o bé per a la igualtat, la coresponsabilitat i el bon tracte.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.1. Tindre el que s'ha de tindre! EB

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles.

Etiquetes:

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Pressió grupal](#)

[#Ficció](#)

[#Rols de gènere](#)

Desenvolupament

De vegades Física o química ens sorprèn qüestionant la masculinitat tradicional.

Mireu els fragments següents, una mostra de la violència que els barons pateixen i exerceixen, extreta del capítol 4 de la 7a temporada ("Tragedia en el Zurbarán").

Responen després a les qüestions en grups de 3 o 4 persones. Poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

- "[Teresa, Álvaro i les ganes de ser popular](#)"
- "[Àlvaro, Jon i la masculinitat](#)"

Qüestions

1. Dibuixeu la silueta d'un home. Dins d'ella escriviu paraules o frases que indiquen com ha de ser i comportar-se un home. A la part de fora, escriviu el que no ha de ser o fer.
2. Quina relació tenen Àlvaro, Jon i Toño? Són amics? Es cuiden entre ells?
3. En aquestos fragments, com han de ser els xics perquè se'ls valore?
4. On situaríeu els personatges que apareixen en els vídeos: hegemonia, complicitat, subordinació o marginació?

5. Quins costos té per als xics haver de demostrar que són hòmens i que tenen "ous"? Val la pena?

[Recomanem per al professorat dos llibres de [Daniel Gabarró](#) per a descarregar-se de franc: [Transformar a los hombres, un reto social](#) i [¿Fracaso escolar?, la solución inesperada del género y la coeducación](#). Podeu també veure aquest vídeo amb una [entrevista a Daniel Gabarró](#) (12'20)]

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.2. L'educació de la masculinitat 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Hòmens igualitaris](#)

[#Anglés](#)

[#Violència masclista](#)

[#Homofòbia](#)

Desenvolupament

En grups de 4, vegeu i comenteu el vídeo de Tony Porter "[Un llamado a los hombres](#)".

Vegeu i comenteu també els tres vídeos del documental *The Mask We Live In* (Jennifer Siebel Newsom, EUA, 2015). Teniu en compte les qüestions per al debat que us suggerim.

- a. "[Ian i la masculinitat](#)" (en anglés). Ian és un jove universitari que va patir bullying de xicotet i quan va arribar a la secundària va intentar masculinitzar el seu comportament (allunyant-se del seu amic "femení", abandonant el teatre, jugant a bàsquet...).
- b. "[Pares i fills](#)". (subtítols en casellà) Un jove decideix ser un pare sensible i amorós amb el seu fill. Altres hòmens parlen dels seus pares i dels canvis que s'estan produint en la paternitat.
- c. "[The teacher](#)" (en anglés). Un professor fa tallers per ajudar els joves a connectar amb les seues emocions i a obrir-se al món.

Qüestions per al debat: Heu conegut situacions semblants a les dels vídeos? Si decidiu tindre fills, quin tipus de pare o de mare penseu que sereu?

Podreu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.3. Ella és de tots EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles.

Etiquetes:

[#Masclismes quotidians](#)

[#Homofòbia](#)

[#Violència masclista](#)

Desenvolupament

Vegeu el còmic i les imatges amb els missatges "Shakira es una puta" (març 2014, camp de l'Espanyol en un partit contra el Barça. Hi ha també el [vídeo amb els càntics](#)) i "Shakira es de todos (gener de 2016 en el mateix camp). Comenteu en grup xicotet o per parelles les primeres impressions.

Responen, en grup o per parelles, a les qüestions.

Qüestions

1. En grups de 4-5. Quins són els insults que se li diran a un xic per fer-li mal? Per exemple, *maricó*, *gallina*... I a una xica? Per exemple, *guarra*, *foca*... Escriviu cada insult en un paper (un quart de full). Quan tingueu tots els insults, recolliu-los i passeu-los al grup del costat.
2. Darrere dels insults que han escrit els companys, escriviu en quines situacions es diuen. En acabat, les torneu al grup original.
3. Un/a voluntari/a ix a la pissarra i fa dues columnes, una per a xics i una altra per a xiques, i hi anota els insults que van dient els diferents grups (si estan repetits, posem el número de repeticions). Llegiu també les situacions en les quals es diuen, però no

cal que les anoteu. Al final, quan ja estan totes a la pissarra, seguiu responenent a les qüestions:

4. Què és el que més es castiga en els xics? I en les xiques?
5. Ens afecten aquests insults?
6. Si voleu aprofundir més, l'article "[Shakira y las putas](#)", d'Andrea Momoitio, en dóna algunes claus. Aquest és el principi de l'article:

./.../ [Shakira es de todos] Una frase de tan sólo cuatro palabras, que contiene muchas de las ideas que sustentan el sistema heteropatriarcal.

Las mujeres (y los hijos e hijas) somos propiedad de los hombres. No sólo de nuestros maridos sino también de nuestros padres y hermanos. Esto es así en todo el mundo. Quizá en algunos países, gracias al falso espejismo de la igualdad, resulta más difícil detectar esta realidad. Es lo que dicen implícitamente las miles y miles de personas que gritaban eso de que Shakira es una puta.

El comentario no tendría ningún sentido si no creyeran que así iban a enfadar a Piqué, que iba a sentir su masculinidad herida. Curioso también que algunos medios de comunicación hayan dicho que los espectadores del estadio gritaban "contra" Piqué. No estaban insultando a Shakira, estaban poniendo en tela de juicio a Piqué. Lo pensaban aunque, quizá, ninguno de ellos lo supiera. El patriarcado ha calado tan hondo y es tan complejo, que creo que muchas veces ni son conscientes. Vaya, lo que viene siendo la alienación. Lo peor que puedes decirle al típico macho de la manada es que su mujer es una puta porque es ella la que soporta, en todos los sentidos de la palabra, su masculinidad. ./.../

7. Què és el patriarcat?
8. Què significa que la igualtat és un miratge?
9. Què vol dir que Shakira suporta la masculinitat de Piqué?

Els nostres cossos, els nostres drets



(Il·lustració: J.A. Bernal)



Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.4. Hòmens sense cura BC

Nivells: Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Violència masclista](#)

Desenvolupament

Ens grups de 4, mireu i comenteu el vídeo [Hombres sin cuidado](#). Forma part del projecte "[Vidas Mínimas](#)", realitzat per Erick Pescador Albiach, sociòleg, sexòleg i especialista en gènere i masculinitats.

Ací teniu una part del text del vídeo.

"Sin pensar, sin mirar, sin sentir... ahí está él, violentando a una mujer, a un niño, a un estudiante en el suelo, a un animal, a otro hombre, a sí mismo. Él es un hombre de verdad, y lo repite cien veces a quien quiere escucharlo y a quien no, también. Y repite sus bromas de machito y de machista que no tienen gracia pero intentan contagiar la risa ajena y con ella la complicidad de sus actos inexplicables e injustos /.../ Usa la violencia como idioma, como forma de vida. Golpea en la espalda de sus llamados mejores amigos para demostrarles su aprecio, con tanta fuerza que siempre les hace daño, sin rozarse, sin acariciar, sin cuidado, sin mariconadas /.../"

Després, consulteu alguna d'aquestes [entrades d'hòmens profeministes](#) del blog Karícies, hòmens que es qüestionen la masculinitat patriarcal amb la qual han estat educats. Cada membre del grup d'ha de triar una distinta. Resumiu i expliqueu al vostre grup l'entrada que heu triat.

Després, elegiu un/a portaveu que explique a la classe les idees més importants.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.5. Sobre quin cel 2EB

Nivells: Segon cicle d'ESO i Batxillerat

Etiquetes:

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Ficció](#)

[#Violència en la parella](#)

[#Hòmens igualitaris](#)

[#Rols de gènere](#)

Desenvolupament

Mireu el video "[3 metres sobre el cel](#)" que correspon als primers 5 minuts de la pel·lícula del mateix nom dirigida el 2010 per Fernando González Molina.

Llegiu i comenteu la carta que envia un jove a H, el protagonista de la pel·lícula.

A l'entrada del blog Karícies "Sobre quin cel?" hi ha comentaris d'alumnes d'ESO i Batxillerat. Responen a algun d'ells o comenteu el vídeo i la carta.

Carta a H, protagonista de "Tres metros sobre el cielo"

Hola H,

Després de veure [la pel·li](#) que conta una part de la teua vida, he arribat a una conclusió: crec que tardaré molts anys a tindre una novia perquè no m'assembla gens al tipus de xic que tu ets i que tant d'èxit té amb les xiques.

En primer lloc, no puc tindre moto perquè a ma casa estan prohibides. Tinc un germà de vint anys en cadira de rodes (per fer el cafre amb la seua) i ma mare i mon pare no

volen saber res d'aquestes màquines. De tota manera, si la tinguera, cap xica s'agafaria dels meus abdominals, com la Babi feia amb tu, perquè no en tinc. Com és obvi, tampoc no faig competicions de motos amb una xica lligada al darrere (amb un cinturó perquè no caiga), ni guanyaria cap concurs de flexions en un marquesina. Per cert, aprofite per donar-te el meu condol per la mort del teu amic Pollo en una de les carreres.

En segon lloc, no sóc ni la quarta part de valent que tu i no m'atreviria a entrar en una casa que no és meua, botant la tanca i trencant un vidre, per a fer l'amor amb la xica que m'agrada. Tampoc no li partiria la cara a un xic perquè accidentalment li ha tirat una copa al vestit de la meua xicota, ni amenaçaria la professora d'aquesta perquè la tractara bé i no contara a sa mare que fa campana amb mi.

En tercer lloc, em costa molt passar, com tu fas, de la família o dels estudis, i per molt que ho intente (de veritat que m'esforce per ser com tu!), em costa creure que tindre un treball farà la meua vida més miserable. La veritat és que no tinc la sort que tu tens d'un germà que em mantiga, de manera que no em queda altra que traure bones notes per a accedir el dia de demà a una professió que m'agrada.

En quart lloc, mai gosaria posar-me en la vida amorosa de ma mare, ni li pegaria una pallissa al seu amant (quasi fins a matar-lo), encara que els descobrira al llit.

I ja per acabar, diré que no tinc la teua experiència en l'amor (ho confesse: sóc verge) i

això m'obliga a preguntar-te com he de fer per a portar la iniciativa de la relació sense semblar un babau, perquè és que, en quasi totes les pel·lis que veig, els xics ja ho saben tot del sexe i, per a les xiques, sempre és la primera vegada.

Bé, sense més, i des de l'"admiració" d'un xic tímid i amb pors, m'acomia i espere la teua resposta, o la de qui em puga ajudar.

Carles

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.6. “Sent que sóc un fill dolent” EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles.

Etiquetes:

#Masculinitat(s)

#Rols de gènere

#Hòmens igualitaris

#Anglès

Desenvolupament

Llegiu el text i comenteu les qüestions per parelles. Després, poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Qüestions

1. Per què se sent malament George? Aquest text de la sexòloga Shere Hite té més d'una dècada. Penseu que ha canviat la situació en l'actualitat?
2. Quina relació teniu els xics amb els vostres pares? I amb les mares? Us imagineu parlant-los de l'últim enamorament que heu tingut? Amb qui podeu parlar de sexe? I les xiques?
3. Mireu i comenteu el vídeo de Tony Porter “Un llamado a los hombres” o bé mireu els tres vídeos del documental *The Mask We Live In* (estan en anglès). Comenteu-los.
 - a. Ian i la masculinitat (en anglès). Ian és un jove universitari que va patir bullying de xicotet i quan va arribar a la secundària va intentar masculinitzar el seu comportament (allunyant-se del seu amic “femení”, abandonant el teatre, jugant a bàsquet...).
 - b. Pares i fills. (subtítols en casellà) Un jove decideix ser un pare sensible i amorós amb

el seu fill. Altres hòmens parlen dels seus pares i dels canvis que s'estan produint en la paternitat.

c. The teacher (en anglès). Un professor fa tallers per ajudar els joves a connectar amb les seues emocions i a obrir-se al món.

4. Heu conegut situacions semblants a les dels vídeos?

5. Si decidiu tindre fills, quin tipus de pare o de mare penseu que sereu?

Text. La masculinitat

[...] En la pubertat, se li diu al xiquet que ha de “créixer”, “deixar de ser un marieta” i no quedar-se aferrat a les falces de sa mare”. [...] Tot açò fa que els xics se senten obligats a adoptar una “imatge masculina” [...]. Se suposa que els xics han de mostrar una nova “imatge dura”, ridiculitzar les seues mares i distanciar-se d'elles, sobretot davant d'amics, pares i germans barons. Com conta un xic anomenat George: “Quan vénen els meus amics i ma mare intenta dir-me quin programa puc veure en televisió, és humiliant. ‘Apaga la televisió!’, em va cridar una vegada des de l'altra habitació. Em va fer tanta vergonya que vaig cridar: ‘Calla!’, i vaig pujar el volum encara més. Els meus companys es van quedar impressionats: ‘Em sembla que a tu no pot dir-te ta mare el que has de fer!’, va exclamar un. Des d'aleshores, fins i tot els més majors em respecten, però sent que sóc un fill dolent i tinc por que ma mare m'odie”.

[...] Aquesta pressió social sobre els barons, que, en ocasions, comença amb les “intimidacions”

a l'escola, moltes vegades produeix una prolongada crisi moral i emocional, un període durant el qual el xic intenta canviar la seua personalitat, semblar “dur” i “impassible”. [...]

Els extrems de comportament “dur” i la violència que s'han atribuït a les hormones masculines (i, per tant, s'han considerat “normals”) són, en realitat, desmesurats i gens normals. Si la societat prohibira intimidar així els xiquets, seria molt més harmoniosa i menys violenta.

Shere Hite. *El País Semanal* (2002)

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.7. Els hòmens de veritat... EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Homofòbia

#Rols de gènere

#Masculinitat(s)

#Ficció

#Feminitat(s)

#Homosexualitat

Desenvolupament

[Després de veure el fragment de la pel·lícula *Qui vol ser normal* (si es disposa de temps, després de veure-la sencera), demanarem que algú isca a la pissarra i amb l'ajuda de la classe, s'aniran anotant els cinc passos que, segons *True Directions*, cal seguir per a "curar" l'homosexualitat. Fet això, demanarem dos voluntaris més i cadascú anotarà les característiques considerades "normals" per a xics i per a xiques.

Després, per parelles, responeu a les qüestions.

Qüestions

1. Llegiu la informació sobre la pel·lícula.
2. Què penseu de les diferents qualificacions segons el país?
3. Feu un debat en el qual a uns grups els tocarà defensar la censura per a menors de 17 anys de la pel·lícula i a uns altres, els tocarà estar-ne en contra.
4. Acabat el debat (potser en una altra sessió), elaboreu tríptics (o cartolines) on expliqueu 5 passos per a curar-se d'homofòbia (per parelles o en grups de 3-4).

Text. Informació sobre la pel·lícula:

But I'm a Cheerleader (J. Babbit, 1999, EUA)

Megan és una adolescent de 17 anys aparentment heterosexual. Té un xicot, anomenat Jared, i és animadora de l'escola (una *cheerleader*); però la seua cristiana família, les amigues i Jared pensen que és lesbiana i l'obliguen a anar a *True Directions*, una institució que la "curarà" de la seua homosexualitat. Allà coneix la directora Mary i Rock, el fill d'aquesta, l'instructor ex-gai Mike i un grapat de xics i xiques com ella. Graham esdevindrà la seua "amiga especial".

La pel·lícula va rebre la qualificació de NC-17 (prohibida a menors de 17 anys) per **l'Associació de Cinema dels Estats Units** (MPAA). Per a aconseguir la qualificació R (permesa a menors de 17 amb companyia adulta) la directora Jamie Babbit va haver de retirar una presa de dos segons en la qual la mà de Graham recorria el cos vestit de Megan; una altra presa de baix a dalt del cos de Megan mentre es masturbava i un comentari on Megan deia que "s'havia menjat a Graham" (argot per a referir-se al *cunnilingus*). Curiosament, *American Pie*, estrenada també el mateix any, mostrava un adolescent baró masturbant-se i va rebre la qualificació R. Babbit es va queixar de la discriminació per part de la MPAA, que usava diferents criteris per a les pel·lícules de temàtica lèsbica i per a les escenes sexuals protagonitzades per xiques. Al Regne Unit la pel·li va rebre la qualificació 15 (majors de 15 anys), 14A al Canadà (majors de 14 acompanyats) i 12, a Alemanya. /.../

(Font: Wikipèdia)

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.8. La ploma EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Cossos i models](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Expressió de gènere](#)

[#Intolerància per gènere](#)

[#LGBTIfòbia](#)

Desenvolupament

Responen a les qüestions en grups de 4.
L'estructura cooperativa "llapis al centre" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions:

1. Què és tindre ploma?
2. Quins personatges famosos tenen ploma?
3. És la ploma sinònim d'homosexualitat?
Existeix la ploma heterosexual?
4. Està ben vist tindre ploma?
5. Pot ser atractiu tindre ploma? [veure activitat sobre el grups asiàtics MissTer i The Hooper]
6. Descriviu, en xicotets grups, la ploma heterosexual (moviments de les mans, gestos típics, expressions facials, mirada, moviments del cos, manera d'asseure's, de caminar...).
7. Aquest gestos típics de la ploma heterosexual, són naturals o apresos?
8. Reflexiona sobre la teua pròpia ploma.

Quins gestos tens o et caracteritzen? Són masculins/femenins? Els has intentat canviar? Les persones del teu voltant s'han burlat o han comentat els teus gestos? Algú ha volgut que els canviaries?

9. Has comentat o criticat els gestos d'una altra persona?

Posteriorment, poseu en comú les idees de les qüestions plantejades.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.9. Ballar com un home EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Cossos i models

#Masculinitat(s)

#Expressió de gènere

Desenvolupament

Vegeu el vídeo "In and Out. Prueba de masculinidad. ¿Los machos no bailan?", escena de la pel·lícula *In and out* (Frank Oz, 1997, USA), on Kevin Kline interpreta Howard, un professor que pren una classe de masculinitat que li ensenya a aguantar-se les ganes de ballar per a demostrar que no és gai.

Per grups, responeu a les preguntes següents. L'estructura cooperativa "full giratori" pot ser útil per a realitzar les qüestions. (Vegeu l'annex "Estructures cooperatives".)

Qüestions

1. Per què es considera el ball una activitat femenina?
2. Comenteu aquest cas: un xic li estava guardant la bossa a la seua nòvia perquè aquesta havia anat al lavabo, però un amic seu va entrar al bar i immediatament el primer va deixar la bossa a la cadira.
3. Quines coses han de fer els xics per a no ser considerats gais? Anoteu exemples del que fan i del que deixen de fer.
4. Les xiques també han d'actuar de manera diferent per a no ser considerades lesbianes? I per a no ser considerades pot femenines?

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.10. Maltractament entre xics E

Nivell: ESO

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Rols de gènere](#)

Desenvolupament

Llegiu i comenteu el text "La masculinitat hegemònica".

Vegeu el vídeo [Gente maravillosa / Acoso escolar, cámara oculta 1](#) (Durada: 13'34"). Canal Sur, 31 març de 2017.

Lucas, estudiant de batxillerat, guanya diners extres treballant de cambrer. Dos companys d'institut s'assabenten que hi treballa i hi van a riure's d'ell. Li tiren menjar al terra i tomaca a la taula perquè ho arreplegue, l'anomenen "netejadora", li posen la traveta. Quan una dona del bar s'alça per a cridar-los l'atenció per la seua falta de respecte, li diuen que és un company d'institut, un amic, i que és una broma. Tot això és típic d'una masculinitat dominant i violenta que no suporta diferents maneres de ser home, ni diferents sensibilitats.

La masculinitat hegemònica

Com t'han ensenyat a ser dona? Com t'han ensenyat a ser home? Hi ha moltes maneres de ser homes i moltes de ser dona. Hi ha masculinitats tradicionals o hegemòniques i noves masculinitats, feminitats tradicionals i noves feminitats. La masculinitat hegemònica, és a dir, la que més predomina, és aquella

que s'aprén en la socialització de moltes famílies, dels mitjans de comunicació i oci fonamentalment (publicitat, videojocs, audiovisuals, esports i activitats de risc, etc.), i dels homes reals del vostre entorn. La feminitat tradicional hegemònica també s'aprén de la mateixa manera, però hi ha moltes més feminitats modernes o noves feminitats que es deuen a les reivindicacions i lluites de les dones, que han ocasionat grans canvis socials per a conquistar els seus drets. Ara toca als homes fer també aquest canvi.

Pots veure algunes característiques de la masculinitat hegemònica segons el professor Miguel Ángel Arconadaⁱ en l'article "[Los hombres que no tenían miedo a la igualdad](#)".

- *Consciència de superioritat respecte a les dones i el femení, i respecte a altres homes amb masculinitats diferents.* L'home hegemònic s'autoconsidera independent, autosuficient i millor. Això està en la base de l'objectualització de la dona i de la reclamació que aquesta ha d'estar al servei de l'home.
- *Exacerbada misogínia*, amb el repudi de tot allò femení i amb el menyspreu dels valors tradicionalment atribuïts a les dones. El que pensa l'home hegemònic és que res es pot agafar ni aprendre's del món d'aquelles que són considerades inferiors. I si algun home mostra aprenentatges o trets del femení se'l considera poc home.
- *Exaltació de l'agressivitat física* com a

expressió de la força masculina i com a estratègia legítima per a la resolució de conflictes.

- *Gust pel risc.* Ser capaç d'assumir riscos físics, tant si s'ix victoriós com, inclús, ferit, genera guanys en la jerarquia dels homes: córrer més que ningú amb el cotxe o la moto o saltar des del pont més alt (*puenting*).
- *Defensa de privilegis públics i privats:* tindre millors llocs o sous i tindre més temps d'oci i descans.
- *Heterosexualitat ostentosa i coitocèntrica:* Per als homes, el sexe és més una forma d'actuació (com més i amb major nombre de dones millor) que una expressió d'amor i intimitat. Les relacions sexuals són una ocasió per a demostrar la virilitat i donar la talla amb les dones. El coit és la pràctica sexual per antonomàsia, en la que l'home torna a caracteritzar-se com un ésser superior que "dóna plaer" o "fa un favor" a la companya.
- *Autocontrol emocional i cauterització emotiva:* Si els homes són detentors del poder i autosuficients, no s'han de mostrar necessitats o emotius. Els sentiments de dolor, tendresa i por serien un perill per a la identitat masculina, un indicatiu de debilitat, de masculinitat efeminada. Al contrari, l'enuig, la ira i l'agressivitat s'interpreten com a reaccions típiques de la masculinitat. La masculinitat dominant mostra temor de

ⁱ Miguel Ángel Arconada és professor d'Educació Secundària a l'IES Jorge Manrique (Palència), professor del Màster de la UNED "Los malos tratos y la violencia de género. Una visión multidisciplinar" i cofundador de *Codo a Codo*. Grupo de Hombres por la Igualdad de Palencia.

Els nostres cossos, els nostres drets

la intimitat afectiva, com a espai propi del femení. Els homes aprenen així a ocultar les seues emocions a si mateixos.

- *Homofòbia*: la masculinitat homosexual és considerada com inferior, inadequada, o com una forma degenerada de sexualitat. Si un xic no compleix els mandats de la masculinitat hegemònica serà qualificat pels altres xics d'homosexual. És d'homes (d'homes mascles) mostrar homofòbia. Però ser home no és ser masclista.

Qüestions

- 1-Has observat comportaments d'assetjament semblants? Què va ocórrer?
- 2-Si has observat alguna escena d'assetjament escolar, com vas reaccionar tu i com van reaccionar altres persones? Va haver-hi silencis o algú va intervenir per a defensar la persona assetjada?
- 3-T'has sentit assetjat o assetjada alguna vegada? Va ser un xicotet assetjament o un de gran? Com et vas sentir? Et va defensar algú?
- 4-Què opines de la dona que defensa a Lucas?
- 5-Posa exemples que hages viscut que mostren les característiques de la masculinitat tradicional segons Arconada.
- 6-Reflexiona aquestes preguntes i comparteix la reflexió en un grup de tres o quatre persones.
- 7-Debat en el grup-classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.11. Històries en el transport públic 2E

Nivell: Segon cicle d'ESO

Etiquetes:

#Rols de gènere

#Masculinitat(s)

#Violències masclista

#Vloggers

Desenvolupament

Vegeu el vídeo *Historias en el transporte público* de la vlogger Madame Tibisay

De festa o embriacs, la masculinitat hegemònica ix sense traves. Això és el que ens diu Laura en aquest vídeo. Narra dues situacions viscudes per ella, una en el metro i una altra en l'autobús quan tornava d'una festa. En el metro, 5 xics toquen el fre d'emergència i paren en un túnel. El seu objectiu és pintar. En l'autobús, puguen 5 amics però paguen només dos. El conductor els exigeix pagar o abaixar-se'n. Els xics l'insulten i comença una baralla violenta.

Qüestions

- 1-Has viscut situacions de baralles entre xics o joves paregudes a aquesta? En quins llocs van ocórrer? Com vas reaccionar tu? Vas poder intervindre o et va fer por? Com van reaccionar les altres persones?
- 2-Com s'haguera pogut resoldre aquesta situació sense violència?
- 3-Reflexioneu i debateu en grups de quatre persones una solució no violenta. Feu un guió per a escenificar-ho.
- 4-Escenificació d'algunes solucions no violentes i debat en el grup-classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.12. La masculinitat hegemònica en bandada BC

Nivells: Batxillerat i Cicles.

Etiquetes:

[#Cultura de la violació](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Violència masclista](#)

Desenvolupament

Lectura de la notícia “Violacions populars” i posterior reflexió i debat. Per a la reflexió convé que els grups de tres o quatre persones siguin del mateix sexe, encara que pot haver-hi algun grup mixt.

Text. Violacions populars

Assistim a una apologia pública de la violació, convertida en motiu de broma col·lectiva (Diari de Còrdova)

Joaquín Pérez Azaústre 07/05/2017

Rebenta l'ànim saber que el lema “Hui folle, demà a judici” s'estampa en samarretes per a festes universitàries. Ha sigut a València en un *botellón* multitudinari, amb 25.000 entrades, organitzat per una empresa privada. [...] Amb això assistim a una apologia pública de la violació, convertida en motiu popular de broma col·lectiva. “Hui folle, demà a judici”. I una foto en la xarxa del grup d'amiguets, amb els seus *cubalitres* en la mà, enllaçats pels muscles, posant per a la posteritat de la idiotesa, la crueltat física i la pudor moral. Per què aniran a judici «demà», si no és per haver mantingut relacions sexuals sense el consentiment de les seues víctimes? Doncs així va ser la festa valenciana, amb les bones paelles i les facultats representades per les seues samarretes, com és el cas de Medicina “Metge

distingit, millor encara al llit” [...] convertint la dona no ja en objecte de la sexualitat pública, que també, sinó en treballadora sexual, en una prostituta a l'abast de tots: “Si vols treball, menja'm això de davall”, es podia llegir en una altra samarreta. O siga: totes les xiques universitàries que estudien a València, segons els autors dels lemes d'aquestes samarretes, quan acaben les seues llicenciatures, o abans, hauran de clavar genoll en terra per a poder accedir a qualsevol lloc de treball.

No ens enganyem: el missatge està en això. Com a broma, no té ni la més mínima gràcia. És més: produeix fàstic. Però és que, en el fons, no crec que siga una broma: batega ací una consciència masculina opressora, de falsos predadors en l'ombra, de bèsties a l'aguait, que només són covards encoratjats des de la foscor, en els seus grups d'acció, i confonen el desig amb la violència, l'abús, l'horror. Perquè és en l'horror on viuen milers de dones en el món. No oblidem el total de 22 anys i 10 mesos de presó que el Ministeri Fiscal ha demanat per a cada un dels cinc acusats per la violació grupal d'una xica durant els passats Sanfermines. Recordem els fets: dos dels presumptes violadors van agafar la xica pels braços, la van tancar en un portal “tapant-li la boca i dient-li que callara i no cridara”, la van rodejar entre cinc, la van despullar i la van violar entre tots “valent-se de la seua superioritat física i numèrica” i de la “impossibilitat” de la xica per a “exercir la més mínima resistència” [...] Mentrestant, dos d'ells ho van gravar i ho van penjar en un xat: “Follant-nos a una entre els cinc. Tot el que conte és poc. Puta passada de viatge”. ‘La Manada’, s'anomenaven a si mateixos. Com si

foren llops. Com si haguera quelcom de valent o meritori, i no de fàstic profund. Però no són els únics. Recordem el cas terrible d'una xica de 17 anys víctima d'una violació múltiple a Brasil, per més de 30 homes, amb vídeo en Twitter inclòs. O els quatre condemnats a mort a l'Índia per la violació i tortura en 2012 d'una altra xica, després d'eixir d'un cine a Nova Delhi, que va morir 13 dies després per les seues ferides. [...] Això no té res a veure amb la masculinitat, la festa, l'humor vulgar o la llibertat d'expressió, i sembla mentida que encara hàgem d'explicar-ho. Té a veure només amb un crim terrible, la seua banalització i la triple agressió que constitueix el fet, la seua divulgació i la burla. I damunt, la pitjor frase de totes, aquesta de “demà a judici”, estava estampada sobre les samarretes dels estudiants de Dret.

Qüestions

1. Què sents en llegir aquesta notícia?
2. Quins pensaments et vénen?
3. Per què creus que ocorre això?
4. Quin tipus d'accions podeu proposar per a previndre aquest tipus de fets?
5. Poseu-vos en grups de tres persones, grups de xiques per un costat i xics per un altre. Pot haver-hi algun grup mixt. Una persona del grup serà la que pose per escrit el que es parla.
6. Feu un debat amb tota la classe amb els resultats de cada grup i resumiu les propostes.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.13. Què els passa als homes? BC

Nivell: Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

Desenvolupament

Llegiu aquesta notícia de la periodista d'*El País*, Soledad Gallego-Díaz. Assenyaleu els punts importants de la notícia i reflexioneu en xicotets grups de quatre persones. Després feu un debat general.

QUÈ ELS PASSA ALS HOMES?

SOLEDAD GALLEGO-DÍAZ 02/03/2008

És molt probable que, si en els últims cinc anys 340 homes hagueren sigut assassinats per les seues companyes o excompanyes, existirien ja a Espanya desenes d'organitzacions femenines disposades a combatre aquesta espantosa realitat. Centenars de dones estarien disposades a dedicar el seu temps i el seu esforç voluntàriament per a arribar a les agressores potencials i treballar amb elles per a intentar modificar les seues conductes i els seus valors. Milers de dones s'interessarien per l'educació que reben les seues filles a les escoles i als instituts, i es barallarien per a introduir en els programes escolars pautes de conducta en parella molt menys violentes o possessives. Molt possiblement, desenes de milers de dones pensarien que alguna cosa estava malament, radicalment equivocada en la formació del caràcter femení.

La realitat és que no han sigut 340 dones les que han assassinat als seus companys o excompanys,

sinó 340 homes els que han matat a les seues companyes o excompanyes. La realitat és que "les dones" pateixen (i de quina manera!) el problema, però són "els homes" els que tenen el problema i els que haurien de preguntar-se què està radicalment malament, què pot estar radicalment equivocada en la formació del caràcter masculí com per a produir en la parella i en les relacions amoroses un percentatge tan elevat de conductes agressores i assassinats masclistes.

El sorprenent és que no existisquen en aquest moment desenes d'organitzacions integrades per homes disposats a dedicar el seu temps i el seu esforç per a arribar als agressors potencials, desenes de milers de pares preocupats per la formació potencialment masclista (actitud de prepotència dels homes respecte de les dones) que transmeten als seus fills o que reben els seus fills a l'escola o al seu entorn. El sorprenent és que la majoria dels homes pense que el problema de les agressions masclistes no té res a veure amb ells (ja que ells mateixos no són agressors), mentre que la majoria de les dones creiem que té a veure amb nosaltres (a pesar que no hàgem sigut agredides personalment).

L'avantatge de la informació és que aclareix la realitat. No estem parlant d'un problema puntual que afecta un molt xicotet nombre d'homes trastornats o malalts. En aquest moment hi ha a Espanya 84.000 dones sotmeses a alguna mesura de protecció a causa de la violència de les seues parelles. Aquesta xifra vol dir que hi ha diverses desenes de mils més que pateixen el mateix tracte o estan sotmeses a la mateixa amenaça i que no ho han denunciat. En total

estàn oberts 207.000 procediments judicials per violència de gènere. El 6 % de la població reclusa masculina (4.000 homes) està detinguda per delictes relacionats amb la violència contra les dones. Què més necessiten saber els homes per a plantejar-se que la violència del gènere no és un problema del gènere femení, sinó, també i molt especialment, del gènere masculí?

Resulta curiosa la repugnància que senten els homes davant de qualsevol generalització respecte a ells mateixos. Jo no sóc un gènere, sinó un individu, contesten amb precisió davant de qualsevol mostra de perplexitat per la seua falta d'implicació en la lluita contra la violència masclista. No pareix que existisca el mateix rebuig a l'hora de generalitzar sobre les dones, ni per part d'ells, ni de les pròpies dones, molt més disposades a analitzar el problema com a col·lectiu que com a conseqüència d'actituds individuals. La diferència de plantejament és tan curiosa que, quan es parla de l'assassinat de dones a les mans de les seues parelles o exparelles, molts homes sembla que es pregunten immediatament: què els passa a les dones?, quan la pregunta més lògica seria: què els passa als homes?

La gran desesperança que provoquen les últimes xifres sobre violència masclista és que no es corresponen a una pauta d'edat. De les quatre dones assassinades dimarts passat, tres eren menors de 50 anys, igual que els seus agressors. No pareix que la generació que es va criar amb la idea que tenia el dret a una total disponibilitat sobre la dona, la generació que ara té 60 anys o més i que va aprendre en la seua pròpia casa que l'home li podia alçar impunement

Els nostres cossos, els nostres drets

la mà a la dona, haja donat pas a una altra en què aquestes pautes de conducta hagen sigut completament desterrades. La majoria de les 84.000 dones objecte d'algun tipus de protecció que hi ha hui en dia tenen menys de 50 anys, igual que els homes que les amenacen. Són males notícies per a tots nosaltres. Generalitzant, per a les dones, que patim la violència, i per als homes, que la practiquen.

Qüestions

- 1-Assenyala les línies principals d'aquest article.
- 2-Aquesta és una notícia del 2008; no obstant això, les xifres d'homes que assassinen a les seues esposes o parelles no disminueix. Per què creus que ocorre això a pesar d'existir una Llei contra la violència de gènere?
- 3-Soledad se sorprén que en aquests moments no existisquen més associacions d'homes preocupats per previndre l'educació masclista dels xiquets, adolescents i joves. Coneixes o has sentit parlar de grups d'homes preocupats per aquest tema?
- 4-Creus que la violència contra les dones és un problema fonamentalment masculí? Per què?
- 5-Davant de la violència masclista moltes dones s'organitzen en col·lectius per a estudiar, investigar i treballar des de l'educació, la sanitat i els serveis socials, buscant causes i solucions. Alguns homes també ho fan. Però si el problema és fonamentalment a causa del masclisme de molts homes, per què no hi ha més grups d'homes que treballen amb els xics?
- 6-Reflexiona aquestes qüestions i d'altres que et plantege l'article, en grups de quatre persones. Resumeix el que es parle.
- 7-Debat general sobre allò que s'ha debatut en els grups. Escriviu les conclusions a què arribeu.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.1.14. Sexisme, violència i dominació en Disney i en la publicitat 2EBC

Nivell: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Infantesa](#)

[#Rols de gènere](#)

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Publicitat](#)

Desenvolupament

Veure els tres vídeos seguits, prenent notes escrites del que els crida l'atenció de les figures masculines i femenines. Després faran un debat.

1r. Pel·lícules de Disney

Vegeu el vídeo [Sexismo, violencia y dominación en las películas de Disney](#). (Durada: 6'51")

Aquest vídeo mostra el sexisme, la violència i la dominació que existeix en les pel·lícules de Disney. Hi són tots els estereotips de la masculinitat dominant: homes mascles i forçuts que poden als dèbils i aconseguen les millors xiques, admiradores de la seua força, només admiradores. Elles no fan res.

Quantes imatges de les que hem vist donen lloc al que coneixem i entenem del món? Les relacions i interaccions entre les dones i els homes de Disney tenen un efecte lent i acumulador. Què diuen aquestes relacions a les xiques i als xics? Les dones es mostren com a objectes de plaer o de cura i atenció dels homes. El masculí es defineix per la força, les habilitats físiques, la competitivitat amb altres homes, la violència i el domini. Hi sol haver una lluita entre dos homes per l'amor d'una dona.

Què passaria si s'abandonaren aquests estereotips i aparegueren altres valors com l'atenció, l'empatia, la compassió i la vulnerabilitat masculina? Es podria trencar així el cercle d'home fort i poc o res emocional.

2n. Publicitat de Jean Paul Gaultier

Vegeu la [publicitat del perfum de Jean Paul Gaultier](#) Durada: 48".

Les frases publicitàries que apareixen són: "l'home (o mascle) terrible" i "carrer dels xics roïns". Anteriorment a les frases s'ha vist com deixen la dona al llit i se'n van. Tot gràcies a un perfum.

3r. Publicitat. Jean Paul Gaultier

Vegeu la [publicitat del perfum de Jean Paul Gaultier](#) Durada: 1' 25".

"Terribles besos apassionats que recullen no importa on, no importa quan, sense pudor i sense límits. Res els deté." Aquest és l'eslògan de la publicitat, que es du a terme, gràcies, clar, al perfum. Per això s'enduen totes les xiques que troben pels carrers.

Qüestions

- 1-Quina relació veus entre els estereotips masculins de les pel·lícules de Disney i aquests dos vídeos de publicitat d'un perfum?
- 2-Qui deté els homes forçuts de Disney i qui els del perfum?
- 3-Quines idees es poden tindre dels homes de Disney i d'aquesta publicitat?
- 4-Comenta aquests vídeos en un grup de quatre persones. Escriviu-ne un resum.

5-Debat en tot el grup.

6-Conclusions i propostes. Com es podria contrarestar aquesta publicitat? Se us acut fer una contrapublicitat?

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2. EL PODER EN LA PARELLA. ELS MASCLISMES QUOTIDIANS I LA VIOLÈNCIA PSICOLÒGICA

Objectius

- Prendre consciència de l'existència i ubiqüitat dels masclismes quotidians per tal de detectar-los i combatre'ls.
- Entendre el concepte i els mecanismes de la violència psicològica.
- Aprendre les eines per a protegir-se de la violència psicològica mitjançant la detecció responsable i conscient tant des del punt de vista de qui l'exerceix com de qui la pateix.
- Prendre consciència de la toxicitat dels vincles amorosos abusius com a mètode per combatre la falta de límits personals en aquesta mena de relacions.

Els nostres cossos, els nostres drets

Violència psicològica en la parellaⁱⁱ

Informació per al professorat

El maltractament psicològic consisteix en comportaments, paraules verbals o escrites i gestos que atempten contra la dignitat de la persona o la seua integritat. Les accions que desqualifiquen, menyspreen o rebutgen una persona, o el que aquesta fa o diu, constitueixen maltractament. Veurem, llavors, que el maltractament psíquic és més comú del que creiem. Ho podem observar en els estadis de futbol, en els patis dels col·legis, en els debats polítics, en algunes relacions de pares i mares amb els seus fills i filles, i en les relacions de parella, en les quals se substitueix la relació de confiança i amor per la manipulació que busca ensinistrar les altres persones d'acord amb els interessos propis.

Les persones que exerceixen maltractament psicològic ho fan, a vegades, perquè elles se senten insegures i han desenvolupat l'hàbit de sotmetre altres persones per a mantindre el poder i el control. Només rebaixant les altres es creuen importants i se senten poderoses. Les altres són enemigues a qui destruir. Tot indica que la seua autoestima s'erigeix sobre la infraestima de les altres. D'aquesta manera, desqualificant altres es qualifiquen elles. Per tant, els comportaments d'aquestes persones consistiran en: aïllar, desacreditar, fer bromes humiliants, provocar, mentir, deformar la informació, culpar les altres, enfrontar unes persones amb altres i, en definitiva, imposar la seua autoritat, el seu capritx o els seus desitjos per damunt del respecte i dels drets de les altres

persones. Aquest maltractament és comú en les relacions de molts homes amb les dones.

Hi ha diverses maneres de maltractament psicològic, entre les quals esmentarem les accions següents, que descriu molt bé Marie-France Hirigoyen.ⁱ

1- Desqualificant:

- no mirant les persones quan parlen o dirigint-se a elles com si no existiren o no foren importants,
- parlant d'elles en tercera persona com si no estigueren davant o utilitzant la forma impersonal,
- realitzant bromes, burles o sarcasmes com a forma de comunicació més freqüent; "no és més que una broma...",
- emetent judicis per a demostrar o fer la impressió que es coneixen millor les coses,
- parlant fredament entre dents, a distància i no mirant la persona, com si no estiguera.

2- Desacreditant:

- ridiculitzant la forma de vestir, parlar o gesticular,
- humiliant-la intencionadament mitjançant malnoms, gestos o actes que la conduïsquen a l'error per a criticar-la o rebaixar-la,
- insinuant dubtes en l'auditori sobre l'altra

persona; "no sé si te n'hauràs adonat, però tal persona..."

3-Aïllant-la d'altres persones:

- no se les escolta ni es parla amb elles,
- es parla malament de les seues amistats amb la intenció que trenque amb elles,
- es provoca gelosia o enveges conscients,
- s'oculten informacions,
- es fa al·lusió a elles sense donar-los el missatge directament o sense acabar la frase; "hi ha algú que...", "alguns pensen que...",
- es fan insinuacions o silencis per a crear malentesos,
- es diu una cosa i després es rectifica per a sembrar el dubte,
- es fan generalitzacions en la comunicació davant d'elles.

1- Utilitzant provocacions:

- es riuen i es fan bromes sobre els defectes físics o els punts dèbils d'aquesta persona,
- se la menysprea a fi de provocar actituds agressives en ella i així poder dir després, per exemple, que està boja.

2- Culpabilitzant:

- quan no s'assumeix la responsabilitat del que es diu, se sent o es fa i es pensa que

ⁱ HIRIGOYEN, Marie-France, 2001, *L'assetjament moral. La violència perversa en la vida quotidiana*, Edicions 62, Barcelona.

ⁱⁱ ALTABLE, Charo (2017)

Els nostres cossos, els nostres drets

la culpa de la nostra reacció sempre la té l'altra persona.

3- Desprestigiant:

- s'imposa l'autoritat sobre les altres persones,
- es dóna la impressió que es coneixen millor les coses,
- es fan discursos autosuficients on es demostra a l'altra persona que ja se sap el que passarà.

4- Amenaçant:

- s'utilitza un llenguatge de frases condicional, autoritari i exclouent d'un altre tipus d'actuació; "si em portes, fas o dius tal cosa llavors jo et donaré...", etc. "Si em denuncies et mate" o "aguanta't amb les conseqüències". Aquest tipus d'accions solen donar-se entre els estereotips més forts d'agressor i víctima, però també sol ser freqüent en altres nivells de relació, encara que en grau menor. Les amenaces són un atemptat a la integritat psíquica.

Efectes del maltractament

És important observar si existeixen situacions de maltractament o no per a poder actuar sobre aquestes, encara que no és tan fàcil observar-les, ja que moltes situacions de maltractament estan normalitzades i per tant es tornen invisibles de tan freqüents com són. Necessitem utilitzar conscientment l'observació per a poder diagnosticar-les i poder establir un altre tipus de relacions mitjançant la pràctica dels bons tractes, ja que els efectes perniciosos de la violència es fan sentir en totes les persones, tant si són víctimes, com agressores o espectadores.

Efectes en les víctimes

En les víctimes els efectes de la violència es fan sentir sobretot en el sentiment de culpabilitat, impotència i frustració que condueix moltes vegades al silenci, per por de denunciar davant de les amenaces que pateixen si ho fan. Produeixen a més una por de ser diferents, i es perd la confiança en si mateixes com a persones capaces, la qual cosa sol produir una gran depressió.

Alguns dels efectes més visibles són *l'aïllament, l'autoestima baixa i la timidesa*, que poden conduir la víctima a sotmetre's a les normes imposades per qui agredeix, ja que es concedeix més raó i credibilitat a l'altra persona que a si mateixa. En el cas del maltractament o violència contra les dones, la dona concedeix més autoritat a l'agressor que als seus propis sentiments i opinions. Aquest fet està reforçat per la mateixa societat, que concedeix més valor al que fan i opinen els homes que exhibeixen una masculinitat acordada amb l'arquetip viril agressiu. La dona s'acostuma a cedir "per amor", a callar perquè l'altre "no munte un escàndol" o "no s'enfade" i, en definitiva, a supeditar el seu desig al de l'altre. Els efectes del maltractament sobre les dones constitueixen un model paradigmàtic del que pot ocórrer a les aules. Podem veure'n els efectes si observem els símptomes produïts per l'acumulació de qualsevol tipus de maltractament psíquic, com ara la confusió psíquica, la falta de confiança en si mateixes, la dificultat en l'autoafirmació, la depressió permanent, la por i vergonya que porta a no voler denunciar ni parlar-ne i, com a casos més extrems, la malaltia mental o el suïcidi.

La violència psicològica, vaja o no acompanyada de violència física, actua amb el temps. És un dany que es va accentuant i consolidant amb el temps. Com més temps persistisca, major i més sòlid serà el dany. Perquè el maltractament psicològic es produïska, és necessari, per tant, temps. Temps en què el botxí assetge, maltracte o manipule la seua víctima i arribe a produir-li la lesió psicològica. Aquesta lesió, siga quina siga la seua manifestació, és deguda al desgast. La violència, el maltractament, l'assetjament, la manipulació produeixen un desgast en la víctima que la deixa incapacitada per a defensar-se.

La violència psicològica té mil cares. Algunes són òbvies, altres, pràcticament impossibles de determinar com a tals. Però totes les formes de maltractament i assetjament psicològic deixen la seua seqüela.

Tot maltractament i tota violència són abans que res psicològiques, fins i tot aquelles accions que no són condemnables en l'àmbit jurídic però que destrueixen enormement la persona, ja que no es reconeix l'altre com un semblant a qui cal escoltar i amb qui dialogar o pactar. En la violència no hi ha diàleg ni escolta del diferent, sinó que es tracta de dominar i impedir que l'altra persona s'expressi, ja que no se la reconeix com "una igual" i se li nega així la pròpia integritat com a subjecte. Es creu, a més, que l'altra persona ha de cobrir les nostres necessitats i completar-nos, com si fóra la nostra mitja mitat, però no pot completar-nos perquè som éssers complets amb carències, de les quals ens podem fer responsables i, sabent-nos éssers necessitats, interactuar amb les altres persones en igualtat i amb respecte, donant, rebent i pactant.

Els nostres cossos, els nostres drets

Els masclismes quotidians (micromasclismes)ⁱ

Informació per al professorat

Ens sorprenem dels assassinats masclistes, però la violència no és qüestió només d'un moment sinó que s'estén i es prepara en petits detalls de maltractament continuat que són els micromasclismes quotidians, que s'estenen en totes les relacions, entre homes i dones i entre homes. Constitueixen en la seua llarga durada una gran violència psicològica que prepara el camí per a altres violències majors.

Lluís Bonino* i Marie France Hirigoyen** diuen que la violència s'estén subtilment per mitjà del que anomenen els micromasclismes quotidians, de l'ordre del "micro", del capil·lar, el quasi imperceptible, la qual cosa està en els límits de l'evidència, que es fan quasi invisibles de tan freqüents com són, i que preparen el camí per al maltractament greu perquè en si mateixos ja són maltractament. En són alguns exemples:

- *La no participació en les qüestions domèstiques en igualtat de condicions* i la delegació de l'atenció de les persones i de les relacions (una part la fan els homes i tres les dones, en les últimes enquestes) que fa que l'home i la societat no reconeguen tota la importància d'aquest treball. L'home pot ser molt amable però disposa de més temps per a realitzar les seues coses, els seus projectes o estudis, o per a l'oci. Es roba així l'espai que podria tindre la dona per a dur a terme altres projectes o desitjos seus o per a gaudir de més descans. Això cal veure-ho com una *violència per omissió*.

- *La poca intimitat* que es manifesta en la dificultat d'expressar les pròpies emocions, aïllant-se en el seu món, guardant silenci i no compartint els seus dubtes i problemes, la qual cosa fa que les dones presten una atenció desmesurada a aquest silenci, que passa així a ocupar un gran espai imaginari: "què pensarà, què sentirà, qui seré per a ell?"
- *Preferir els homes* per a determinats treballs, sense mirar capacitats.
- *Fer judicis diferents per a comportaments semblants*, afavorint els homes.
- *La tolerància cap a la transgressió que fan els homes de les normes socials*, la velocitat o l'agressivitat, entre d'altres, la qual cosa fa que dones i homes vegem aquests comportaments com si foren naturals, i que es prepare així el terreny per a exercir l'abús i suportar-lo.
- *El control* amb el qual s'intenta posseir, dominar i imposar la forma en què s'han de fer les coses i la manera de pensar. Així es controlen sobretot les amistats, els diners, les opinions, els comportaments i el temps i forma d'oci, tant de la vida familiar com social.
- *Les desqualificacions i comparacions*, amb el consegüent aïllament de la dona de les seues amistats, de la vida laboral i d'altres ocupacions socials i lúdiques, a fi que se

centre en l'home i en la família, no siga massa independent i pugua estar a la seua disposició.

- Més exemples de micromasclismes, entre molts altres, serien el silenci, la insistència abusiva, l'ús expansiu de l'espai físic, el paternalisme i la maternalització de la dona, construïda en la seua socialització, que fa que aquesta trasllade el tipus d'amor maternofilial a l'amor de parella.

Aquests micromasclismes preparen el camí per a altres violències majors que condueixen als maltractaments psíquics i físics. Vegem alguns d'aquests comportaments:

- Actes hostils creixents, mirades de menyspreu, distància, xicotets insults i atacs verbals que constitueixen una violència perversa i un verdader assetjament moral.
- Pressió econòmica que intenta arrabassar a l'altra persona la seua autonomia.
- Vigilància, persecució i assetjament per telèfon.
- Gelosia patològica que prové d'una tensió interna, d'un desig de posseir totalment l'altra persona, a la qual s'exigeix una presència exclusiva, i d'un model de masculinitat que necessita mostrar control i poder sobre les dones i viu com una humiliació la llibertat de la parella.

* BONINO, Luís, 2008, *Micromachismos -el poder masculino en la pareja "moderna"*. Comp. LOYOZA, José. A. i BEDOYA, J. C. Edició electrònica de Chema Espada <http://vocesdehombres.wordpress.com/>

** HIRIGOYEN, Marie-France, 2006, *Mujeres maltratadas, Los mecanismos de la violencia en la pareja*, Paidós, Barcelona.

i ALTABLE, Charo (2017)

Els nostres cossos, els nostres drets

- Desvaloracions quant a les pròpies amistats, família, treball o interessos, que ataquen l'autoestima, juntament amb actituds i gestos desdenyosos, paraules iròniques feridores i frases despectives que neguen emocions i opinions de l'altra persona.
- Humiliacions que tracten de ridiculitzar, i que provoquen una ruptura de la identitat i una baixa autoestima.
- Actes d'intimidació, amenaces i xantatges, com el suïcidi, que infonen por i sentiment de culpa.
- Per això és necessari treballar en grups d'adolescents i joves, educant-los perquè no consenten ni exercisquen la més mínima violència física o psicològica. Els aspectes prioritaris que han de treballar-se són els següents:
 - Ensenyar relacions justes, que no siguin de domini-submissió sinó de bon tracte, diàleg i respecte de l'alteritat.
 - Treballar altres models de masculinitat que no requerisquen la força, l'agressivitat i el domini sinó el respecte i escolta d'altres persones diferents.
 - Mostrar relacions sentimentals i sexuals que no afavorisquen la imposició del desig masculí, que pareix agradar sempre a les dones, sinó que promoguen el diàleg entre desitjos i emocions diferents.
 - Revalorar el fet d'afirmar-se sense dominar, però marcant límits als comportaments irrespectuosos que desvaloren o no reconeixen la dignitat de cada persona.
 - Enumerar els maltractaments per a aprendre a reconèixer-los.
- Reforçar els espais de relació i amistat per a evitar l'aïllament.

Finalment, si no volem que s'instauren comportaments violents, és necessari treballar amb totes les persones que pateixen o exerceixen violència, siguin agressores, víctimes o espectadores, ja que els testimonis poden ajudar les víctimes posant límits a qui agredeix o bé a aquells que amb la seua omissió permeten la violència.

Els nostres cossos, els nostres drets

El poder i el control simbòlic en la relacióⁱ

Informació per al professorat

La sexualitat és una metàfora que representa a escala íntima la desigualtat o el desequilibri de poder que es dona en els altres àmbits socials. Així, les relacions afectives i sexuals, a més de constituir una part fonamental en la definició de la identitat adolescent, no són només una qüestió privada sinó una qüestió social i política.

Tindre o exercir poder significa aprofitar-se dels "arguments clau del discurs dominant" per a condicionar les relacions sexuals, de manera que les persones es veuen pressionades a actuar, no d'acord amb els seus propis desitjos sinó d'acord amb el que determina l'estereotip, el discurs dominant o qui ostenta el poder. Aquest poder es pot exercir mitjançant la força, amb les paraules o sense elles, sovint a través de la naturalització d'uns determinats comportaments que configuren les nostres expectatives (el que esperem de nosaltres, de l'altra persona, de la relació...). L'adopció d'un rol determinat dins de l'estructura de poder no sempre és conscient. De vegades, la naturalització esdevé un manament que anestesia la reflexió i l'elecció pròpia. I és que quan algun comportament es considera natural, no es qüestiona perquè se suposa que les persones no hi poden fer res.

Un exemple d'aquesta naturalització és el tòpic comunament acceptat entre els i les adolescents (i també entre la gent adulta) que els xics són molt sexuals, que sempre estan a punt i que no es poden controlar. Els/les adolescents ho resumeixen amb una frase ben simple: "ells

sempre volen (sexe) i elles sempre poden".

L'acceptació d'aquesta premissa significa donar per vàlids com a mínim tres fets més que qüestionables: que les xiques tenen el poder, ja que elles són les que decideixen si volen sexe o si no en volen; que les xiques no estan necessitades sexualment, i que els xics no són responsables de controlar ja que és missió de les xiques fer-ho per ells (Megías, Rodríguez et al., 2005).

Primer de tot, el teòric poder de decisió de les dones no ho és tant perquè es veurà limitat per l'estereotip. Si no controlen prou, són vistes com unes fresques, epítet prou més suau que els que en realitat reben. Si controlen massa, són considerades unes estretes. I si inicien o participen en el joc de la seducció però aquesta no acaba amb l'encontre sexual esperat pels xics, són unes provocadores. Pel que fa als barons, en general se senten còmodes amb la "cessió" d'aquest poder, ja que és prou còmode no haver de controlar. A més, la seua sexualitat "desbocada" està ben vista i és fins i tot socialment celebrada.

Amb tot, en les relacions sexuals, totes les parts senten que arrisquen coses i la sensació de vulnerabilitat és habitual. De vegades, percebre la vulnerabilitat de l'altra persona és una esclatxa a través de la qual exercir poder. El principal temor dels xics és no donar la talla. Els de les xiques, no ser atractives i patir en una relació emocional (ser enganyades i

manipulades). Les inseguretats dels xics se solucionen amb experiència. Les de les xiques, no tenen tan fàcil solució.

Els desitjos dels xics, el seu dret al plaer, són incontestables. Així, seguint l'estereotip, les xiques hauran d'atendre aquest desig i una de les seues pors és defraudar. Però si accedeixen a tindre sexe, hi ha el perill que els xics perden les ganes perquè, no ho oblidem, vèncer la resistència femenina manté l'interés i dona poder als xics. A més, per als xics hegemònics, les xiques "fàcils" poden interessar per a encontres ocasionals, però no com a parella. Per tant, el perill d'accedir a tindre sexe és gran. Tanmateix, si les xiques diuen que no, poden perdre també l'oportunitat relacional ja que la desvinculació emocional amb què els xics poden viure la sexualitat fa que l'objectiu es desvie fàcilment cap a una altra direcció.

En quines condicions exerceixen les xiques el seu suposat poder? La vulnerabilitat en la qual l'estereotip situa les xiques en la relació sexual és gran. Per una banda, ja ho hem dit, han d'entrar en el joc de la sexualitat i controlar en la justa mida, però no tenen permés prendre la iniciativa. El temor a defraudar i a ser defraudades, la por a la infidelitat, i la pressió del grup d'iguals, molt més severa amb elles que amb els xics, acaben de completar el quadre. Els barons són (i poder ser) irresponsables. A elles, no se'ls permet. El poder de decidir que suposadament tenien és una

ⁱ Font: MEGÍAS, I, RODRÍGUEZ, E. et al. (2005). Jóvenes y sexo. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción. Injuve. Estudi a partir de grups de discussió i entrevistes amb joves de 15 a 19 anys de la Comunitat de Madrid i de Catalunya.

Els nostres cossos, els nostres drets

càrrega, ja que tot i ser elles les que decideixen, si no ix bé, també en seran les culpables.

El rol de portar la iniciativa en la relació sexual forma part de la pressió social i del comportament que s'espera dels xics, i no cal dir que els que no són decidits, seran marginats. El rol de posar el fre correspon a les xiques, i si no compleixen el manament i prenen la iniciativa de la relació sexual, s'arrisquen també a la marginació. A les dificultats afegides que tenen les xiques de comportar-se adequadament segons el rol tradicional, el que Megías i Rodríguez conclouen després de l'estudi amb joves d'ambdós sexesⁱⁱ és que elles creuen que són els xics els que trien el seu objectiu i, fins que ells no els diguen clarament que són les "elegides", dubtaran de si el seu físic és adequat o prou atractiu perquè es fixen en elles. No cal dir que esperar que la persona que ens agrada prenga la iniciativa no és una posició gens fàcil.

Sovint es diu que les xiques solen preferir com a parelles els xics hegemònics; però també és cert que els no hegemònics no necessiten demostrar la seua masculinitat amb les conquestes, i en general no solen perseguir les xiques com sí que ho fan els més tradicionals. Així, si les xiques no poden prendre la iniciativa i els xics amb els quals possiblement tindrien relacions més igualitàries no aconsegueixen el rol actiu, els "triomfadors" són sempre els models hegemònics tradicionals.

D'altra banda, les relacions ocasionals solen ser més arriscades per a les xiques que per als xics. Ja hem dit que per als xics hegemònics, les xiques fàcils no interessen com a parella. Però a més, els xics que segueixen l'estereotip

declaren que en aquestes relacions ocasionals no els importa el plaer de la parella, només el seu. Tanmateix, la pressió també es dona en les relacions estables. Les xiques de vegades ometen les crítiques o la insatisfacció per a no ferir les seues parelles ("*que no es pense que no ho fa bé, pobret!*"), i en ocasions mantenen relacions sense ganes per no defraudar les expectatives dels xics ("*lo típic, perquè no es mosquege*"). Dir que no, les sotmet al risc de perdre la relació o d'haver de suportar uns nivells de pressió que no sempre estan disposades a aguantar.

En general, les xiques busquen relacions duradores, d'una banda, per la sobredimensió del romanticisme que la socialització diferenciada els posa al damunt, però de l'altra, perquè probablement la parella és l'únic escenari que els ofereix unes mínimes garanties per a no patir emocionalment i per a viure un sexe de major qualitat que en una relació esporàdica. Amb tot, mentre els estereotips de gènere, l'androcentrisme, el masclisme... segueixen marcant les persones i els seus vincles, la relació heterosexual de parella no serà l'espai igualitari en el qual desenvolupar la sexualitat, el plaer femení i els afectes.

ii MEGÍAS, I, RODRÍGUEZ, E. et al. (2005). Jóvenes y sexo. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción. Injuve. Estudi a partir de grups de discussió i entrevistes amb joves de 15 a 19 anys de la Comunitat de Madrid i de Catalunya.

Els nostres cossos, els nostres drets

Promiscuïtat i gelosiaⁱ

Informació per al professorat

La promiscuïtat masculina és socialment vista com a positiva i es pensa que els hòmens heterossexuals i homosexuals són infidels per naturalesa. Pel que fa a la gelosia, les xiques han d'estar vigilants i ser més geloses que ells perquè ells han sigut educats per a estar disposats a tindre sexe sempre i, si no el tenen, és perquè altres xiques els han dit que no.

Que les xiques siguen les que s'acosten a altres xics, serà considerat una gran ofensa perquè elles són les que han de controlar. Així, la consideració de la infidelitat i de la gelosia serà diferent per culpa de l'estereotip. Si un xic desitja altres dones, no es considera infidelitat perquè és el normal. En canvi, si una xica desitja altres hòmens, només que s'hi acoste a alguna situació una mica procliu, ja estarà sent infidel, perquè si vol sexe el tindrà (Megías, Rodríguez et al., 2005).

D'aquesta manera, assumir que ells sempre volen sexe situa la dona en la sospita constant. Per això elles hauran de ser sempre prudentes si no volen provocar "la incontrolable naturalesa" masculina. Com que la dona ha de saber i acceptar que l'home és *dèbil* i que no es pot controlar, si inicia o li segueix el joc de la seducció estarà "provocant" i, per tant, serà la responsable del que passe. Així, per a la visió patriarcal del món, ells mai en són responsables i, en general, no existeix culpa en el comportament masculí, sinó acceptació de la inevitabilitat de la seua naturalesa. El control, la

responsabilitat i la culpa són cosa de les dones, que mai estan segures de si controlen prou, de si donen peu als xics a pensar que elles volien sexe, de si controlen massa i aleshores poden perdre'ls, etc.

Per a mantenir la fidelitat, no hi ha prou a confiar l'un en l'altre. La confiança de la qual parlàvem en altres apartats d'aquest treball, no casa amb la gelosia. I sense confiança en l'altra persona, elles i ells han de **marcar el territori** perquè ningú s'hi acoste. L'home ho fa controlant que la resta d'hòmens no s'acosten a la xica, en la vida real i en la realitat virtual, però continua sense deixar perdre cap oportunitat sexual. Per la seua banda, les dones han de controlar les altres xiques (depredadores) que podrien aprofitar-se de la "debilitat" del seu xic. Un feinada enorme que no fa més que allunyar els seus protagonistes d'unes relacions sanes i lliures.

ⁱ Font: MEGÍAS, I, RODRÍGUEZ, E. et al. (2005). Jóvenes y sexo. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción. Injuve. Estudi a partir de grups de discussió i entrevistes amb joves de 15 a 19 anys de la Comunitat de Madrid i de Catalunya.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.1. Poder, domini i control (visualització) EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Vincles](#)

[#Escolta](#)

[#Bon tractament](#)

[#Dinàmica corporal \(visualització\)](#)

[#Maltractament](#)

Desenvolupament

Es tracta de visualitzar situacions en què hem sentit en el nostre cos relacions de poder, domini o control. Convé realitzar prèviament una relaxació i respiració amb els ulls tancats i una música tranquil·la. Després de la visualització es realitza una comunicació per parelles, insistint en el fet que quan una persona parla, l'altra escolta respectuosament, sense interrompre i sense jutjar o interpretar. És un exercici també d'escolta i pràctica del bon tracte. Finalment, acabaran amb una comunicació entre dues parelles i un debat en el grup-classe. Cal insistir en el fet que cada persona parla voluntàriament del que vulga comunicar.

Qüestionari

1. Tanca els ulls. Posa't en una situació còmoda perquè la columna estiga ben recolzada, relaxa la mandíbula i respira lentament i profundament.
2. Visualitza alguns moments de la teua vida, des de la infància fins ara, en els quals hages sentit que exercien poder o domini sobre tu. Què va ocórrer? Recorda com et senties en aquella situació. Com vas reaccionar?
3. Visualitza ara algunes situacions en què tu hages exercit poder, domini o control sobre altres persones. Com ho vas fer? Com et senties? Saps què va sentir l'altra persona?
4. Visualitza ara una situació igualitària, en la que no tenies poder ni l'exercien sobre tu. Era una relació de confiança en què vas sentir que tenies llibertat per a dir i expressar allò que pensaves i senties. Respira aquesta situació i fixa't en com et sents.
5. Tria una persona per a compartir aquesta experiència. Parleu dels vostres sentiments en cada una de les situacions. Després trieu una altra parella i poseu en comú les vostres experiències.
6. Debat general en tot el grup.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.2. Poder, domini, control i submissió (escenificació) EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Dinàmica corporal](#)

[#Vincles](#)

[#Bon tractament](#)

[#Maltractament](#)

Desenvolupament

1r. Temps

Formar parelles amb les persones amb qui sentiu confiança. La meitat de la classe pot fer el paper d'observació. L'altra meitat formaran parelles. Si hi ha poc espai, hi ha prou amb tres parelles. Es col·locaran les parelles davant, formant dues files. La fila A representarà el rol de persones dominants, fent gestos amb un braç estès i apuntant amb el dit índex cap amunt, cap avall, a la dreta, a l'esquerra, donant voltes, etc. L'altra fila, B, representarà el paper de persones submises que segueixen amb el cap, els ulls i el cos els moviments del dit índex de la parella. Si el dit va cap avall, el cap, la mirada i el cos han d'anar cap avall; si dona voltes, ha de seguir amb el cos i la mirada al braç de la persona de la fila A. Les persones de la fila A sempre tenen els braços i el dit polze estesos, i es desplacen lliurement per la sala durant l'exercici: amunt, avall, dreta, esquerra, caminant, gatejant, deixant que els seus cossos s'expressen lliurement i amb creativitat, i sempre mantenint la mà dreta estesa cap a la cara de la seua parella. Les persones de la fila B obeeixen les indicacions i han de seguir els moviments de les persones de la fila A, mantenint la distància sempre, sense allunyar-s'hi o acostar-s'hi massa.

La distància que els separa és la del braç. Tot ha de fer-se amb gestos, sense paraules. Pot sonar una música o no.

2n. Temps. Canvi de rols

Les persones de la fila B jugaran el paper de dominants, i les de la fila A faran el de submises.

3er. Temps. Relacions d'igualtat i confiança

La fila A i la fila B treballaran conjuntament intentant crear un gest corporal que no siga de poder ni domini, sinó que expresse una relació d'igualtat, una relació justa de confiança.

4t. Temps. Verbalització i debat

Les persones que han actuat expressaran el que han viscut, sensacions, emocions, records, etc. Primerament ho faran les persones de la fila A, després les de la fila B, i finalment les persones observadores diran el que han sentit i les impressions que han tingut. Amb tot això es farà un debat. Una persona de les observadores donarà la paraula per torn a qui vulga parlar. Una altra farà de secretària, deixant per escrit allò que s'ha sentit per totes les persones que han escenificat l'exercici i allò que s'ha expressat en el debat.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.3. Ells sempre volen, elles sempre poden 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Masculinitat\(s\)](#)

[#Feminitat\(s\)](#)

[#Vincles](#)

[#Rols de gènere](#)

[#Desigualtat](#)

[#Educació sexista](#)

Desenvolupament

Llegiu la transcripció de les entrevistes a joves de 16 a 19 anys, que tracten diversos temes (les pors de les xiques, les opinions dels xics sobre les xiques que els ho posen fàcil...). Subratlleu les frases que us criden l'atenció i comenteu-les per parelles.

[El professor/a escriu les frases en targetes o en papers separats i les posa en una bossa. L'alumnat va eixint d'un en un al centre i en trau una cada vegada. La persona que té la tarja la llig en veu alta i exposa la seua opinió al grup; la resta aporta la seua opinió.]

D'acord o en desacord?

- Els xics no es poden controlar sexualment; les hormones controlen per ells.
- Les xiques són menys sexuals que els xics.
- Les xiques no poden dir que no quan ja han començat una relació sexual.
- Les xiques no poden dir que no quan ja ha

començat la relació coital, encara que els moleste la penetració.

- És normal tindre sexe sense ganes perquè la parella estiga contenta.
- Les xiques tenen el poder en la relació sexual perquè elles són les que accepten o rebutgen.
- Un xic de veritat sempre aprofitarà una ocasió sexual.
- Els xics tenen el poder en la relació sexual perquè poden destruir la reputació d'una xica després de tindre sexe amb ella.
- Els xics tenen dret a pressionar per aconseguir sexe.
- Les xiques es poden controlar sexualment.
- Les xiques són molt difícils de complaure sexualment.
- Els xics són molt fàcils de complaure sexualment.
- La majoria de les xiques no es masturben.
- La majoria de xiques que es masturben ho fan sense penetrar-se.
- Els xics busquen sexe i les xiques una relació.
- En les relacions sexuals, les xiques arriben més que els xics.
- Els xics no suporten que les xiques porten la iniciativa de la relació sexual ni que tinguen experiència.

- L'anticoncepció és responsabilitat de les xiques, ja que són elles les que es queden embarassades.
- Les xiques que accedeixen a tindre sexe a la primera amb un xic són unes "guarres" i mereixen no ser respectades.
- Anar de prostitutes és una bona pràctica per a ser millor en les relacions sexuals. Les xiques haurien de fer-ho també.
- Les xiques fàcils valen per a una nit però no com a parella.
- Els xics han de portar la iniciativa sexual.
- Les xiques són productes i els xics són els compradors. Ells estableixen els preus en funció dels seus gustos personals.
- Una xica no pot esperar gaudir en una relació ocasional perquè els xics són egoistes i no es preocuparan pel seu plaer.
- És normal que les xiques tinguen sexe sense ganes per complaure les parelles i que no les deixen.

Text. Fins i tot la més lletja lliga!

A

«—Normalmente suelen ser las tías las que se enrollan con el que quieren.

—Ya, ya. Eso es verdad.

—Es que es una putada, porque...

—¡Hay tías que son feas, que madre mía!

i MEGÍAS, I., RODRÍGUEZ, E. et al (2005). *Jóvenes y sexo*. Injuve. Estudi de la Fundació d'Ajuda contra la Drogoaddicció a partir de grups de discussió i entrevistes amb joves de 15 a 19 anys de la Comunitat de Madrid i de Catalunya.

Els nostres cossos, els nostres drets

—Cuando te bebes cuatro copas, ya a las feas las ves guapas y todo, ¿sabes?

—Sí. Eso sí.

—Hombre... ¡Guapas tampoco! Más normales.

—No, no. Yo te digo que las ves guapas.

—Y verlas al día siguiente y decir "¡Con esa!" ¡Joder tío... Joder!

—Estás en una fase que dices "a ver... me da igual... o sea."

—Sí, sí.

—Pues yo nunca me he liado así, con un feto, feto. Hombre... con más guapas, con más feas, pues sí. Pero...

—...siempre dentro de una media.

—Por eso se supone que siempre te enrollas con la que quieres, tío.

—Pues sí.

—O porque puedes.

—Suelen ser guapas.

—O con la que puedes.

—Eso está bien dicho.

—...siempre con la que quieres, no.

—No.»

(CHICOS, 16-17 AÑOS)

B

«—Tú cuando sales un fin de semana..., este fin de semana puede que pille, pero es que ellas si quieren, pillan ¿sabes?

—Es verdad, tienen todas las de ganar.

—Tú dices "bueno, voy a pillar" te lo tienes

que currar; ellas... "tú, hola..." No, en serio, las tías tienen una facilidad...

—Depende de las tías.

—Hasta la más fea liga, tronco.»

(CHICOS, 18-19 AÑOS, RURAL)»

C

«—Te lías con una piba, esa piba acto seguido, te está diciendo de quedar y tal... acabas perdiendo interés por ella, pero...

—Una tía que, de repente que no es difícil, que no se hace la difícil, por nada que haces ya está, ya la consigues... y luego, de repente, ya está venga que tal, venga que cual... ya te está... ya sabes... es que no... involuntariamente ya pierdes interés por ella. En cambio, una piba que se

hace de rogar, que pasa de ti...

—Que te da una de cal y otra de arena.

—...te bajas los calzoncillos ¿sabes? Te pica el amor propio y dices "a esta la consigo por cojones."»

(CHICOS, 18-19 AÑOS, PUEBLOS DE LA CAM)

D

«—Porque yo al año y medio empecé a ser el más cabrón, ¿sabes? y ella me lo decía, pero yo no lo veía, yo veía que la tenía ahí, tío... en la palma de la mano.

—Es que es eso, cuando ves que la tienes ahí, la puteas, cuando pasa de ti, te bajas los calzoncillos y hasta te da por culo la chica.»

(CHICOS, 18-19 AÑOS, PUEBLOS DE LA CAM)

E

«—Ahí hay presión también.

—Presión en la piba de a ver si la das caña o no.

—Eso es una competición.»

(CHICOS, 18-19 AÑOS, PUEBLOS DE LA CAM)

F

«—Pues al final nerviosa, porque no sabía si había hecho bien o había hecho mal, porque pensaba, mira ahora a lo mejor me va a dejar, y pensaba, y si me deja, y si lo cuenta a todo el mundo, nerviosa; pero después no, estuvimos hablando y bien.»

(6GE-17-CHICA)

G

«—Cuando tienes una pareja estable y estás segura de que al menos en un par de meses no te va a dejar, que veas que un poco de futuro tiene, si son dos meses, pues mira, no pasa nada, pero que sepas que no mañana mismo lo cuenta a todo el mundo y te deja, pues no, eso, cuando tengas una pareja estable, que tú estés segura de ti misma, y que confíes en tu pareja.»

(6GE-17-CHICA)

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.4. Estic perdent el temps amb tu? 2EBC

Nivells: 2n cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Consentiment

#Pràctiques sexuals

#Ficció

#Habilitats relacionals

#Pressió grupal

Desenvolupament

Mireu el vídeo "[Fiesta Pet](#)", fragment de la sèrie *Física o Química* on Cabano ha organitzat una festa pet ("Sólo es sexo", *Física o Química* 1x2).

Responen individualment o per parelles a les qüestions.

Debat amb el grup classe.

Qüestions

1. Tot el món ho passa bé a la festa? Qui no ho passa bé? Per què?
2. Explica les situacions on es pressiona per a tindre sexe. Què hauries fet tu?
3. Fixa't en els xics de la festa. Tots tenen sexe per gust? Per què es pressionen entre ells? Passa a la realitat?
4. Comenta el diàleg que mantenen Cabano i Paula en la festa:

Cabano - Joder tía, que subidón con las pastis, ¿eh?

Paula - Sí...

Cabano - Te estás portando de puta madre ¿Me la comes un rato?

Paula - ¿Tienes preservativos?

Cabano - ¿Para esto?, ¡tú flipas!; ¿qué quieres, comer goma?

Paula - Es que... no sé...

Cabano - Joder tía, con lo enrollada que parecías con Cova. ¡Dime que no estoy perdiendo el tiempo contigo! ¡Venga!

Paula - Pero... ¿yo te gusto?

Cabano - ¡Mucho!

5. Imagina que ets Cabano i Paula. Fes una representació de l'escena canviant tot el que consideres perquè els dos s'ho passen bé.
6. Escriviu frases de pressió (*Has de créixer, Tots ho fan, Jo controle...*) en cartolines. Després, barregeu-les i aneu llegint-les una a una i pensant bones respostes (assertives, respectuoses, no manipuladores...) per a defensar-se de la pressió.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.5. Fes-ho per mi 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Maltractament

#Violència masclista

#Vincles

#Rols de gènere

#Violència en la parella

#Consentiment

Desenvolupament

Llegiu el text de l'entrada de Karícies "[Fes-ho per mi](#)" i els comentaris deixats per dos alumnes de 4t d'ESO i per l'autora del blog, Rosa Sanchis. Després, responeu a les qüestions, individualment o per parelles. Podeu deixar el vostre propi comentari a l'entrada de Karícies.

Qüestions

1. Quina era l'actitud en la sexualitat que havien de tindre les dones durant el franquisme?
2. Has sentit alguna vegada frases com les que apareixen a l'entrada? Què et semblen? Creus que són majoritàries?
3. Què opines del debat que s'estableix entre Diego, Jaume i l'autora del blog?
4. Redacteu, per parelles, les recomanacions que faríeu ara per a educar les xiques i els xics del segle XXI (10 línies per cada sexe).

Text. Fes-ho per mi!

Aquesta era l'educació sexual que rebien les xiques durant el franquisme. A l'assignatura Economía Doméstica, se'ls deien aquestes coses:

"Recuerda que debes tener un aspecto inmejorable a la hora de ir a la cama... Si debes aplicarte crema facial o rulos para el cabello, espera hasta que él esté dormido, ya que eso podría resultar chocante para un hombre a última hora de la noche. En cuanto respecta a la posibilidad de relaciones íntimas con tu marido, es importante recordar tus obligaciones matrimoniales: si él siente la necesidad de dormir, que sea así, no le presiones o estimes la intimidación. Si tu marido sugiere la unión, entonces accede humildemente, teniendo siempre en cuenta que su satisfacción es más importante que la de una mujer. Cuando alcance el momento culminante, un pequeño gemido por tu parte es suficiente para indicar cualquier goce que hayas podido experimentar.

Si tu marido te pidiera prácticas sexuales inusuales, sé obediente y no te quejes. Es probable que tu marido caiga entonces en un sueño profundo, así que acomódate la ropa, refréscate y aplícate crema facial para la noche y tus productos para el cabello. Puedes entonces ajustar el despertador para levantarte un poco antes que él por la mañana. Esto te permitirá tener lista una taza de té para cuando despierte..."

(Economía doméstica para bachillerato y magisterio, Sección femenina, 1958.)

La llei educativa de 1938 establia que les assignatures que havien d'estudiar les xiques

eren: Formación Político-Social, Música, Labores, Cocina, Economía doméstica y Educación Física.

Aquestes frases reals són d'adolescents actuals:

- "Jo no m'enrotlle amb una tia sense depilar." (xic)
- "No li puc demanar el que m'agrada perquè pensarà que sóc un poquet guarra." (xica)
- "Jo no em masturbe; jo tinc qui em masturbe." (xic)
- "Fingisc els orgasmes perquè no se senta malament, pobret!" (xica)
- "No m'agrada el meu cos. Em trobe grossa. Així és difícil gaudir de la sexualitat." (xica)
- "Si et pilla una escalfada i no tens condons, doncs ho fas sense." (xic)
- "Si vol fer-ho, que pose casa; jo en un cotxe, no ho pense fer." (xica)
- "Els xics tenen la pitjor part en el sexe perquè han de fer tota la faena. Elles es queden parades i au!" (xic)
- "Si li dic que es pose el condó, s'enfada. I per no discutir..." (xica)
- "Jo ja ho sé tot del sexe; no necessite cap classe." (xic)
- "Ho fem sense condó perquè amb la gometa no se li empina." (xica)
- "Si jo tinc ganes i ella no, doncs que ho faça per mi." (xic)

Han canviat molt les coses?

Els nostres cossos, els nostres drets

Text. Comentaris de l'entrada

Jaume Marston i Diego Thomson

Bon dia,

Després de llegir aquesta entrada, ens hem vist obligats a comentar i no a soles perquè siga obligat sinó perquè hi ha moltes coses que cal revisar. Abans de rebre contestacions prematures de persones ofeses, volem demanar que es llisca tot el comentari de manera objectiva.

En primer lloc, caldria dir que aquest article de l'època franquista és una barbàrie contra la imatge de la dona, ja que no se li pot demanar que a soles faça gaudir el seu home en tots els sentits. No pot estar cada dia pendent de si en les seues relacions sexuals, el seu home és el que més està gaudint, como diu en la frase «Si tu marido sugiere la unión, [...] ten siempre en cuenta que su satisfacción es más importante que la de una mujer.» Tampoc pot estar sempre al seu servei i oferint-se tot en tot moment; si una dona vol fer-ho perquè li agrada, que ho faça, però si ho ha de fer per una llei (o siga, obligada) i sense que ella vulga, és injust. Si un home no té la obligació de fer-ho, una dona tampoc.

Per una altra banda, voldríem oposar-nos al que el text anomena «frases d'adolescents actuals». És cert que hi ha una part dels adolescents que és molt retrògrada i de pensaments antiquíssims, però també es veritat que hi ha una gran part dels adolescents (tant xics com xiques) que estan lluitant contra el franquisme i la misogínia des de fa molt de temps i és injust que a vegades, a tots els adolescents ens fiquen al mateix sac. Per posar un exemple, el meu company i jo MAI hem utilitzat una frase com les que es mostren a l'entrada.

En conclusió, hauríem de llevar l'idea que sempre l'home intenta anihilar la figura de la dona, cosa que és molt discriminatòria i injusta per a qui no ho fa i lluita per la igualtat. Feu-ho per nosaltres, els adolescents exclosos de l'entrada, no jutgeu així a tots.

Un comiat.

Rosa Sanchis

En referència al comentari de Jaume i de Diego i quan diuen:

“En conclusió, hauríem de llevar l'idea de que sempre l'home intenta anihilar la figura de la dona, cosa que es molt discriminatòria i injusta per a qui no ho fa i lluita per la igualtat. Feu-ho per nosaltres, els adolescents exclosos de l'entrada, no jutgeu així a tots.”

Hola Diego i Jaume, efectivament no tots els joves pensen igual; però una gran part d'ells sí. Per això aquestes frases estan destacades, ja que representen una part important dels pensaments de joves que mantenen idees del passat. Dit això, la diana de la vostra (i meua) queixa, hauria d'anar cap als xics joves que no són igualitaris i que es resisteixen al canvi, no cap a les persones que lluiten per visibilitzar la desigualtat. Tingueu en compte que el masclisme s'alimenta del que pensen els iguals, especialment els altres hòmens. Per això és molt potent que vosaltres, com a xics igualitaris, mostreu el vostre desacord amb ells. Aquesta és la manera més eficaç d'eradicar el masclisme, molt més que mil entrades que jo puga fer. Per això us anime a encarar-vos a aquestos xics que encara són masclistes per a dir-los que són una vergonya del passat i que haurien de deixar de banda una masculinitat tòxica que contamina.

Una abraçada 4.10.15

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.6. Amors que maten 2EBC

Nivell: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Maltractament

#Violència masclista

#Vincles

#Amor(s)

Desenvolupament

Llegiu el fragment de l'obra de teatre "Amors que maten".

Sinopsi: Òscar i Lídia ixen junts. Ella fa teatre però a ell no li agrada. En aquesta escena parlen després que ell li haguera pegat un colp de puny a l'ex de Lídia, quan aquest es va acostar a saludar-la.

Per parelles, subratlleu les frases que mostren la manipulació d'Òscar i com aconsegueix que finalment ella se senta culpable i accedisca a acomplir els seus desitjos.

[Recomanen al professorat la lectura de la píndola informativa "Els masclismes quotidians (micromasclismes)"]

Reescriuiu l'escena amb respostes assertives. Representeu-la davant de la classe les parelles que vulgueu.

Text. Fragment d'Amors que maten

(Trucada telefònica d'Òscar a Lídia)

Lídia- Hola.

Òscar- Hola princesa. (Pausa) Fa tant de temps que no et veig que ja et trobe a faltar? Què fas?

Lídia- Doncs, estic enfeïnada repassant el text.

S'acosta el dia de la representació i tinc molta feina a fer.

Òscar- (Pausa) Encara estàs enfadada per això d'aquest matí?

Lídia- Per aquest matí, no. Estic enfadada pel que vas fer ahir.

Òscar- Ja t'ho he explicat, entesos! No sé què més dir-te. Hauries d'estar orgullosa de mi.

Lídia- Óscar, per favor, li vas trencar la cara.

Òscar- Aquell inepte et va insultar davant meu. No em podia quedar amb els braços creuats.

Lídia- Podies pensar-t'ho millor abans d'actuar.

Òscar- Lídia...

Lídia- (Silenci)

Òscar- Lídia...

Lídia- Què?

Òscar- T'estime molt. I no vull perdre't. Sent el que he fet.

Lídia- Óscar, per què ho compliques tot?

Òscar- Perdona'm. (Silenci) Encara m'estimes?

Lídia- Ja saps que sí. Però no pots pretendre que se'm passe l'enuig tant ràpid. És que és molt fort el que va passar ahir, Óscar.

Òscar- Princesa...

Lídia- Què?

Òscar- He estat pensant amb tu tota la vesprada. M'agradaria que ens veiérem, i així... fem les paus.

Lídia- D'ací res entre a teatre.

Òscar- No tens ganes de veure'm?

Lídia- Sí que tinc ganes de veure't, babau. Però... hui no puc. He quedat amb el Cristian perquè ens toca passar l'escena davant del profe.

Òscar- No pots dir que estàs malalta?

Lídia- No li puc fer això al Cristian.

Òscar- Així ens veuríem...

Lídia- Ja ho sé, però he d'anar a classe, no puc faltar.

Òscar- Princesa...

Lídia- Óscar... No m'ho faces... No puc. Si faltara, no només jo eixiria perjudicada, sinó que el Cristian també n'ix perjudicat...

Òscar- Ja veig... És molt important per a tu, no?

Lídia- Doncs sí, ja saps que és molt important! A més, em costen molt aquestes classes. Em va costar molt que els meus pares em deixaren anar i no vull perdre-me'n cap.

Òscar- Ni tant sols per estar amb mi?

Lídia- Això no és just. Saps que sempre que puc estic amb tu.

Òscar- Sí, però hui et ve més de gust estar amb aquest tal Cristian.

Lídia- Va Óscar, no sigues pesat, quan isca de la classe et torne a telefonar.

Òscar- No tens ganes de veure'm!

Lídia- No és això, Óscar.

Els nostres cossos, els nostres drets

Óscar- Fes-ho per mi, no vages a teatre!

Lídia- Hi haig d'anar, i no se'n parle més! Per a tu també hi ha coses que són importants, no? No cal que ho fem tot junts encara que siguem nòvios. Tu tens els teus amics i jo els meus, és normal fer coses amb altra gent.

Óscar- Vaja, segur que això ho has après de la Jéssica.

Lídia- Què?

Óscar- Res, és igual, em telefonaràs després o també estaràs ocupada per parlar amb mi? (Amb to irònic)

Lídia- Ja t'he dit que et telefonaré.

Óscar- Tinc la sensació que no tens ganes d'arreglar res. Que no tens ganes de veure'm. Que tu ja estàs contenta amb el teu teatre, amb el teu Cristian i amb el teu ex. Que no em necessites per a res. Quantes vegades he deixat d'anar al taller per poder passar una estona amb tu? Em jugue molt deixant d'anar. I després he de fer molts favors. I ho faig per tu. Per ningú més.

Lídia- Óscar...

Óscar- Segur que aquest Cristian està més bo que jo, no?

Lídia- Home, no està malament, si et dic la veritat. Però ets tu qui m'agrada, no ell. Jo no vaig a les classes per ell. Vaig a fer teatre, ho entens?

(Pausa. L'Óscar no li contesta)

Lídia- Óscar, no sigues babau. Jo estic bé amb tu. No t'has de posar gelós. En els sis mesos que portem junts, no t'he donat cap motiu per desconfiar.

Óscar- Home...

Lídia- Mira, no tinc ganes de discutir, no tinc ganes ni temps.

Óscar- Clar, ara em penjaràs i jo em quedaré ací sense poder dir la meua.

Lídia- Estic fent tard al teatre. Serà millor que penge i després en parlem. Adéu doncs.

(Silenci)

Lídia- Què em sents?

Óscar- No deies que tenies tanta pressa. Per mi ja pots anar amb el teatre. Jo tant sols trucava per arreglar les coses. Però ja veig que no, que no hi ha manera. Fes el que vulgues. Ja veig que jo no soc ningú. Si més no, ningú important a la teua vida.

Lídia- No és això...

Óscar- Si, sí que ho és, Lídia. És que és així: tu sempre has de dir la teua, tu sempre tens l'última paraula i l'Óscar, a callar i escoltar... A més, des que estàs amb la Jéssica has canviat molt. Has canviat fins i tot la teua forma de vestir.

Lídia- Què?

Óscar- Doncs això, no m'agrada com vesteixes a vegades.

Lídia- Quan?

Óscar- Sempre portes coses ajustades.

Lídia- Ajustades?

Óscar- Sí.

Lídia- Óscar, és la roba de treball.

Óscar- I és necessari que vages així també pel carrer?

Lídia- Què?

Óscar- Que quan acaben les classes supose que tindreu vestidors, no?

Lídia- Sí, però...

Óscar- Però, què! Segur que tothom es canvia de roba i es posa més normal per anar pel carrer. Però tu no. Tu has d'anar provocant... com aquella amiga teua.

Lídia- Provocant?

Óscar- Sí, provocant!

Lídia- Hi ha dies que no em canvie precisament per no fer-te esperar.

Óscar- Per que m'ho fas, això?

Lídia- Fer què?

Óscar- Fer-me mal.

Lídia- Óscar...

Óscar- Millor serà deixar-ho per hui. Vés al teatre. Passa-t'ho bé. Ja arreglarem les coses quan vulgues. I ja ens veurem...

Lídia- Mira Óscar...

Óscar- Què?

Lídia- Com vols que ara m'ho passe bé, si les coses no estan bé entre nosaltres?

Óscar- I doncs, què proposes?

Lídia- Trobem-nos al portal. Al final ho has aconseguit... No aniré a teatre. Fins ara...

Óscar- Fins ara... Escolta... t'estime. No t'enfades...

Lídia- Ja!

Óscar- Fins ara, princesa.

Lídia- Fins ara.

(Pengen el telèfon)

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.7. No t'ha passat? 2EBC

Nivell: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Masclismes quotidians

Desenvolupament

Proposta 1. Vegeu i comenteu el vídeo resum "[¿No te ha pasado? Micromachismos](#)" i el vídeo "[¿No te ha pasado que...?](#)", aquest darrer protagonitzat per hòmens. Ambdós formen part del projecte [#AMiTambien. Historias de Micromachismos](#).

Al canal del projecte podeu trobar 13 vídeos que recullen testimonis de masclismes quotidians contats per les protagonistes. Per parelles o grups de 3 vegeu un vídeo diferent, preneu nota d'allò més significatiu, i conteu-ho a la classe.

Proposta 2. Vegeu i comenteu els vídeos del projecte [#AMiTambien. Historias de Micromachismos](#):

- [El dia que mi novio me llamó puta](#)
- [Con quién se habrá acostado para llegar hasta aquí](#)
- [Fíjate, ella aquí i sus hijos en casa](#)
- [Una xica que se desnuda en la playa no puede gestionar la educación de sus hijos](#)

[Podem fer l'activitat més completa fent que lligen un article del [Blog Micromachismos](#) (cada 2-3, tenint cura que no trien el mateix) i que en facen un xicotet resum o comentari.]

[El concepte "micromasclisme" ha estat criticat per una part del feminisme perquè sembla que minimitze la importància del

masclisme, en anomenar-lo micro. En el present treball, hem utilitzat en alguns casos el terme però preferentment utilitzem "masclismes quotidians"]

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.8. Jo en les relacions ho done tot 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Violència masclista

#Vincles

#Ficció

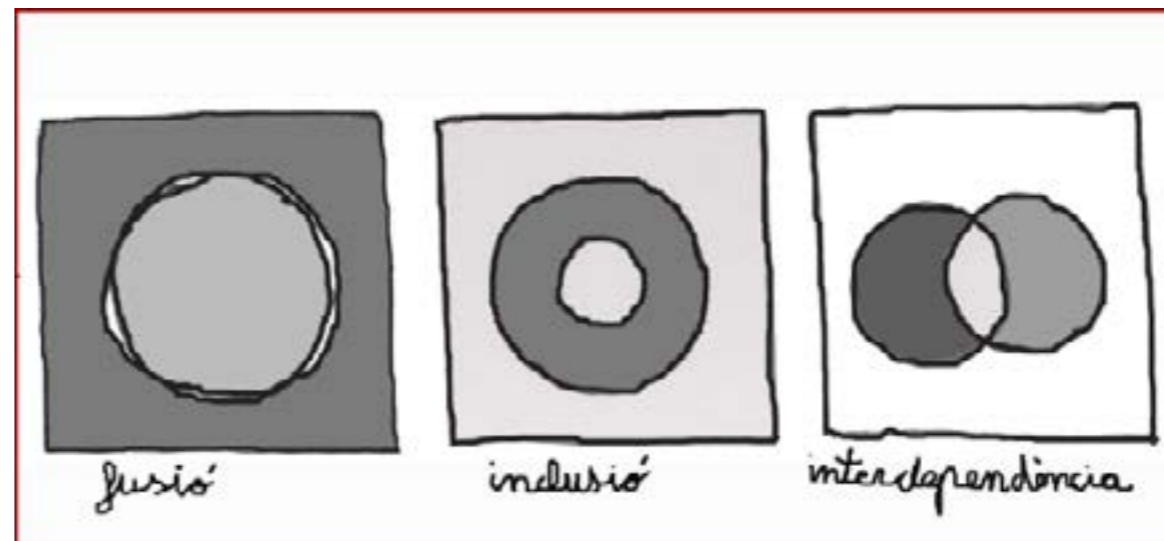
#Violència en la parella

Desenvolupament

Després de veure el vídeo de la sèrie Física o Química "Yo en las relaciones lo doy todo", responeu a les qüestions en grups de 4. Després, poseu en comú les vostres reflexions amb el grup classe.

Qüestions

1. Què vol Gorka que faça Ruth per ell? Et sembla una demanda raonable?
2. Quin tipus de relació creus que tenen Ruth i Gorka?
3. Imagina que ets un cercle i la teua parella un altre cercle. L'espai d'intersecció és el que desitgeu compartir. Quin seria el modelⁱ que representaria la teua parella ideal? Quin és el model que Gorka voldria tindre? I Ruth?
4. Llegeix el text: "Si es posa gelós, no pots ballar com vols". Subratlla les frases que et criden l'atenció i comenteu-les en xicotet grup o per parelles.
5. Estàs d'acord o en desacord amb aquestes afirmacions? Explica per què.



- La promiscuïtat masculina és natural; la femenina, no.
- Les xiques han de protegir les seues parelles de les "depredadores" perquè ells són dèbils i no es poden controlar.
- L'amistat entre un xic i una xica no és possible, especialment si aquesta té parella.
- Que un s'acoste a altres xiques, encara que tinga parella, és normal perquè ells són així. Però que una xica ho faça és quasi una infidelitat perquè és molt provable que aconseguisca sexe si és el que busca o que el xic se senta provocat.
- Els xics han de marcar el territori i no deixar que les seues nòvies vagen on

vulguen amb qui vulguen.

- Davant d'una infidelitat masculina, té més responsabilitat la xica que s'enrotlla amb ell sabent que té nòvia.
- Una xica infidel és una guarra; un xic infidel és un cabró per a les xiques (però un heroi entre els amics).
- La gelosia és una mostra d'amor. Si no ets gelós/a és que no t'importa la parella.
- És normal controlar el mòbil i les xarxes socials de la parella per a vigilar-la i que no siga infidel.
- Si el teu nòvio et demana que deixes de tindre amistats masculines virtuals perquè es posa gelós, és normal fer-li cas perquè no patisca.

ⁱ SANZ, Fina (1995). Los vínculos amorosos. Barcelona. Editorial Kairós.

ⁱⁱ MEGÍAS, I, RODRÍGUEZ, E. et al. (2005). Jóvenes y sexo. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción. Injuve. Estudi a partir de grups de discussió i entrevistes amb joves de 15 a 19 anys de la Comunitat de Madrid i de Catalunya.

Els nostres cossos, els nostres drets

Textos. Si es posa gelós, no pots ballar com vols

A

—Hay chicos muy celosos... hay otros chicos que sabes que tienen confianza, que hay confianza en ti y entonces saben que no vas a hacer nada, pero hay otros chicos que son muy celosos...

—Pero si te ve... (...)

—Pues yo si veo a mi novio, con una chica, ahí, riéndose...

—No me cabrearía con él, pero...

—“¡Qué guarra!” [RISAS] Pero bueno, como sé que... bueno, como yo sé que yo le tengo confianza, y yo sé que no va a hacer nada...

—No... Ya...

—Yo pienso que siempre...

—No, pero coges, te arrimas... Si ves que una chica está ligoteando con tu novio te arrimas, le das un besito y le dices: “hola, rica ¿qué tal?”

—La dejas más cortada... que vamos (...)—
Es que sí, va a ver que ir marcando territorio.

—Yo creo que los pibes llevan peor esas situaciones, cuando hablas con un chico.

—Sí.

—Es que es más normal que un... Bueno, ahora ya no tanto, pero son más vagos los tíos... Que van a una chica y empiezan a darle la coña, pero no a una tía que ves que a lo mejor... Yo veo que un chico... aunque me guste mucho físicamente, veo que está hablando con otra chica y ya me pienso que es su novia... No voy a estar ahí, detrás

suyo. A los tíos les da lo mismo, aprovechan a que vayan al baño y vienen a pedirte el teléfono.

—[RISAS]

(CHICAS, 18-19 AÑOS)

B

«—No, porque no puedes salir tanto de fiesta porque si no los chicos empiezan a mirar y se pone celoso, lo pasas mal tú y él, y no puedes bailar como quieres, cuando tienes novio es diferente, no te puedes soltar tanto.»

(6GE-17-CHICA)

C

«—Lo noto porque me mira mucho y me viene a saludar y qué tal y cómo te llamas y quiero bailar contigo y eso. Yo, por ejemplo, cuando voy al puerto me encuentro algún chico y hola qué tal, yo también soy un poco así, y si no me interesa mucho le trato como una chica y se confunden, de hecho siempre están confundidos, no saben diferenciar entre conocer una chica y tenerla como amiga y conocer a una chica y que quiera algo. Yo conozco a muchos chicos y sólo los quiero conocer como amigos. Y alguno dice, ah, tienes novio, pues déjame de hablar, ¿que dices?, así que estabas hablando conmigo porque querías algo.»

(8GE-18-CHICA)

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.9. Per tu canvie 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Vincles](#)

[#Ficció](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Després de veure el vídeo de la sèrie Física o química "[Por ti cambio](#)" i de llegir el text amb el mateix títol, busqueu un/a company/a i responeu a les qüestions. Després, busqueu una altra parella i compartiu les vostres opinions.

Qüestions

1. Què és la "tècnica del bonsai"? Pots posar exemples d'altres pel·lícules o sèries que conegues on s'utilitzi? Coneixes alguna amistat a qui li haja passat?
2. Quines són les fases de la violència? Quin efecte aconseguen en la víctima?
3. Mireu el vídeo que mostra, en forma de còmic, una relació tòxica "[Las historias de Greatspace](#)" (Federación de Mujeres Jóvenes). Aquest vídeo, com moltes de les campanyes antiviolència, està adreçat a les xiques (potencials i provables víctimes), no als agressors ni als amics o amigues dels agressors i de les víctimes. Quins serien els missatges d'una campanya semblant a aquesta adreçada als xics? I als amics dels agressors? [Si l'alumnat no disposa d'ordinador o dispositiu propi, el professorat anirà projectant el còmic i, en xicotet grup o per parelles, aniran escrivint els missatges adreçats als xics violents].

Text. Por ti cambio

"Yo en las relaciones lo doy todo." diu Gorka en Física o Química. "Y espero lo mismo de mi chica", afegeix. I amb aquesta frase pretén aconseguir que ella l'obeïsca, que renunciï al seu espai personal i no pose límits. Potser algú pensa que Gorka està molt enamorat ja que la vol per a ell sol; però en realitat el que ocorre és que ell està aprofitant el poder que li dona l'enamorament de Ruth per al seu exclusiu benefici.

Gorka té un problema i hauria de demanar ajuda; i els seus amics li haurien de dir que és un masclista, que Ruth no és de la seua propietat i que fins que no es cure de les seues inseguretats seria millor que no tinguera cap parella perquè de segur que la farà patir. I Ruth hauria de deixar-lo encara que l'estime, perquè el que ell li ofereix és un mal amor, i les persones es mereixen que les estimen bé.

Però clar, si fóra tan fàcil, ja fa anys que no existiria la violència. Malauradament, aquesta continua passant, cada vegada en parelles més joves que no tenen recursos per a saber que la violència no comença amb una bufetada, sinó que l'agressor utilitza estratègies que van minant les defenses de la víctima. Una d'aquestes estratègies s'anomena "tècnica del bonsai", i consisteix a anar tallant a poquet a poquet les arrels (amistats, família, aficions...) d'un arbre que podria créixer esplendorós, i que deixa la xica sola, anul·lada, dependent i amb por.

També és molt comú en una relació de violència que es donen les etapes següents: la fase de tensió (ell comença a enfadar-se), la fase d'explosió (esclata la violència) i la fase de lluna de mel (ell demana perdó, jura que canviarà, fa regals, és afectuós, etc.). I després una altra vegada, i una altra, fins que la víctima ja no sap de què depèn la violència, ni què pot fer per a evitar-la, i la por s'apodera d'ella.

Gorka porta a Ruth un regal molt apreciat per ella, però ho fa per aconseguir-ne el perdó. Per sort, ella pot veure que no ha canviat i que continua sent el mateix xic violent i possessiu de sempre. I és que ningú canvia d'un dia per a l'altre, i no hem de creure aquest tipus de promeses ni tampoc fer-les perquè per a canviar de manera profunda se sol necessitar, com a mínim, ajuda (psicològica) i un entorn que col·labore en el canvi.

El paper de les amistats de la persona violenta i de la víctima és molt important. Sol passar que la xica justifica les agressions i dona l'esquena a les amigues o a la família quan l'adverteixen dels perills. També ocorre que els amics dels violents no fan res per a ajudar-lo. Però la realitat és que si volem acabar amb la violència masclista, també nosaltres ens hem d'implicar, ajudant la víctima i no sent còmplices de l'agressor.

Si no pots evitar controlar, demana ajuda!

Si no pots posar límits, demana ajuda!

(Més entrades sobre violència masclista)

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.10. L'amor no existeix, són els pares EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Vincles](#)

[#Amor\(s\)](#)

[#Consentiment](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Llegiu el diàleg que mantenen Marta i Joan. Responen individualment les cinc primeres qüestions. Posada en comú grupal.

Després de la posada en comú, elaboreu (en grups de 3) una campanya contra la violència en la parella adreçada als xics en el format que elegiu (en paper, amb el mòbil...). [Si la fan gràfica, es pot col·laborar amb el departament de Plàstica.]

Habitualment, les campanyes s'adrecen a les dones i se'ls donen pautes o consells perquè s'allunyen de relacions violentes; però quasi mai s'adrecen als barons. És important reflexionar sobre aquest fet i transformar-lo, perquè aquestes campanyes transmeten el missatge que són elles les responsables de viure una relació violenta perquè no fugen o denuncien, i en canvi, es naturalitza la violència masculina.

A l'entrada de Karícies "[Ets un perill](#)" podeu veure un vídeo d'una campanya mexicana contra la violència de gènere adreçada a les dones, i un exemple de com seria aquesta si girara el focus i apuntara als barons, que són els que exerceixen majoritàriament la violència.

Text. Marta i Joan

Marta i Joan són a l'habitació de Marta. Ella està estudiant en el seu escriptori mentre ell, assegut al llit, mira les cridades de mòbil de Marta.

Joan- Carinyet, estimadeta... vine cap ací que hui estàs irresistible!!

Marta- Que no, Joan, que no puc...

Joan- Però per què...? Si saps que t'encanta!!

Marta- No..., tinc molta feina. He d'acabar el treball de Tecnologia i despús-demà hi ha examen de Llengua. Deixa el meu mòbil!

Joan- *(Ell continua mirant els missatges com si res)* Si tu aprofes sense estudiar, maleïda setciències... Ja t'ho miraràs demà!

Marta- No, que hi ha sis temes.

Joan- Només una miqueta... *(amb veu mansueta)* Ja veuràs... Serà superespecial!

Marta- *(Un poc irritada)* Sí, igual d'especial que el mes passat, que no et vas voler posar el condó i vaig estar acollonada fins que em va abaixar la regla!

Joan- Va...!! què dius ara! Però si t'encanta així, natural, sense res...

Marta- T'encanta a tu!!!

Joan- Doncs bé que cridaves!

Marta- Cridar? Al·lucines! Jo no cride mai! No sé per què dius això, ara... No vull

fer-ho, i menys sense condó! A més, estic ovulant.

Joan- Ummmm, i no vols que fem una criatureta que s'assembla a mi? Els dos, tu i jo, passejant amb el carret...

Marta- No digues estupideses!

Joan- Estupideses les dius tu!!! Que ja em tens fart!! *(comença a enfadar-se)*

Marta- Però Joan...

Joan- Ni Joan ni res! *(enfadat)* Que sempre fem el que tu vols i quan tu vols!!!

Marta- Això no és veritat!

Joan- Què no? M'estàs dient mentider?

Marta- No t'enfades... *(amb manyagueria)*

Joan- Si no vols que m'enfade, ja saps el que has de fer! No ser tan egoista i demostrar-me que m'estimes!!!

Marta- *(dòcil)* Però si ja ho saps... que no he estimat ningú com a tu, que voldria que açò nostre no s'acabara mai, però...

Joan- Però què? Sempre poses excuses! *(s'alça i camina cap a la porta)* No us entenc a les ties!! Hui et poses aquest vestidet que saps que m'encanta, em dius que t'acompanye a casa i ara què? Em deixes així amb una simple excusa?

Marta- No és una excusa! He d'estudiar! I si ens enrotllàrem estaria pensant en el que he de fer i no m'ho passaria bé!! A més, pots escoltar música mentre jo estudie!!

Els nostres cossos, els nostres drets

Joan- Molt bé, tu ho has volgut!! N'hi ha moltes que voldrien estar al teu lloc, i ho saps de sobra!! Una altra agafarà el que tu no has volgut!

Marta- Però Joan...

(Ell se'n va i pega una portada)

Qüestions

1. Què et sembla la manera d'actuar de Joan i de Marta?
2. Com creus que seguirà la seua relació?
3. Què faries tu en el lloc d'un o de l'altre?
4. Què diries a Joan si fores el seu amic? I a Marta?
5. Escribeu tres paraules que definesquen el que per a tu haurien de ser els ingredients bàsics en una relació de parella. Escribeu una xicoteta situació (o dibuixa una escena) que exemplifiqui cada ingredient.
6. Inventeu (en grups de 3) una campanya contra la violència en la parella adreçada als xics.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.11. La complicitat amb qui maltracta 2EBC

Nivell: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Masclismes quotidians](#)

[#Maltractament](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Llegiu l'entrada del blog Karícies [Eh, tu, sí tu!](#), i el comentari de Rubén (alumne de primer de Batxillerat) que l'acompanya. Comenteu per parelles les qüestions següents.

Qüestions:

1. Quines són les creences al voltant de la violència de gènere o violència masclista en la parella? Hi ha un perfil de maltractador i de víctima?
2. Quina és l'actitud d'un nòvio maltractador, segons el text? És habitual?
3. Què penses dels amics i de les amigues del maltractador? Creus que tenen un paper important o que els problemes de parella són privats?
4. Què proposa Rubén per a combatre la violència? Hi estàs d'acord? És una proposta fàcil d'acomplir?
5. Jackson Katz (activista expert en violència, mitjans de comunicació i masculinitat) explica en la conferència [Violence against women](#)—it's a men's issue que la millor manera de combatre la violència no consisteix tant a parar un atac violent en el moment en què s'està produint, sinó a

actuar davant de les violències xicotetes i habituals. Per exemple, en els grups d'iguals, si sentim que algú fa un comentari sexista, ofensiu, violent... en lloc de riure-li la gràcia, o fer com que no hem sentit res, hem de manifestar clarament que no ens fa gràcia, i instar la persona a no repetir-lo. Què us sembla aquesta proposta? [La conferència està en anglés, però és molt recomanable]

Text. Eh, tu, sí, tu!

Entrada de Karícies: Eh, tu, sí, tu!

Aquesta entrada és per a tu, sí, per a tu si creus que els que maltracten són homes majors i amb problemes, que de vegades beuen i no controlen. O per a tu, si creus que només pateixen violència les dones grans, que porten molts anys casades, no tenen estudis, són un poc estúpides o una mica submises...

És per a tu si tens 15, 16 anys o uns poquets més, però no molts. Per a tu, que estàs en la flor de la vida, com se sol dir, i a qui suposadament han educat per a la igualtat; així que coneixes la teoria, encara que la pràctica ja és tota una altra història.

Per a tu que et veus guapo i vas al gimnàs perquè t'agrada esculpir-te el cos més que l'intel·lecte. O per a tu, que no t'interessen massa els esports ni el culte al cos, i que ets alternatiu i radical d'esquerres. O per a tu, de família bé, que t'agrada traure bones notes i vesteixes sempre amb roba de marca.

Aquesta entrada és per als xics que, sigueu com sigueu, teniu una cosa en comú: creure que teniu dret a tractar malament les vostres nòvies.

Us importa molt el que pensen de vosaltres, veritat? Us creieu únics i especials. Us ha tocat ser els mascles de l'espècie humana, i això us dóna poder. I el poder és molt golós. Dóna tant de gust exercir-lo! Per això no desaprofiteu l'ocasió per a dir a la nòvia el que no us agrada d'ella i per a deixar-li clar que qui sap i pot opinar de les coses sou vosaltres. De música, de cotxes, de videojocs, de la llengua... del que siga.

Tampoc voleu que ella tinga relacions amb altres xics perquè, per a mascles, ja esteu vosaltres. Ni a les xarxes socials tampoc. Què s'ha pensat? Que ara que té nòvio pot seguir fent el que li done la gana com abans que no en tenia?? Ni pensar-ho!!!

I eixa roba de *guarra*, que no se la pose si no és amb vosaltres. I res de quedar amb les amigues i que sembla que va buscant. Per què ha d'anar amb elles si ja us té a vosaltres? I a vore si s'adona d'una maleïda vegada que són unes «paves» i que ja va sent hora que se les deixi de costat.

I eixa germana que té, tan estúpida, que es fica en el que feu i en el que no feu. Què no sap que la relació de parella és una cosa privada on no ha de ficar-hi el nas?

I així, un llarg etcètera.

Però aquesta entrada també és per a vosaltres, les amigues del nòvio maltractador. Sí, s'ha de dir clar i ras: mal-trac-ta-dor. A vosaltres que el consoleu quan la nòvia, farta de no poder respirar, decideix tallar la relació amb els vostre amic. Si és que vosaltres ja l'havíeu avisat que ella era una miqueta *guarra*, i mira ara!! Ell, un

Els nostres cossos, els nostres drets

xic tan ben plantat, plorant per una que no s'ho mereix. Sort que us té a vosaltres, que no sou com ella, i el consoleu. A vosaltres, amigues de maltractador, còmplices del masclisme.

I aquesta entrada també va dedicada als amics del maltractador. Als espectadors còmplices que veieu el vostre amic dir-li *guarra* (o insults encara més forts) a les xarxes socials o als corredors de l'institut i mireu cap a un altre costat, o rieu, perquè «la que és *guarra* és *guarra*». A vosaltres que heu vist com el vostre amic fardava de fer això i allò altre amb la núvia i l'heu envejat, en lloc de dir que ja estava bé de presumir. A vosaltres que heu vist tantes altres coses sense qüestionar-les, amb la mirada còmplice i plena de desigualtat i de masclisme.

En la prevenció de la violència, poquetes vegades se li parla al maltractador; i als amics i a les amigues, mai! Per contra, sempre se li parla a ella: **Denuncia! Deixa'hi! Conta-ho! No patisques sola! No estimes algú que no t'estima!** Són bons consells. Però es fan com si fóra fàcil deixar d'estimar. Com si la culpa fóra d'ella per aguantar! Com si s'ho merescuera per no tindre el valor de fugir! Doncs no, mira, la culpa és de qui maltracta i de qui mira i riu, i no fa res perquè el maltractador pare i s'adone que la parella no és de la seua propietat, que l'amor és llibertat i no presó, que l'amor és alegria i no plor. Que l'amor és cura i no violència. Que l'amor és vida i no mort.

Si en vols més, mira el blog [Mi novio me controla lo normal](#)

Comentari de Ruben

Rubén Du Chatelet (Primer de Batxillerat)

Aquesta entrada pense que és una de les entrades més importants que he llegit, encara que totes són interessants i per suposat molt

útils, crec que aquesta té una cosa molt rellevant i és que com diu al final com una mena de conclusió, està dirigida al maltractador i a totes les persones que l'envolten.

Totes les persones, o quasi totes, per desgràcia, hem viscut una situació de maltractament; potser no siga d'agressió física, o potser no siga d'un home cap una dona, però de segur que quan ha passat, no hem fet res. Moltes vegades hem escoltat o hem pensat en excuses per tal de no actuar, com per exemple «no és cosa meua» o «no he de ficar el nas en les vides d'altres persones». Respecte a això, pense que un problema de l'ésser humà és que fins que no arriba el moment en què l'acció ocorre, no sap com actuar; per tant, crec que moltes vegades ens bloquegem quan hem de fer alguna cosa, supose que perquè encara tinc esperança en l'espècie humana.

Per això pense que hauríem d'estar segurs de nosaltres mateixos; som forts, molt forts, tenim l'oportunitat de canviar les coses, però, com deia un xic en un vídeo de YouTube «la possibilitat de canviar tot el que t'envolta radica en la teua ment». Així doncs, hem d'actuar en el moment que veiem una agressió de qualsevol tipus, perquè fins i tot els moviments socials sempre han començat per una persona o un grup xicotet de persones. Potser el primer que actue sigues tu, però de segur que hi haurà gent que el fet que una persona s'involucre faça que ells també «fiquen el nas». 1.6.15

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.12. Curts contra el masclisme EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Masclismes quotidians](#)

[#Rols de gènere](#)

[#Ficció](#)

Desenvolupament

Vegeu els curts realitzats per menors amb mesures judicials, fets a instàncies de la **Fundación Mujeres**:

- **“Informando en órbita”** és el noticiari de la Galàxia que explica la decisió del comitè científic de la Via Làctea de descrionitzar un especímen d'*homo machistus* per a estudiar el seu comportament.
- **“Pablo: historia de un inadaptado”** explica la història de Pablo, un jove que arriba a una casa compartida on es convertirà en un inadaptat per culpa del seu masclisme.

Comenteu-los en grups de 4 persones i responeu a les qüestions.

Qüestions

1. Quines característiques té l'*homo machistus*? Quines d'aquestes perviuen en l'actualitat?
2. Imagineu que descrionitzen una dona del mateix segle. Com descriuríeu el seu comportament? Redacteu la notícia com si es tractara d'un noticiari per a “Informando en órbita”. Representeu el noticiari per a la classe (voluntaris).
3. Escriviu el guió per a un curt similar al de Pablo però que parle de relacions sexuals igualitàries.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.13. Sorkunde E

Nivell: ESO

Etiquetes:

[#Rols de gènere](#)

[#Masclismes quotidians](#)

[#Desigualtat](#)

Desenvolupament

En grups de 4, vegeu i comenteu el vídeo "[Sorkunde](#)" (10") que mostra diferents escenes de desigualtat en la quotidianitat. Feu les activitats de la [fitxa de treball del vídeo](#).

També podeu veure i comentar la campanya [Eduquemos con igualdad](#), feta pel Ministeri d'Educació del Govern de Xile (2016), que resumeix molt bé, i amb brevetat, els estereotips de gènere.

Després, elegiu un/a portaveu i compartiu amb la resta de la classe les vostres reflexions.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.14. Violència en dones amb diversitat intel·lectual 2EBC

Nivells: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Diversitat intel·lectual](#)

[#Violència masclista](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Llegiu i comenteu les conclusions de l'estudi realitzat per FEDEAFES (Federación de Euskadi de Asociaciones de Familiares y Personas con Enfermedad Mental) el 2015. "[Herramienta para la sensibilización, detección y prevención de la violencia contra las mujeres con enfermedad mental](#)".

Podeu completar l'activitat veient i comentant el vídeo: [¡Tomar nuestras propias decisiones! Derechos sexuales de las mujeres con discapacidad](#) (5'23) on dones llatinoamericanes reclamen el seu dret a l'autonomia sexual.

Conclusiones de la investigación

» La violencia es un hecho muy frecuente en la vida de las mujeres: una de cada tres europeas ha sufrido violencia física o sexual procedente de cualquier persona, mientras que el 43% han vivido violencia psicológica dentro de la pareja. Siete de cada 10 mujeres en el mundo sufrirán violencia física o sexual en algún momento de su vida.

» La violencia contra las mujeres no solo comprende la ejercida en el seno de la pareja o expareja, sino también la que se produce en el ámbito familiar, así como la violencia sexual. /.../

» Cualquier mujer puede vivir una situación de violencia en algún momento de su vida.

» La gravedad, extensión y consecuencias de la violencia contra las mujeres ha provocado que la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo considerara, en el año 2005, como un problema mundial de salud pública.

» La gravedad del fenómeno de la violencia en las mujeres con enfermedad mental corre pareja, paradójicamente, a su invisibilidad social, que se plasma tanto en la escasez de estudios como en su exclusión de la agenda política a todos los niveles.

» Los factores sociales y estructurales que incrementan la vulnerabilidad frente a la violencia de las mujeres con enfermedad mental son: el estigma de la enfermedad mental, que provoca soledad y aislamiento; la menor credibilidad que se concede a su relato, la habitual ausencia de empleo y recursos económicos, y la inadecuación de los servicios públicos a sus necesidades. Los factores personales son: la falta de recursos propios para defenderse, la carencia de autonomía y la dependencia de otras personas, la menor autoestima o las mayores dificultades para establecer una pareja, que pueden generar relaciones inadecuadas.

» Los factores que disminuyen el riesgo de violencia son: tener una red y apoyo social, tener un empleo y no estar en la pobreza.

» Existe una elevada vinculación entre la violencia y la enfermedad mental grave:

- Muchas mujeres que tienen enfermedad mental grave sufrieron previamente, por ejemplo en la infancia, violencia sexual y/o familiar.

- La violencia puede incidir, junto con otros factores, en que se desencadene una enfermedad mental grave.

- Muchas mujeres con enfermedad mental grave sufren o han sufrido violencia familiar, sexual o de pareja.

» Es frecuente que varios tipos de violencia se produzcan simultáneamente.

» El 26% de las mujeres con enfermedad mental grave ha sufrido violencia sexual en la infancia y una de cada tres la ha sufrido en la pareja. Por tanto, al trabajar con este colectivo es especialmente importante explorar el abuso sexual en la infancia y en la pareja.

» Haber sufrido agresiones sexuales puede incidir en que se manifieste una enfermedad mental.

» Haber vivido agresiones en la infancia puede incrementar el riesgo de violencia en la edad adulta. Por tanto, es preciso conocer estos casos para prestar a estas mujeres un mayor apoyo, sobre todo psicológico.

» Existe un significativo incremento del riesgo de violencia cuando se produce un empeoramiento de la enfermedad mental.

» Los trastornos de la personalidad y las adicciones, así como los trastornos más graves, son las enfermedades que presentan un mayor riesgo frente a la violencia.

» La culpa y la vergüenza que viven las víctimas son barreras que les dificultan verbalizar su situación.

» Se cree menos a las mujeres con enfermedad mental cuando verbalizan una situación de violencia, y se les juzga más.

» Ser víctima de violencia acarrea graves consecuencias para las mujeres, máxime si se tiene una enfermedad mental.

Els nostres cossos, els nostres drets

» La asistencia psicológica especializada resulta imprescindible para ayudar a las mujeres a superar los casos de violencia vividos en la edad adulta o en el pasado. Además, este tipo de asistencia es el que prefieren las propias víctimas.

» Recibir una atención psicológica adecuada que aborde la violencia vivida desde un enfoque de género puede incidir favorablemente en la propia enfermedad mental.

» En general, existe un conocimiento escaso de los recursos públicos existentes para mujeres que sufren o han sufrido violencia.

Violencia en la pareja

» El riesgo de sufrir violencia por parte de la pareja o expareja se multiplica por 2 y 3 veces cuando se tiene una enfermedad mental grave, y se incrementa también el riesgo de sufrir violencia procedente de otras personas de la familia distintas de la pareja.

» Alrededor del 80% de las mujeres con enfermedad mental grave que han estado en pareja han sufrido violencia psicológica, física o sexual en algún momento de su vida adulta.

» Alrededor del 60% de las mujeres con enfermedad mental grave que han estado en pareja han sufrido violencia física o sexual en algún momento de su vida adulta.

» El 42% de las mujeres con enfermedad mental grave que están viviendo violencia en la pareja no la identifican como tal, y en más de la mitad de las ocasiones no se lo han contado a su psiquiatra ni han adoptado ninguna otra medida.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.15. Adolescents, parelles i violència EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Amor\(s\)](#)

[#Violència masclista](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Veure el vídeo: [ARAMUS: Adolescentes hablan sobre relaciones de pareja y violencia de género](#), 2013. (Durada: 15')

Però açò no anava d'amor? Per què parlen de violència? Pareix inevitable que quan es parla de relacions humanes isca el tema de la violència. En el vídeo, xics i xiques expressen les seues opinions sobre les relacions entre xics i xiques, les primeres declaracions, què els agrada i què no, i reflexionen sobre les violències i el maltractament, les causes i de les seues experiències. És interessant que abans de veure el vídeo responguen a dues qüestions que apareixen a l'inici del vídeo. Després de veure el vídeo reflexionaran sobre aquestes qüestions.

Qüestions

1. Qui sol donar el primer pas en una relació?
2. Com t'agradaria que fóra la teua parella quant a físic, qualitats...?
3. Què és el que més t'ha cridat l'atenció del vídeo?
4. Xiques i xics tracten de reflexionar i explicar-nos què és el maltractament. Quines opinions et pareixen més encertades? Què en penses tu?
5. Reflexioneu en parelles i després en grups de quatre persones. Finalment reuniu-vos els xics per un costat i les xiques per un altre i feu un resum de totes les aportacions.
6. Debat general amb les aportacions dels xics i de les xiques.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.16. Aprenent a manejar els conflictes en la parella' 2EBC

Nivell: 2n cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència en la parella](#)

[#Comunicació](#)

[#Maltractament](#)

Desenvolupament

Els conflictes que poden desembocar en conductes violentes existeixen entre parelles joves i no podem evitar-les eludint les situacions que les generen, sinó donant solucions i proposant alternatives. En aquesta activitat es tracta de llegir els casos narrats i reflexionar sobre aquestes qüestions. L'alumnat pot aportar altres casos que coneguen, escriure'ls i presentar-los a la resta de la classe per a la discussió. Finalment, pot visionar-se aquest vídeo sobre les relacions de parella:

[Para todos la 2 - Entrevista: Rafael Santandreu – Resolver los conflictos](#)

[Problemas de pareja \(14'28\)](#)

Situacions conflictives

CAS 1: Òscar i Anna es van conèixer fa sis caps de setmana i des d'aleshores ixen junts. El dissabte passat havien quedat a les cinc per a anar al cine. Quan Anna estava preparada per a eixir, Òscar li envia un Whatsapp per dir-li que està amb els seus amics i que, com fa molt de temps que no els veia, li agradaria eixir aquella vesprada amb ells, per veure junts un partit de futbol. Anna li contesta: "Molt bé, ves-te'n amb ells, però a mi no em tornes a parlar".

CAS 2: Sandra i Jesús estan en una discoteca. Després d'una bona estona ballant, s'acomoden en un sofà, allunyat de la pista. Comencen a besar-se i a acariciar-se. Els dos estan molt a gust. En un moment determinat, Sandra li diu a Jesús que vol tornar a la pista. Ell s'oposa: "Per què, Sandra, si estem molt a gust ací? Ella insisteix en voler anar a ballar i ell li contesta: "L'altre dia em vas fer el mateix. Em poses com una moto i després vols que parem".

CAS 3: Antoni i Raquel són nòvios des de fa cinc mesos. Els dos estan molt contents i feliços. Dissabte passat, van anar a una discoteca per ballar. Tot just en arribar, Raquel va veure al fons de la sala un antic nòvio, que feia molt de temps que no veia. Va anar directament cap a ell, molt contenta, i es van saludar amb un bes. Antoni no es va acostar. Va observar l'escena des de lluny. Quan Raquel va tornar-hi, li va etzibar: "A mi no em tornes a parlar, eres una puta".

CAS 4: Amaia i Elena ixen juntes des de fa més d'un any, però Elena és molt gelosa i la bisexualitat d'Amaia no ajuda gens. Quan ixen, sempre està en tensió perquè sap que a Amaia li pot agradar tot el món. La setmana passada tingueren una forta discussió quan Amaia li digué: "Ja està bé de vigilar-me!! Estic farta que no confies en mi!!!".

Qüestions

1. Llig aquests casos i afig un o dos casos semblants que conegues. Escriu-los.
2. Què creus que sent ell? I ella?
3. ¿Por què creus que ella ha actuat així? I ell?

4. ¿Tenen dret a actuar com han actuat aquestes dues persones?

5. ¿Quines alternatives donaries a cada una de les dues persones perquè puguin solucionar el conflicte?

6. Reflexiona individualment aquestes qüestions. Després reuneix-te amb una altra persona i poseu en comú les vostres reflexions. Feu-ne un resum breu.

7. Debat general a classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.2.17. Pujar i baixar BC

Nivell: Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Maltractament](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Vegeu el curt **Subir y bajar** de David Planell.
Durada 4'.

Només una porta et separa d'ell i tu tens la clau que pot obrir-la o mantindre-la tancada. Aquest vídeo ens permet parlar de les característiques de la violència de gènere. Pots veure ací el perfil del maltractador: el xantatge emocional com a estratègia per a dominar i les excuses o mentides per a aconseguir el seu objectiu. La mare d'ell ha mort i tracta que ella es compadisca i el deixi pujar (Sembla que té una ordre d'allunyament i no pot pujar). Vol que li done el rellotge de sa mare, encara que sa mare li l'havia regalat a ella. La fa sentir culpable de continuar fumant. Pots veure també el nerviosisme i l'ansietat de la dona i la seua creença en les paraules del maltractador.

Qüestions

1. Què has sentit en veure el curt?
2. Com respira la dona al llarg del curt?
3. Quines estratègies utilitza el maltractador per a convèncer-la que el deixi pujar?
4. Per què l'home no respecta les negatives de la dona?
5. Qui podria ajudar l'home a superar la seua dependència d'ella?
6. Coneixes casos semblants a aquest?
7. Reflexiona aquestes qüestions en parella.
8. Debat en el grup-classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3. HISTÒRIES DE MALTRACTAMENT EN ADOLESCENTS I JOVES

Objectius

- Entendre el concepte de 'mal amor'.
- Assolir les eines que permeten detectar i eixir del mal amor.
- Entendre el maltractament en totes les vessants en què es pot expressar.
- Desenvolupar l'empatia i la solidaritat cap a les històries d'adolescents que han sotmès algú o s'han vist sotmesos/es a maltractament.

Els nostres cossos, els nostres drets

El maltractament en adolescents i jovesⁱ

Informació per al professorat

Sonen les alarmes. Augmenten els maltractaments en parelles cada vegada més joves i tot el món es pregunta què està passant. L'educació té una gran labor a fer, però també les famílies i els mitjans de comunicació i d'oci. És necessari insistir més en els bons tractes sense deixar de visualitzar tots els tipus de maltractaments. Ens correspon a totes les persones crear un món més just i lliure de violència.

En els últims anys s'han realitzat nombroses investigacions sobre el maltractament en adolescents i joves. En l'estudi de Díaz-Aguado i Carvajal (2011) les situacions de maltractament més comunes són el control abusiu i l'aïllament: el 21% de les xiques ha patit aïllament de les seues amistats alguna vegada o més d'una vegada; el 17% han sigut ridiculitzades o insultades; el 21% han sigut controlades en els més mínims detalls; el 10% han sentit por, i el 6'5% han rebut missatges per mitjà d'Internet o mòbil. Altres estudis més recents també Segons un estudi sobre violència de la universitat de Barcelona, totes les persones joves enquestades coneixien alguna parella en què es donava la violència i d'aquestes parelles, el 70% eren amics seus. A alguns alumnes els pareixia normal que una xica fera l'amor amb la seua parella encara que no en tinguera ganés.

La joventut universitària

L'estudi 'La juventud universitaria ante la igualdad y la violencia de género' de la Delegació del Govern per a la Violència de Gènere i la Universitat Complutense de Madrid (2012) es va dur a terme amb més de mil estudiants de l'últim curs de carrera de deu universitats públiques espanyoles. Algunes de les dades que aportava són les següents:

- El 10% de les estudiants reconeixen l'assetjament tecnològic; el 4,3%, admeten que la seua parella els ha pegat alguna vegada; l'11,7% s'han sentit obligades a conductes de tipus sexual en les quals no volien participar; el 6,2% diuen que han rebut insults o han sigut ridiculitzades; el 10,1% assenyalen que el nuvi ha intentat aïllar-les de les seues amistats, i el 8,4% declaren haver viscut la situació de control fins al mínim detall sobre amb qui parlen, què diuen i a on van. Una actitud, aquesta última, facilitada per les noves tecnologies.
- El 9,4% de les dones i el 20% dels homes estan d'acord que «l'home que sembla agressiu és més atractiu».
- El 10,6% dels homes universitaris, a més d'haver exercit situacions de maltractament, tals com a agressions verbals, el control abusiu i l'aïllament, justifiquen la violència com a reacció a una ofensa o a una agressió

prèvia. D'aquests maltractadors, el 11% han exercit les actituds violentes en més d'una relació.

Com a dada positiva, la recerca destaca que el 75% de les universitàries que han rebut maltractament ho van patir en una relació anterior i no amb la parella actual. «La tendència majoritària és a eixir del maltractament una vegada s'ha experimentat», assenyalen els autors de l'estudi.

Recomanem la lectura dels articles següents:

- "Violencia de género en adolescentes: entre los 'afectos tóxicos' y 'el verdadero amor'" (El Mundo 8/05/2017)
- "La violencia machista sobrevive en las parejas más jóvenes" (El País 28/05/2013)
- "El machismo juvenil multiplica su tiranía con el 'smartphone'" (El Periódico: 11/2/13)

* DÍAZ AGUADO, M^a José i CARVAJAL, M^a Isabel (directores), *Igualdad y prevención de la violencia de género en la adolescencia*, Ministeri de Sanitat, Política Social i Igualtat, Centro de Publicaciones, Madrid, 2011.

i ALTABLE, Charo (2017)

Els nostres cossos, els nostres drets

Eixir del mal amor

Informació per a l'alumnat i per al professoratⁱ

Model amorós. En les pel·lícules veiem sovint un model amorós en què se sobrevalora el lliurament total a l'altra persona i en què es considera normal un cert grau de patiment. La falta d'experiència –potser el fet de trobar-se en la primera relació o el primer amor–, pot fer pensar que la relació ha de ser així de dolenta, que les discussions són normals, que els xics són així i que cal sacrificar-se. També, que és normal fer el que ell diu i accedir a tenir relacions sexuals quan a ell li abelleix perquè els xics –es pensa– són més sexuals i necessiten més sexe que les xiques.

Que no s'enfade. Quan una xica perdona i/o accepta acomplir la voluntat de la parella per no fer-la enfadar, està posant-se en perill. A més de protegir-nos de les pràctiques de risc que poden dur-nos a contraure infeccions o a un embaràs no desitjat, també és molt important que ens protegim de les pràctiques de risc emocional, com són, per exemple, complaure els desitjos de la parella i no fer cas dels nostres. Aquestes pràctiques no ens embarassen però ens emmalalteixen el cor.

La fusió amorosa. Al principi d'una relació sol donar-se un model de parella que s'anomena fusió. Si imaginem que som un cercle i que la nostra parella és un altre cercle, diríem que en l'etapa de la fusió un cercle està just damunt de l'altre perquè el que ocorre és que tenim ganes d'estar tot el temps amb la parella, i no fem més que pensar en ella. Aquesta fase no es pot mantenir permanentment, i és bo que així siga perquè, si no, no tindríem vida al marge de la relació.

Els límits personals. De vegades, aquesta fusió, unit al model amorós que hem descrit, pot provocar que no es posen límits, que s'estiga disposada a fer qualsevol cosa per la parella perquè no s'enfade, per fer-la feliç, perquè pensem que és el nostre deure, etc. I pot passar que l'altra persona abuse d'aquesta incondicionalitat. La disponibilitat total per a l'altre, unit al control que aquest exerceix generalment, són un camí que amb quasi tota seguretat pot portar a quedar-se sense espai personal. En realitat, el model ideal de parella no seria el de fusió –que és insostenible–, sinó el d'interdependència, en el qual els cercles només comparteixen una part de la circumferència. Encara hi hauria un tercer model que anomenen d'inclusió perquè una de les dues persones no té vida pròpia al marge de la parella, i si la representarem mitjançant cercles, seria un cercle xicotet dins d'un altre més gran.

Idealització. L'enamorament, sobretot al principi, pot fer que s'idealitze la parella i no es veja com en realitat és. Sovint hi ha xiques que fins i tot justifiquen la manera d'actuar del xic quan les amigues s'adonen que el comportament d'ell és violent. Moltes pel·lícules i cançons, alguns anuncis, les religions (o més aviat les persones que les interpreten de manera tradicional), etc. defensen un model amorós i de parella heterosexual on la base és la complementarietat: elles són *mares-esposes* i ells *guanyapà*. I tot això és presentat com si fóra l'únic camí segur a la felicitat. Tanmateix, la

pel·lícula de veritat comença quan les pel·lícules de mentida acaben: amb la Fi. I a partir d'aquest final (que sol ser la boda o el bes de la parella protagonista) comença a treballar-se la relació a través del coneixement i de les vivències amb l'altra persona. Aquestes idealitzacions de la parella són una mena d'ulleres obscures que no ens deixen veure la realitat.

T'estimaré sempre. El temps és difícil de mesurar durant l'adolescència. "Sempre" o "mai" són paraules que es pronuncien molt: *t'estimaré sempre; sempre estarem junts...* Els adults i les adultes no les utilitzem tant perquè sabem que el que pensàvem (o volíem) que duraria sempre, té data de caducitat –i moltes vegades és millor que siga d'aquesta manera! Per això, encara que al principi ens coste, és millor no usar aquestes paraules perquè van creant al nostre voltant xicotetes cadenes que ens impedeixen moure'ns de situacions negatives. Les persones canvien i les relacions també. De vegades pensem que són d'una manera perquè l'enamorament ens fa idealitzar-les, i després ens adonem que només era la nostra imaginació (o el nostre desig) i que no s'assemblen gens al que buscàvem. Si diem "sempre/mai havia estimat ningú com tu" correm el risc d'equivocar-nos i, el que és pitjor, de culpabilitzar-nos si la relació no funciona.

Gelosia. La gelosia no és amor, és inseguretat. Algunes xiques diuen que els agrada que el seu xic senta gelosia –fins i tot la provoquen– perquè això els demostra que les estimen.

ⁱ Podem proposar la lectura d'aquesta informació per a complementar qualsevol de les activitats del bloc 11.

Els nostres cossos, els nostres drets

Podríem establir un símil amb el menjar i dir que la sal és bona encara que, si ens en passem, es pot arruïnar un excel·lent menjar. Amb la gelosia ocorre el mateix: una miqueta pot estar bé, però passar-se'n és un desastre. Tanmateix, sent realistes, és un poc difícil saber quin punt de gelosia és bo o quan pot resultar perillosa: el límit no està clar i és subjectiu. Per això, són millors les relacions sense sal, és a dir, sense consentir(-se) comportaments gelosos per a no córrer el risc, innecessari, de passar-se'n. Quan ens acostumem als aliments naturals, sense cap addició, el nostre paladar comença a descobrir un món de sabors que els condiments tapaven. Més val no posar-se en perill!

Discutir els pensaments. No consentir ni consentir-nos comportaments gelosos no vol dir que no sentim gelosia. És difícil canviar les pròpies emocions; el que sí que podem fer és treballar-nos-les. Cal discutir els pensaments que ens porten a sentir-nos malament i a voler saber en tot moment què fa la nostra parella i amb qui va. Realment, si donem molta importància a la fidelitat i tenim por que la parella ens pose les banyes, *no penseu que ho farà igualment, si és el seu desig, encara que la vigileu?* I si pensem que no es pot controlar i que som nosaltres qui hem de posar-li els límits, és bo estar amb una persona a qui tractem com una criatura que necessita guia o control? És una relació igualitària? Totes aquestes preguntes són útils per a discutir els pensaments que ens porten a tindre comportaments gelosos.

Passió i gelosia. Confondre l'apassionament amb la gelosia tampoc no és bo. Exigir relacions sexuals, controlar el mòbil, les xarxes, les activitats que fa la parella, mostrar actituds possessives... totes aquestes violències no es poden justificar perquè s'estima o es desitja molt. És normal desitjar l'altra persona. És

normal tindre-la al cap. Però cal deixar-la respirar. I estimar-la bé és voler-la lliure i permetre que gaudisca del seu espai personal: de les seues amistats, de les seues aficions, etc. I si no podem, doncs cal que ens treballem les nostres inseguretats. Aïllar-la de la seua gent perquè només estiga amb nosaltres és el contrari d'estimar-la bé.

De la protecció a la cura. A algunes xiques els agrada que el xic tinga cura d'elles i les protegisca. Alguns xics creuen que han de protegir les xiques. Aquesta protecció és bona si és recíproca. En una parella que s'estima, és normal que les dues persones tinguen cura l'una de l'altra, que s'animen quan estan decaigudes o s'alegren si l'altra persona està bé. Quan no és recíproca sinó que és una protecció que només ve d'una banda –si la protecció suposa la infantilització de la parella o tractar-la com si ella sola no es poguera valdre–, això retalla llibertat, i sense llibertat no hi pot haver bon amor.

Maltractament psicològic. El control i la gelosia són maltractament psicològic. Identificar aquest tipus de maltractament no és fàcil; però és important recordar que precedeix el maltractament físic. Si no és necessari, els xics que maltracten no arriben a les mans; però si no aconsegueixen que les xiques els facen cas, la violència, en lloc de disminuir, augmenta. Exemples de maltractament psicològic poden ser frases com aquestes: *Que et calles la boca!* o *Tu què sabràs!*, dites en públic o en la intimitat per a desacreditar la dona i/o fer-la sentir una inútil o una criatura que necessita algú que pense per ella. També és violència psicològica trencar objectes que la dona estima, donar cops de puny a una taula, porta o paret, etc.

Masclisme: el dret als privilegis. Els xics maltractadors són masclistes, però no ho solen

veure. Per això no acostumen a qüestionar els privilegis que els dona ser hòmens, i es creuen en el dret a ser complaguts i cuidats per les dones. El sistema patriarcal en el qual encara vivim els dona dret a utilitzar la manipulació o la coacció, l'amenaça o la violència física, si els és necessària, per tal de mantenir els privilegis. El xantatge emocional és també un exemple de maltractament psicològic. Alguns xics se'n fan experts, i s'aprofiten de l'empatia femenina, o de l'educació que tradicionalment elles han rebut per a cuidar els altres, i les manipulen fins que elles se senten responsables i culpables, fins i tot del seu mal humor. Aquests mecanismes masclistes, que alguns estudiosos/es anomenen micromasclismes per la dificultat de percebre'ls com a violència, xuplen l'energia de les dones i les desapoderen.

La violència és cíclica. Això vol dir que la persona maltractadora alternarà conductes violentes (fase d'explosió, precedida de la fase de tensió) amb conductes més o menys amoroses (fase de lluna de mel). Aquesta dinàmica fa entrar la xica en una espiral –o en una muntanya russa– d'on és molt difícil eixir. En la lluna de mel, ells demanen perdó, prometen que canviaran i tornen a ser els prínceps del conte; i elles se'ls tornen a creure, una vegada i una altra, perquè això els han dit que és estimar: cuidar l'altra persona, confiar-hi i ajudar-la a ser millor (*Amb mi, canviarà!*). Altres vegades, ells apel·len a una infantesa difícil o a problemes a casa per fer llàstima, i de nou les xiques, educades des de menudetes per a fer-se càrrec d'algú, es prenen com a objectiu fer-los feliços. Això provoca que el seu centre siguem ells i els seus problemes, i no elles. I els impedeix eixir del cercle de la violència.

El mal amor no és només exclusiu de les relacions heterosexuales, ni sempre són els

Els nostres cossos, els nostres drets

xics els que assumeixen el paper violent i les dones el rol de víctima. En un nombre reduït de casos, les dones exerceixen el rol violent en les relacions heterosexuales. També en parelles homosexuals existeix el mal amor, especialment si una de les dues parts s'identifica amb els valors tòxics de la masculinitat tradicional; amb tot, és encara un tema tabú i complex, entre altres coses per la falta d'estudis. Adonar-se d'estar patint violència i eixir d'aquestes relacions és difícil per diverses raons: entre lesbianes, per la creença que les dones no exerceixen violència; entre gais, per la creença que només les dones la pateixen. A més, quan la víctima és un home, tant en relacions heterosexuales com homosexuals, la socialització masculina tradicional dificulta que es demane ajuda.

Més enllà del gènere o de l'orientació dels protagonistes, hem de prendre consciència dels perills d'una educació patriarcal que ens aboca al mal amor i a la desigualtat. Amb una bona educació afectivosexual, eixir de l'amor tòxic és possible.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.1. Una història d'amor EBC

Nivell: EBC

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Amor\(s\)](#)

[#Maltractament](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Vegeu el curt "[Una història de amor](#)" (Guió i direcció: Envideas, 2008). ([La guia didàctica es pot trobar ací](#))

Qüestionsⁱ

1. T'has sentit identificada o identificat amb els personatges? En quins punts sí i en quins no?
2. Com creus que se senten en els moments de conflicte cadascun d'ells? Què creus que pensen? Per què reaccionen així? (Analitza per separat a Juan i a Lucía).
3. Si tu fores Juan o Lucía, fins a quin punt hauria arribat la teua història? Com creus que hauries reaccionat? Què no aguantaries de Juan? Què hauries fet si fores Juan? Què hauries fet si fores Lucía?
4. En quins punts de la peli perceps violència?
5. Què busquem quan establim relacions de parella? A què tenim dret quan tenim una parella?
6. En què creus que consisteix el maltractament masclista? Què fa la persona que maltracta?

7. Quasi sempre és l'home el que maltracta la dona. Per què creus que és així?
8. Per què creus que una persona pot maltractar contínuament la seua parella i pensar que l'estima?
9. Per què creus que una persona que és maltractada per la seua parella segueix convivint amb aqueixa persona?
10. Creus que les persones properes (familiars, amistats, veïnat...) a una parella que conviu amb violència, poden fer alguna cosa per a impedir aquesta situació?
11. Creus que la societat en general (la policia, els mitjans de comunicació, la judicatura, l'escola...) poden fer alguna cosa perquè el maltractament disminuïska?

Transcripció del curt

Lucía y Juan son dos jóvenes que se conocen en un curso de DJ's. Se gustan y empiezan a salir. Parecen la pareja perfecta.

(Juan y Lucía vuelven de una fiesta en coche)

Lucía- ¿En qué piensas?

Juan- ¡En nada! (*enfadado*)

Lucía- ¡Qué bien nos lo hemos pasado hoy!

Juan- Te lo habrás pasado bien tú (*cabreado*)

(Conversación a través de mensajes de móvil)

Juan- Te juro k kmo me djes
cuelgo el video en internet

Lucía- Stas loko tio. S t va la olla.
ahora subo d la playa y me conecto
al messenger y hablamos...

(Juan está descargando del móvil al ordenador un video de Lucia desnudándose. Chatean por el Messenger)

Juan- siempre scusas i al final,
al final aces siempre
lo ke t da la puta gana
y me dejas kmo un pringao

Lucía- ?????????

Juan- tda la noxe haciéndot notar
K te crees
la puta diva??

si lo ke kieres es ke t vean
t van a ver
subo el video
ya me lo e descargao

Lucía- !!!

no entiendo
no entiendo xk m haces sto
x favor

no cuelgues el video
m muero si subes ese video

ⁱ Adaptades de la [guia didàctica del curt](#).

Els nostres cossos, els nostres drets

Juan- ps si no kieres ke eso ocurra...

mpieza a portart bien

(Lucía está llorando. Habla con su amiga Virgi y le cuenta el cabreo que cogió Juan después de la fiesta en la que había quedado con un productor al que le gustaba un tema de Lucía. Lucía le había dicho a Juan que llevara un tema suyo pero el productor no le hizo ni caso. Juan se cabreó con ella, la acusó de tontear con todo el mundo y la tiró del coche. También le cuenta a Virgi las amenazas de Juan de subir el video. Virgi se sorprende porque para ella son la pareja perfecta. Juan la llama y Luci no sabe si coger el móvil.)

Lucía- ¿Lo cojo o no lo cojo?

Anàlisi del curt (Informació per al professorat)

Per a Virgi, Juan i Lucía eren la parella perfecta. Totes les parelles són "perfectes" quan comencen fins que la fantasia amorosa s'ajusta amb la realitat. I la realitat es concreta en la quotidianitat de la relació, en un context amorós que va canviant de significat, i al qual els dos membres de la relació poden donar un sentit totalment diferent. L'enfocament narrativoconstructiu pot donar-nos molta informació sobre la manera en què (co)construïm la nostra realitat personal i social.

El curt comença quan Lucía i Juan tornen d'una festa. Ella ho ha passat bé però ell, no. El context sembla el mateix, però les seues percepcions són molt diferents perquè cadascuna de les persones ha seleccionat una part dels elements i els ha donat significat.

Segons Juan, Lucía ha flirtejat amb tothom.

Després, en el xat, de les seues paraules podem deduir quins altres significats ha donat a la situació viscuda: a) ella fa "sempre" el que vol; b) ella vol destacar (ser la "puta diva"), i c) ella l'ha deixat en ridícul.

Juan té un patró rígid de masculinitat i de parella. Entén la relació com a possessió i de manera jeràrquica, per la qual cosa s'atribueix major poder decisor. I, encara que no formula explícitament la seua demanda, Juan espera que Lucía romanga en un segon lloc, que se sacrifique perquè ell siga el que lluisca.

Malauradament per a ell, un productor ha mostrat interès pel treball de Lucía. Ella vol compartir-ho amb Juan i li demana que porte també una maqueta seua. En canvi, Juan no solament no "veu" el que Lucía fa per ell, sinó que no suporta que finalment siga ella la que tinga èxit. I la impossibilitat de reconèixer la seua vulnerabilitat acaba convertint-se en violència. La seua identitat personal s'ha vist amenaçada i la inseguretats aflora. "Haver de demostrar poder", prescindint de les pròpies emocions, sentiments i necessitats afectives, no li permet experimentar vulnerabilitat, i aquest estat emocional el porta a perdre el control de la relació i a intentar recuperar-lo mitjançant la violència. Finalment, l'insult és el camí per a devaluar a Lucía i poder així fer-li mal, sense sentir culpa.

La conducta de Lucía ha provocat en Juan el sentiment de ser relegat, poc valorat i rebutjat. El que ella sent no té cap valor per a ell. La seua "normalitat" s'ha trencat i Juan vol tornar a recuperar-la mitjançant l'ús de la força i l'amenaça de penjar un video en internet. Juan creu que té dret a imposar la seua voluntat, a l'igual de la majoria de xics tradicionals, els quals

anteposen els seus interessos, opinions i desitjos als de la parella.

De vegades, la demostració de poder passa per l'amenaça de ruptura, una manera més de demostrar "una fortalesa que creuen tenir però que no tenen, ja que van donar per fet que era consubstancial a la seua naturalesa masculina i no es van esforçar a reflexionar sobre ella" (Moreno i Sastre, 20109). Juan vol demostrar fortalesa, però en realitat se sent insegur i dependent.

Per a Juan, el conflicte no radica en la seua violència, sinó en la xica, que qüestiona la seua autoritat i el priva d'exercir i demostrar poder. Si ell es manté en la seua autoafirmació, i ella accepta el xantatge, el vincle es convertirà en una relació de domini-submissió. Si ella no acata les seues demandes, tornaran els sentiments d'inseguretats, la confusió, la gelosia... I així veiem Juan exigint-li a Lucía que no el deixi. I li ho està dient en un intent desesperat de demostrar el seu poder, però al mateix temps està mostrant la seua vulnerabilitat.

Que la gelosia siga acceptada com a natural i incontrollable en la nostra cultura, i a més es considere senyal d'amor, no ajuda en res el protagonista d'aquesta història. La gelosia és vista com la sal del menjar, encara que en realitat l'efecte és el de posar-li sal al cafè. Poc es parla de les males companyies de la gelosia: la desconfiança, la possessió, l'exclusivitat o la inseguretats. Susana Velázquez (*Violències quotidianes, violències de gènere*, 2003) desgrana els elements constitutius de la gelosia, que poc tenen a veure amb la idealització amorosa del model tradicional.

- Desig d'exclusivitat i de privilegi (enveja, rivalitat)

Els nostres cossos, els nostres drets

- Desig de ser el preferit (dolor, humiliació de l'exclusió)
- No tolerància al fet que la persona estimada trie altres persones (necessitat de comparar-se)
- Vivència d'estar en perill (desconfiança i sofriment)

Juan està sentint tot açò. Però no sap què fer amb totes aquestes emocions.

Però, què passa amb Lucía?

Ella prega, suplica, vol aclarir les coses parlant. També desitja que es restablisca l'equilibri i li demana consell a la seua amiga. Què bo seria que Juan tinguera un amic amb qui compartir el seu patiment! Lucía no sap si agafar el telèfon i nosaltres, observadorxs, tenim ganes de cridar fort que no ho faça, que el deixe, que la violència de Juan és un senyal i no ha de posar-se en perill. Però Lucía dubta: Cridarà Juan per a disculpar-se? Li dirà que estava nerviós?, que s'havia fumats uns porros?, que la vol amb bogeria i no suporta que ningú més que ell la mire? Li dirà que al productor solament li interessaven els seus pits i no la seua música? Li proposarà fer una maqueta junts i intentar-ho en una altra part?, li dirà que no pot viure sense ella?...

No ho sabem, però ho intuïm. Imaginem que a la tempestat li seguirà la calma. I el perdó. Perquè aquest té, per a Lucía i per a les dones en general, l'avantatge de "permetre'ls complir amb alguns ideals que la cultura diposita per a les dones, agrupats sota l'epígraf de l'amor. Entre aquests ideals, hi podem trobar, a més de ser objecte de la passió de l'altre, ser subjecte a través de:

- garantir la conservació del vincle,
- ajudar i prioritzar els interessos i desitjos de la parella per sobre dels propis;
- sacrificar-se per la parella i
- minimitzar la violència de la qual és objecte.

Tots aquests ideals són subterfugis que la cultura ofereix a les dones perquè s'acullen a la il·lusió que la jerarquia entre els sexes no els impedeix participar en la creació del vincle, en igualtat amb els seus companys" (Moreno i Sastre, 2010ⁱⁱ). Però nosaltres sabem que és mentida, que no hi ha igualtat sinó engany. Els "et vull" i els "et necessite" són l'interruptor que activa la funció de cuidadores de les dones, rols que fan que ens sentim necessitades i valorades, encara que a costa de les pròpies necessitats personals. I si el que desitgem és que la parella ens reconega com a iguals, queda clar que amb la imposició, el que Juan aconsegueix és obediència, mai reconeixement.

Pel que fa a l'amor, solem adreçar-nos a les xiques i no tant als xics, tal vegada perquè el model tradicional els afecta menys. La creença en els poders il·limitats de l'amor pot fer creure a una xica que, encara que la demanda del seu núvia siga injusta, l'amor li donarà forces per a acceptar les seues condicions, és a dir, que l'amor venç tots els obstacles.

És possible ensenyar-li a Juan que el que pot guanyar amb una relació igualitària és infinitament millor al que li ofereix el poder?

ii MORENO, Monserrat i SASTRE, Genoveva (2010). Cómo construimos universos: amor, cooperación y conflictos. Ed. Gedisa.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.2. Doble Check EB

Nivell: ESO i Batxillerat

Etiquetes:

[#Vincles](#)

[#Violència masclista](#)

[#Xarxes socials](#)

[#Masclismes quotidians](#)

Desenvolupament

Debat sobre el curt **Doble Check** (Durada: 3'30"). Curtmetratge de Paco Caballero, guanyador del Premi Filmin en la X Edició de Notodofilmfest.

El xic d'aquest vídeo està molt preocupat perquè la xica no ha respost al seu missatge de WhatsApp, encara que sap que l'ha vist. Ella li diu que no l'ha vist, que estava molt cansada. Ell insisteix, i li dona a entendre que potser s'està veient amb un altre. La xica se sent controlada, es cansa i després d'aquesta discussió li diu: "Ja n'hi ha prou! Ja no t'estime!"

En aquesta activitat es tracta de reflexionar en xicotet grup de tres persones, fer algunes escenificacions i debatre en tot el grup-classe.

Qüestions

1. En aquest vídeo Miguel i Luci tenen una discussió. Luci pensa que Miguel està rar. Què creus que sent Miguel? Què sent Luci?
2. Què et pareix la solució que dona Luci a aquesta discussió?
3. Coneixes situacions semblants a aquesta?
4. Forma un xicotet grup amb dues o tres persones i parleu de situacions semblants a aquesta. Quines solucions es van donar en aquestes situacions que coneixeu?
5. Podeu escriure un xicotet guió de vídeo que narre una situació semblant a aquesta. Voluntàriament, podeu escenificar-la després amb la solució que aporteu.
6. Escenificació de tres o quatre situacions semblants de missatges de WhatsApp i debat grupal sobre el control que s'exerceix per aquest mitjà.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.3. Jo també t'estime 2EBC

Nivell: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Comunicació](#)

[#Xarxes socials](#)

[#Habilitats relacionals](#)

[#Escolta](#)

Desenvolupament

Vegeu el curt [Jo tb tq](#). Autor: Dani Montes amb Cambio y Corto.

En aquest vídeo es veuen dues situacions.

En la primera el xic està concentrat a veure un partit de futbol amb els seus amics quan sona el telèfon amb un Whatsapp de la seua xica, que està també amb les seues amigues en un bar, encara que la seua ment està en una altra part, pensant en ell i que la relació ja no és com abans, ja no la mira com abans. Ell es cansa de tants Whatsapp. Els seus amics li diuen que la seua núvia és una pesada. Ella li escriu: "Imbècil!". Ell li contesta: "Jo també t'estime" i penja. La xica es disgusta.

En la segona situació ell i ella estan prenent unes copes en la terrassa d'un bar i tenen la mateixa conversació que per WhatsApp, però s'estan mirant a la cara i tot se soluciona parlant i concentrant-se en la conversació, en la qual importen els gestos.

Qüestions

1. Quina diferència veus entre conversar per WhatsApp i fer-ho cara a cara?
2. T'ha passat alguna vegada quelcom paregut?

3. Per què creus que la xica està preocupada per la relació i no pot estar concentrada en la conversació amb les seues amigues?
4. Què et pareix l'actitud del xic?
5. Reflexiona amb una altra persona aquestes qüestions i resumeix per escrit el que parla.
6. Debat final en tot el grup.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.4. La violència de Santi 2EBC

Nivell: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Masclismes quotidians](#)

[#Maltractament](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Veure el [Corto contra la violència de género de l'IES Arquitecto Ventura Rodríguez](#), realitzat pels estudiants: Alicia, Sara, Andrea, Santi i Marta (Durada: 6' 52").

Marta ix amb un xic que no la tracta bé. Una amiga s'adona que Marta ja no és com abans i decideix anar a sa casa per a parlar amb ella. Marta li ho nega tot, però la conversació amb la seua amiga l'ha feta reflexionar. S'adona que no és feliç i vol deixar-lo. El xic li respon que a ell no el deixa ningú i li dóna una galtada. Una altra xica interessada pel xic es baralla amb Marta. Per fi Marta decideix parlar amb la seua amiga i deixar-lo.

Qüestions

1. En aquest vídeo es mostren dues situacions de dues xiques i un xic d'un institut. Coneixes situacions semblants?
2. Si saps d'algun cas de violència, com se t'acut que podries prestar ajuda?
3. Quin lloc ocupa l'amistat entre dones en els casos de violència masclista?
4. Quin paper ocupen els homes igualitaris en els casos de violència masclista?

5. Comenta-ho en grup de 4 persones i feu un resum escrit del que heu parlat.

6. Realitzeu un debat amb tota la classe. Escriviu les conclusions a què arribeu.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.5. Propietat privada BC

Nivell: Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Masclismes quotidians](#)

[#Violència masclista](#)

[#Maltractament](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Veure el curt [Propiedad privada](#). Durada: 16' 32".

Aquest curt de l'Institut Asturià de la Dona és un exemple de violència psicològica en una parella de classe mitjana en què treballen els dos. Marta treballa en un laboratori del qual és la cap. El seu marit també és metge. Ella arriba cansada i amb la bossa de la compra. Parla amb sa mare, li diu que està molt contenta en el treball, però que potser li falta el més important. Sa mare li diu que no el provoqe, que tinga paciència, que potser el seu marit haja tingut un mal dia, a la qual cosa Marta respon: Mamà, Carlos no m'estima.

En la següent seqüència Carlos arriba del treball, s'asseu en el sofà i mentre llig les cartes pregunta a Marta què tal en el treball, com és que ha arribat tan tard. Davant de les explicacions de Marta pel que fa als problemes que té el laboratori, Carlos li diu que si no pot solucionar-los sent ella el cap que deixi el treball, que sempre està queixant-se, que està boja, que vaja al psiquiatra, que fa més cas a la seua amiga que a ell, que trie entre la seua amiga o ell. Cansada, se'n va al llit. Ell vol tindre sexe amb ella, però ella no vol. A pesar d'això

ell insisteix sense tindre en compte la negativa d'ella. Marta li pregunta si l'estima. Ell no contesta aquesta pregunta sinó que li diu que això és l'única cosa que li importa, si l'estima o no. Marta està derrotada i plora.

Es tracta que vegem tots els ingredients de la violència psicològica i del que suposa en la psique de la dona quan és continuada en el temps. El vídeo acaba sense solució. Cada grup de quatre persones ha d'aportar una solució final. Com continuaria aquest vídeo?

Qüestions

1. Llig amb atenció les característiques de la violència psicològica (Informació: La violència psicològica). Després reuneix-te en un grup de quatre persones i escriu les característiques de la violència psicològica que apareixen en el vídeo.
2. Descriu la postura de la mare i les contestacions de Marta.
3. Descriu els dubtes que té Marta quant a si deixa o no el treball i quant al seu comportament amb Carlos. Per què creus que una dona amb la preparació de Marta té aquests dubtes?
4. El vídeo no aporta una solució. Imagineu com continuaria el vídeo i quin seria el seu desenllaç. Escriu els diàlegs.
5. Debat final amb les aportacions dels grups.
6. Podeu escenificar els diàlegs del vídeo, entre Marta, sa mare, el seu marit i la seua amiga, aportant el final que se us haja acudit. Podeu representar dos o tres finals diferents.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.6. La història de Carmen EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masculista](#)

[#Maltractament](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Llegiu la història de Carme, una alumna d'ESO i observeu, per parelles o en grups de quatre, quin tipus de maltractament pateix. Com se la pot ajudar? Imaginar un final. És important parar atenció que l'alumnat no responga concisament sinó que reflexioni i debata possibilitats i maneres diferents d'eixir del maltractament. Aquesta xica necessita reforçar els seus vincles d'amistat, recuperar l'autoestima i confiança. Necessita el suport d'altres dones que l'estimen i que l'ajuden a posar la seua energia i el seu desig en altres éssers, trobar l'amor a ella mateixa, estimar el seu propi cos i escoltar els seus sentiments i els seus desitjos. Solament això la pot preservar de la violència del seu nuvi, una violència psicològica d'alt grau que pot acabar en una violència encara major.

Qüestions

1. Llig aquesta història i fixa't en el que sents. Després comenta-ho amb una persona de confiança i responeu a les altres qüestions.

Carme és una alumna de 2n. curs de l'ESO. Té quasi 16 anys i el seu núvio, 19. Carme es mostra gairebé sempre nerviosa i ansiosa, parla veloçment i moltes vegades expressa tristesa en el seu rostre. Ha anat al metge i al psiquiatra, que li ha receptat pastilles i li ha dit

que té depressió i ansietat. Ella reconeix que té problemes amb el seu núvio, que la controla a totes hores, vol saber on està i què fa. Es passa el dia enviant-li missatges per saber si està a casa, què fa o si ha quedat amb les amigues. Li parla malament d'elles i Carme ja no té amistats. Quan ix de l'institut va corrent a sa casa perquè el seu núvio no es disguste. A més, és gelós sense motiu i Carme diu que ja no sap "qui és ella mateixa".

2. Assenyaleu els tipus de maltractament que pateix.
3. Què necessita Carme?
4. Si fóra una companya vostra, què li diríeu?
5. Si coneguéreu el seu núvio, què li diríeu?
6. Qui pot ajudar-la?
7. Qui pot ajudar-lo a ell a allunyar-se de Carme per a no danyar-la?
8. Resumiu totes les reflexions per escrit i imagineu una solució a aquesta història.
9. En grups de quatre persones podeu posar la història en forma de diàleg i escenificar-la. Si no teniu temps suficient en una sessió, podeu fer-ho en una altra.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.7. Vaig ser maltractada BC

Nivell: Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Maltractament](#)

[#Violència en la parella](#)

Desenvolupament

Vegeu el vídeo **Fui maltractada** de la bloguera Dulcinea. (Durada: 31' 50")

La xica del vídeo ens explica com va ser maltractada durant dos anys. Conta com es va crear la seua addicció i dependència del maltractador, la seua teràpia psicològica i el posterior abandó d'aquesta relació. És un vídeo interessant per a veure el procés i el cicle del maltractament, i les dificultats de trencar aquest tipus de relacions quan s'ha creat una addicció en les dues parts. Mentre veuen el vídeo convé que vagen apuntant les accions de maltractament que narra la xica.

Qüestions

- 1-Quin tipus d'accions de maltractament narra la xica del vídeo? Enumera-les per orde d'aparició.
- 2-Com has vist en el vídeo, les accions de maltractament són cada vegada més fortes. Dibuixa un eix de coordenades. L'eix horitzontal correspondrà al temps de durada del maltractament (dos anys). En l'eix vertical posaràs les accions de maltractament per orde d'aparició. En ajuntar els punts veuràs que la gràfica resultant va pujant, amb pics més baixos (quan l'agressor demana perdó) i amb pics més alts quan ocorre una altra

acció de maltractament. Realitzeu aquest eix del maltractament per parelles.

- 3-Formeu ara grups de quatre persones per a fer quatre cartells: un cartell amb la gràfica del maltractament; un altre amb les tres fases del cicle de la violència (acumulació de tensió, explosió-agressió, penediment-lluna de mel), i altres dos amb frases o missatges contra el maltractament. (Dues cartolines poden servir per a fer 4 cartells. Utilitzeu pintures amb traços forts).
- 4-Amb els cartells podeu fer una exposició a classe o a l'institut.
- 5-Decidiu en tot el grup quines iniciatives se us acuden per a visibilitzar el maltractament i caminar cap a un institut lliure de violència.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.8. La xiqueta i el llop EBC

Nivells: ESO, Batxillerat i Cicles.

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Assetjament sexual](#)

[#ASI](#)

[#Música](#)

[#Infantesa](#)

Desenvolupament

Llig aquest text extret del llibre *La niña y el lobo. Vivir para contarlo, una historia de violencia machista y superación*. (Amparo Sánchez. Ediciones Lupericalia. Alacant. 2014)

Amparo Sánchez és cantant (Amparanoia) i en aquest llibre autobiogràfic ens explica part de la seua vida de violència masclista i de com va eixir d'això. Una història de lluita i superació.

Text. La xiqueta i el llop

"Un dia, a les tres de la vesprada, ma mare en la seua revisió frenètica del 'tot enllestit que papà està a punt d'arribar', va comprovar que no quedava vi per al menjar i, com la botiga devia estar tancada a aquelles hores, em va enviar al bar del cantó. Ella estava segura que me'n vendrien una botella.

El carrer estava desert. Era estiu i feia molta calor. S'escoltava la dringadissa de les culleres en els plats i la sintonia de les notícies en la tele. Anava abraçada a la botella de vi negre quan el vaig reconèixer a l'instant, caminant carrer avall, amb la seua granota blanca de pintor. Una guitza interior, potser la meua intuïció, em va dir: "FUIG". Vaig accelerar el pas i, quasi corrent, vaig aconseguir arribar abans que ell al meu

portal, però, en uns segons, el tenia darrere de mi, subjectant-me i tapant-me la boca. La seua respiració entretallada em va impressionar molt.

Jo portava un vestit molt fi, amb floretes i sense tirants. Va començar a tocar-me els muscles nus fins a ficar la mà per l'escot i arribar als mugrons. Al mateix temps, amb l'altra mà pujava per la cuixa fins a les bragues, i va començar a gemegar molt seguit, fet que em va espantar terriblement.

Tenia molta por. El meu cos sencer tremolava. Em sentia les dents cruixir i, encara que volia, no podia cridar. Vaig respirar profundament diverses vegades i no sé com vaig poder, però, tartamudejant, quasi sense veu, li vaig demanar: 'Solta'm, per favor'. Ell em va dir que estiguera calladeta, que m'agradaria, i em va tapar la boca amb una mà, mentre amb l'altra començava a tocar-me la vulva. Estava paralizada per la por. No sé d'on ni com vaig traure les forces, però vaig alçar la botella de vi i li la vaig trencar al cap. Així em vaig alliberar d'ell i vaig pujar corrent les escales, sense mirar arrere. Vaig picar al timbre i vaig colpejar la porta amb totes les meues forces. Vaig tornar a picar al timbre una vegada i una altra, mentre colpejava la porta al mateix temps. Els segons em van paréixer eterns. Temia que ell estiguera darrere de mi, però no m'atrevia a mirar. Em vaig orinar damunt de por i la porta, per fi, es va obrir. [...]"

La mare li demana explicacions, ella ho vol contar, però no li ixen les paraules. La mare li mana arregar els cascos de la botella.

"Em vaig tombar al llit i vaig començar a plorar desconsolada contra el coixí". [...] "Vaig escoltar com arribava mon pare i com ma mare li relatava la seua versió. [...] En aquell moment vaig deixar

de plorar, volia alçar-me i explicar-ho tot, però no podia. Pareixia que els meus músculs s'havien contret i, encara que enviara l'ordre des del cervell, les meues extremitats no feien cas. No podia moure'm".

A l'estiu següent ho va poder explicar a sa mare, però la va acusar de mentidera, i va aconsellar-la que no se li acudira contar-li-ho a son pare. El pintor era conegut de la seua família i vivia al seu mateix carrer.

Qüestions

1. Coneixes alguna història semblant a aquesta?
2. Com t'expliques que un home, a qui coneixien els pares de la xica, faça això? Per què creus que s'atreveix a fer-ho?
3. Per a aquest home, només compta el seu desig. Què creus que pensa sobre les dones?
4. Per què creus que la mare de la xica no la defensa?
5. Si ets xica, has tingut por que et seguira un home o a passar sola, de nit, per un carrer poc transitat?
6. Feu grups de tres o quatre persones, xiques d'una banda i xics d'una altra, per a debatre aquest text. Feu un resum escrit del que es parle.
7. Debat en gran grup.
8. Podeu acabar la sessió escoltant la cançó de Curricé "**NO significa NO**".

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.9. Un altre cop meva EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Ficció

#Violència masclista

#Maltractament

#Violència en la parella

Desenvolupament

Vegeu el curt [Un altre cop meva](#). Direcció: Andrea López. Vídeo en català amb subtítols en castellà. (Durada: 21' 40'')

En un principi, la xica està radiant i enamorada, però a poc a poc les seues amigues s'adonen que no està tan bé com diu amb el seu xic. Hi ha tots els ingredients del maltractament. Comença amb adulacions i afecte, però a poc a poc es va ficant amb la roba que porta, controlant el seu mòbil i el temps que passa amb les amigues, la qualifica de mentidera i prostituta... El telefona per a quedar després d'una festa amb les seues amigues. Dóna una portada i se'n va. L'endemà li demana perdó i li fa un regal, una cadena amb un cor perquè sàpien tots que la xica és seua. Les seues amigues insisteixen perquè el deixi, perquè ella ja no és la xica d'abans. La seua professora i sa mare també s'adonen que alguna cosa li passa amb el xic, però ella ho desmenteix. Les discussions i les empentes continuen. Ella plora. S'adona com és aquesta relació.

Abans de veure el vídeo tingues en compte el cicle de la violència. Pot veure's en [aquest xicotet vídeo](#) de 2 minuts.



Qüestions

1. Reuneix-te amb tres o quatre persones i tracteu d'escriure el procés de violència pel qual passa la xica.
2. Coneixes casos reals com aquest o de semblants?
3. Què li diries a una amiga si saberes que està patint maltractaments o si veres que ja no riu com abans i que s'està quedant sense amigues?
4. Què li diries al xic si saberes que està controlant la xica i és molt possessiu?
5. Debat en el grup-classe.



Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.10. Diana en la xarxa EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Maltractament](#)

[#Vincles](#)

[Amor\(s\)](#)

[Ficció](#)

Desenvolupament

Vegeu el curt [Diana en la red](#). (Durada: 15')

Curtmetratge produït per la Fundació Tus Ojos, premiat en la IX edició de Curtmetratges per la Igualtat. València.

"Diana és una xica d'institut que té una relació amorosa amb un xic de la seua classe anomenat Rocky. Sebastián és company d'ells, un jove tímid i apocat. Paral·lelament es conta la història de maltractament que pateixen Diana i Sebastián. Diana, per part del seu nóvio, i Sebastián, en sa casa a través de la violència que exerceix son pare sobre sa mare. Per mitjà de les xarxes socials es va narrant la seua situació i l'eixida a la llum dels dos personatges."

En grups de quatre persones es contestaran les qüestions de la guia didàctica. Una persona farà de relator de les idees esmerçades. Finalment, es farà un debat en el grup-classe sobre les qüestions plantejades, detenint-se especialment en les actituds de domini i control de Rocky i en les de submissió de Diana als gustos de Rocky. Han de reflexionar sobre el perquè d'aquestes actituds.

Proposta didàctica.

DIANA EN LA XARXA

Curtmetratge creat per l'Ajuntament de Madrid, dins del programa contra la violència de gènere en l'àmbit educatiu, en col·laboració amb l'IES Arturo Soria.

1. De la mateixa manera que Diana i Rocky, moltes parelles posen cadenats en els ponts i tiren la clau. Què intenten simbolitzar amb això? Quina opinió en tens?

2. Quan Diana escriu en el mur del seu Facebook "Enamorada i més...", canvia la seua fotografia de perfil. Per quina la substitueix? Fa cap altre canvi en les fotos de la seua biografia?

3. Quina roba es prova Diana a la tenda? Amb quina es quedarà al final? Per què?

4. Com reacciona Rocky quan Diana està assajant acrobàcies amb Luis?

5. En paral·lel, coneixem la història de Sebastián:

5.1.- Fixa't en els títols de les pel·lícules de les quals pren fotografies.

5.2.- A continuació, quan està assegut en un bar-llibreria, recorda una conversa que son pare i sa mare havien malentès; intenta resumir-la.

Te cap relació amb les fotografies que ha pres anteriorment?

6. Indica l'opció correcta. En la segona ocasió en què Diana escriu en el seu mur:

Se sent:

a) contenta,

b) trista.

A què creus que es deu aquest sentiment?

En els missatges de la seua amiga Julia i del seu amic Luis:

a) es pregunten on està i per què no contesta als whatsapp,

b) s'alegren que estiga enamorada.

Suprimeix de les seues amistats:

a) Julia.

b) Luis.

Per què creus que ho fa?

En esdeveniments importants, selecciona:

a) nova persona coneguda,

b) nova relació,

c) compromís.

Diana es troba cada vegada més sola.

7. Què li exigeix Rocky quan s'acomiada d'ella?

Els nostres cossos, els nostres drets

11.3.11. Qüestionari: tractar bé o malament 2EBC

Nivell: Segon cicle d'ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Violència masclista

#Vincles

#Maltractament

#Bon tractament

Desenvolupament

Els qüestionaris sobre maltractaments es faran individualment. Només voluntàriament poden compartir-ho per parelles. En grups de quatre persones elaboraran un qüestionari de bons tractes que posteriorment poden comparar amb el que donem ací.

VIOLENCIA PSICOLÒGICA EN LES RELACIONS DE PARELLA. (Treball individual)

En moltes relacions hi ha moments laberíntics, en què les relacions i la comunicació no són les convenients ni justes, perquè es pateix i es fa patir l'altra persona. Això succeeix en algunes parelles, però també succeeix en algunes relacions d'amistat i en les relacions d'alguns pares i mares amb els seus fills i filles. En la graella següent en tens alguns exemples. Tu també pots posar altres exemples de la teua experiència o del que hages observat. Contesta individualment i després, si ho desitges, explica la teua experiència a una altra persona. Finalment, realitza un debat en el grup-classe sobre els ítems següents. També pots afegir-ne altres.

Marca la resposta amb una creu:	Sempre	Alguna vegada	Mai
La teua parella controla tot el que fas i no et deixa tindre cap secret			
Vigila tots els teus moviments i necessita saber tots els detalls (on, quan, amb qui, quant de temps...)			
Posa traves al teu treball, estudis, costums..., fins i tot als teus somnis			
Vol que canvies la teua forma de vestir, de ser, de pentinar-te, de parlar...			
Critica les teues amistats i els teus familiars i desconfia d'elles i d'ells			
Quan no ho esperes et munta un espectacle en públic			
Et deixa plantada sense donar-te cap motiu			
Pretén que endevines què li agrada i que actues segons la seua voluntat			
Et dóna ordres o et castiga amb el seu silenci			
Es disgusta sempre que les coses no ixen com volia			
Et culpa de tot el que ocorre i t'ho fa creure			
No assumeix cap responsabilitat en la vostra relació			
No demana disculpes			

T'humilia comparant-te amb altres persones			
Imposa regles en la vostra relació segons li convé			
Fa coses que a tu no et deixa fer			
T'aïlla i t'enfronta amb les altres persones			
Culpa als teus familiars i amistats de posar-te en contra seva			
T'amenaça amb abandonar-te si no fas el que et demana			
Intenta provocar-te llàstima parlant-te de la seua infància infeliç, dels seus problemes a casa...			
No sol correspondre als teus afalacs i a la teua forma de mostrar-li l'afecte			
No deixa que faces cap observació a la seua manera de ser			
Mai et felicita pels teus èxits i actes			
És poc sociable i desconsiderat amb la teua família i amb les teues amistats			
S'ofén de forma molt ràpida			
Posa a prova el teu amor amb paranys i mentides			

Recorda que la teua vida és teua i ningú pot intervindre-hi si tu no vols. Demana ajuda si estàs en aquest laberint i tens por.

* Extret de ALTABLE, Charo, *Los senderos de Ariadna*, [En línia], Octaedro, Granada, 2010.

Els nostres cossos, els nostres drets

Recorda que la vida de la teua parella és seua, que no hi pots intervindre com si fores el seu amo. Demana ajuda si estàs en aquest laberint d'ira i necessites controlar la teua parella.

ATENCIÓ XICSI

Aquest test pot ajudar-te a detectar els maltractaments i a veure si tu els practiques en alguna de les seues formes.

Pensa si alguna vegada has fet alguna cosa així.

Puntua del 0 al 5 (on 0 és "en absolut" i 5 "moltes vegades, completament d'acord...").

Sigues valent i sincer. Ningú veurà el que respongues. A tu t'interessa saber com eres.

1. Quan t'extralimites amb ella et costa demanar-li disculpes.
2. En la relació amb la teua núvia, intentes que les coses es facen quasi sempre a la teua manera.
3. Necessites controlar tot el que fa la teua xica, la crides, la busques. La segueixes.
4. Tu et permets fer coses que si les fa ella et semblen malament i no li les toleres. Per exemple anar-te'n de festa amb els teus amics.
5. No t'importa gens incomplir els acords que heu pres entre els dos. Per exemple, faltes a les cites.
6. Et costa reconèixer les seues qualitats i els seus valors.
7. Creus que en una relació de parella, està bé que s'intente controlar el que l'altra persona pensa.
8. No t'agrada que ella tinga altres opinions diferents de les teues.

9. T'agrada decidir: quan i com us veieu, on aneu, etc.
10. Eres gelós, no fas marxa enrere i damunt la culpes a ella.
11. Et poses agressiu amb ella i després et comportes com si no haguera passat res.
12. En la parella intentes sempre ser tu qui porta els pantalons, i per a fer-ho tot val, encara que a la teua xica li faça mal.
13. Et costa expressar la teua admiració i el teu reconeixement per ella

BONS TRACTES (Treball conjunt)

L'alumnat tractarà de confeccionar un llistat de bons tractes amb les seues companyes i companys en grup xicotet. Posteriorment el posaran en comú i el compararan amb el llistat següent, al qual poden respondre individualment. Després es realitzarà un debat en el grup-classe.

	Marca la resposta amb una creu:	Sempre	Alguna vegada	Moltes vegades
1	La teua parella no et controla ni insisteix a saber què fas amb les teues amigues i amics o de quines coses parles.			
2	No vigila tots els teus moviments ni necessita saber tots els detalls (on, quan, amb qui, quant de temps...).			
3	T'anima en els teus projectes de treball, estudis, desitjos o somnis.			
4	No controla la teua forma de vestir, de ser, de pentinar-te, de parlar...			

5	No critica ni desconfia de les teues amistats i familiars.			
6	Et valora quan està tot sol amb tu i també en públic.			
7	Accepta la teua manera de comportar-te sense pretendre que faces o et comportes com ell/ella vol.			
8	No et dóna ordres. Et deixa llibertat.			
9	T'expressa els seus desitjos i emocions.			
10	Si les coses no ixen com vol no et culpa a tu.			
11	És atent/a i et demana disculpes.			
12	Et sents cuidada/t i en confiança.			
13	Et demana disculpes.			
14	No t'humilia ni et compara amb altres persones.			
15	No imposa regles en la vostra relació segons li convinga sinó que dialogueu i arribeu a acords entre els dos.			
16	Són relacions igualitàries; no fa coses que a tu no et deixa fer.			
17	No t'aïlla ni enfronta amb les altres persones.			
18	No t'amenaça amb abandonar-te si no fas el que et demana o espera de tu.			
19	No es queixa constantment per a donar-te llàstima.			

i Extret i adaptat de CANTERA, M. Iciar, ESTEBÁNEZ, Ianire i VÁZQUEZ, Norma, 2009, DM. *Desconecta del maltrato. Guía para jóvenes*, Ajuntament de Barakaldo, Bilbao.

Els nostres cossos, els nostres drets

20	Sol correspondre als teus afalacs i a la teua forma de mostrar-li l'afecte.			
21	Et deixa que faces observacions quant a la seua forma de ser.			
22	Et felicita pels teus èxits i actes.			
23	És atent i considerat amb la teua família i amb les teues amistats.			
24	No t'ofén ni es mostra silenciós si no obté el que espera.			
25	És sincer/a i no fa servir parany. No et posa a prova.			
26	No et deixa en ridícul davant d'altres persones, ni presumeix que sap més que tu.			
27	Respecta els teus desitjos i no et força, perquè comprén que no sempre coincideixen.			

Qüestions

- 1-T'han servit aquests qüestionaris per a reflexionar sobre el maltractament o bon tracte en les teues relacions?
- 2-Elabora un qüestionari de bons tractes en un grup de quatre persones.
- 3-Compareu el vostre qüestionari amb aquest i penseu si podeu afegir alguna cosa més al vostre. Poseu-hi totes les qüestions que pugueu en forma positiva. Per exemple, la qüestió número 4 pot posar-se en forma positiva així: Em deixa llibertat en la meua manera de vestir-me, pentinar-me o parlar.
- 4-En grup gran redacteu un qüestionari final de Bons Tractes.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4. TREBALLANT PELS BONS TRACTES

Objectius

- Entendre i promoure el concepte de 'bon tracte'.
- Entendre que el concepte de bon tracte també s'adreça a un/a mateix/a, així com a la resta de la societat en la qual convivim – respecte a les diversitats.
- Prendre consciència de la necessitat i les múltiples possibilitats de transitar cap al bon tracte des de qualsevol situació de maltractament que es detecte.
- Reconèixer, fer una crida positiva a emular i explicitar la importància crucial que té la cura dels altres –majoritàriament duta a terme per dones– per al funcionament òptim de la nostra societat.

Els nostres cossos, els nostres drets

Del maltracte al bon tracteⁱ

Informació per al professorat

Coneixem moltes notícies de maltractament, situacions horroroses moltes vegades, assassinats de dones cada setmana o assetjament i maltractament a les aules i al carrer o al treball. El bon tracte, al contrari, no ocupa columnes en els periòdics ni en els noticiaris. Instaurar el bon tracte en tota la societat hauria de ser, no obstant això, un gran projecte de vida per a totes les persones. Podem respondre al maltractament amb rebel·lia o desobediència al model, però la vertadera alternativa va més enllà perquè consisteix a establir el bon tracte com a projecte, la qual cosa indica que no són simplement paraules sinó un procés o camí amb les seues etapes.

El maltractament es construeix, s'exerceix i reproduceix en l'espai social; és la violència estructural de la societat patriarcal, que jerarquitzza i crea diferències i discriminacions basant-se en la diferència sexual, i estableix la primacia de l'home sobre la dona, la dicotomia de gèneres, i el masculí sobre el femení, servint-se de creences, narracions, valors i rols que es reproduïxen en l'educació, en els mitjans de comunicació i a tot arreu. Així aprenem un model de poder basat en eixos de domini-submissió: control i competitivitat per als homes, i educació per a agradar en les dones. Una vegada interioritzat aquest model, passem a exercir poder i control sobre nosaltres mateixes/os per mitjà de desvaloracions i comparacions violentes que tenen conseqüències

en la salut física i psíquica.

Els maltractaments generen emocions com la ira i la depressió, les quals tenen una incidència sobre la nostra salut i les nostres relacions. Si no sabem manejar aquestes emocions, podem projectar-les i soltar-les violentament sobre altres persones. Per això és bo reconèixer les pròpies ferides emocionals i aprendre a manejar-les i a transformar-les en el punt de palanca per a la salut i l'establiment del bon tracte. És un art que és necessari aprendre.

El model del bon tracteⁱⁱ

No hi ha un model de bon tracte. L'hem de construir perquè no existeix ni tan sols la paraula, i el que no s'anomena no existeix, i si no existeix desapareix de la nostra ment i de les nostres metes.

Construir el bon tracte significa aprendre a cuidar-se i aprendre l'atenció mútua, saber-nos construir una família afectiva en la qual tinguem confiança, se'ns reconega i se'ns tracte bé.

Aprendre a cuidar-se és saber escoltar-se, escoltar el cos amb les seues sensacions, escoltar les emocions i els pensaments i desitjos, i comprometre's en el benestar i el bon tracte, cosa que no s'aconsegueix sense una pràctica quotidiana: aprendre l'atenció mútua, donar i rebre plaer, introduir la pràctica del benestar en les relacions, aprendre a cuidar i deixar-se cuidar, oferir a les altres persones alguna cosa

que podem gaudir conjuntament com menjar, música, jocs, llibres...

El bon tracte significa també construir-nos una família afectiva, creant vincles i llaços d'empatia, confiança i respecte, i acceptant i acollint les diferències de cada persona de la família afectiva.

El BON TRACTE implica una altra manera de viure i relacionar-se que requereix un treball personal i col·lectiu. Demana autoconèixer-se, la qual cosa implica una sèrie de coneixements bàsics, com el desenvolupament dels processos emocionals i relacionals. Així, col·locant-nos com a observadors de nosaltres mateixos/es, aprenem a escoltar-nos i entendre els processos del nostre cos, les nostres emocions i pensaments...

ⁱ ALTABLE, Charo (2017)

ⁱⁱ Extret de SANZ, Fina, *El Buentrato como proyecto de vida*, Kairós, Barcelona, 2016.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.1. Què és el maltractament? EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Vincles](#)

[#Maltractament](#)

Desenvolupament

Es tracta de concentrar-se per a reflexionar individualment sobre el maltractament que ens donem, ens donen o donem a altres persones. Després es comparteixen les reflexions per parelles. Cada persona comparteix voluntàriament allò que desitge. Després es compartirà en grups de quatre i finalment es realitzarà un debat en tot el grup.

Aquesta activitat s'ha de continuar amb les dues següents dels bons tractes.

Qüestions

- 1-Què és per a tu el maltractament?
- 2-Quan t'has sentit maltractada o maltractat? (en qualsevol dels àmbits, família, amigats, treball, parella..., tant afectivament com sexualment, etc.)
- 3-Què és per a tu la violència masclista contra les dones?
- 4-Quan has maltractat a algú?
- 5-Com et maltractes a tu mateixa o a tu mateix?
- 6-Per què ens maltractem?
- 7-Com descriuries el tipus de relacions que estableixes? Et sents a gust? Tens conflictes en les teues relacions? Què és el que més trobes a faltar en les teues relacions?

8-Per parelles, compartiu voluntàriament el que desitgeu. Després compartiu-ho amb una altra parella.

9-Debat general sobre els maltractaments.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.2. Passar del maltractament al bon tracte EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Vincles](#)

[#Bon tractament](#)

[#Autoestima](#)

[#Maltractament](#)

Desenvolupament

Hi ha ferides de la infància, per ètnia, diversitat cultural, social, sexual, intel·lectual, funcional..., ferides històriques i ferides de gènere. Totes són ferides emocionals i generen dolor i malestar, i poden donar origen a guions de vida no saludables. Cal tractar de reparar aquest dany perquè la violència no continue i puguem establir-se relacions de pau, prenent consciència de les nostres ferides, i després treballar els dols, el perdó i la resiliència o resocialització saludable.

EL BON TRACTE

El bon tracte a nivell personal requereix:

- Amar el nostre cos.
- Cuidar-nos i deixar-nos cuidar.
- Ser conscients i amar el nostre espai personal.
- Reconèixer els nostres desitjos.
- Respectar els nostres límits.
- Saber demanar i saber dir Sí i No.
- Saber acomiadar-se (saber fer dols).
- Saber agrair.

- Saber perdonar i saber demanar perdó.
- Responsabilitzar-nos de la nostra vida i del nostre benestar.
- Tindre projectes propis.

Per a establir el bon tracte en les relacions es requereix:

- Saber donar i saber rebre, la qual cosa no és fàcil perquè està traspassada pel gènere i implica autoescolta i escolta mútua, respecte i atenció mútua.
- El bon tracte amb les persones es basa en l'amor que podem compartir amb elles, saber compartir espais, expressar les emocions, resoldre conflictes sense violència i saber negociar i establir límits i acceptar-los. Significa també acceptar les frustracions, tindre projectes compartits i saber acomiadar-se.

El bon tracte en l'aspecte social implica un canvi de valors perquè es done la igualtat, la justícia i els drets humans:

- Respecte per les diferències i les diversitats, treballant la cooperació, la solidaritat i empatia, que té un límit, perquè no podem respectar els costums u actes que atempten la integritat de les persones, per molt arrelats que estiguen en els costums i tradicions.
- Educació per la pau, que implica saber resoldre els conflictes socials, mitjançant la negociació sense violència, tot un repte.
- Establir el bon tracte amb les plantes, els animals i tota la naturalesa.

- Realització de projectes d'amor més enllà de la parella, com a concreció del bon tracte en xicotets o grans projectes, com un compromís personal amb el propi benestar, amb el de les persones que ens envolten i amb l'entorn.

En resum, hem de canviar els comportaments del maltractament pels del bon tracte, com a camí corporal i sensitiu, emocional i excitant que ens fa viure la vida amb sentit i alegria.

Qüestions

1. Quan i amb qui ens hem sentit ferides/ts emocionalment?
2. Com curar les ferides per a no actuar i relacionar-nos des d'aquestes ferides emocionals?
 - a. Com cures les teues ferides? Amb qui les cures?
3. Què és per a tu el bon tracte?
4. Quan i com t'has sentit ben tractat/ada?
5. Quan i com has ben tractat algú?
6. Què és per a mi negociable i no negociable en una relació?
7. Comparteix en parella aquestes reflexions o, si ho prefereixes, en un grup de confiança amb tres o quatre persones. Comparteix voluntàriament el que desitges.
8. Compartiu voluntàriament el que desitgeu en tot el grup i realitzeu un debat sobre el bon tracte.
9. A quines conclusions heu arribat? Com ho aneu a posar en pràctica?

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.3. Aprendre la cura EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Autoestima](#)

[#Vincles](#)

[#Bon tractament](#)

Desenvolupament

Es tracta de reflexionar individualment, per parelles i grupalment sobre aquestes qüestions. És beneficiós realitzar un resum dels punts tractats i fer cartells o vídeos sobre la cura com bon tracte.

Qüestions

- 1-Què significa per a tu *cuidar*?
- 2-Com tens cura de tu mateixa? I del teu cos? Com tens cura de tu mateixa emocionalment? Com et cuides mentalment?
- 3-Com tens cura d'altres persones?
- 4-Qui et cuida? A qui cuides? Cuides més que et cuiden o, al contrari, et cuiden més que cuides?
- 5-Tens un grup de persones de confiança (família afectiva) a les quals els pugues explicar els teus problemes, inquietuds i somnis? Et sents escoltada/t, reconeguda/t i cuidada/t?
- 6-Comparteix les teues reflexions en parella o en un grup de tres o quatre persones.
- 7-Compartiu en tot el grup de classe les vostres reflexions.

8-Debateu quines accions podeu dur a terme per a establir el bon tracte a la classe i a l'institut. Poden ser cartells, vídeos o qualsevol altra cosa que imagineu.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.4. El tacte que cuida EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Vincles

#Bon tractament

#Dinàmica corporal

Desenvolupament

Percebre l'ésser d'una altra persona requereix la pràctica del contacte, una de les expressions màximes de la cura. És un art que podem practicar en les nostres relacions familiars, d'amistat o parella. Només el tacte amorós, la comunicació privilegiada entre els éssers humans, ens prevé de la violència, que expressaria llavors aquesta necessitat no reconeguda de contacte.

Educar el tacte és ensenyar a respectar l'espai propi i el de les altres persones, ensenyar a dir 'sí' i 'no', 'vull això' i 'no vull allò'. El tacte conscient que es posa tranquil·lament sobre la pell de l'altra persona, el tacte meditatiu, ens ajuda a prendre consciència de les sensacions pròpies i alienes, d'allò que desitge i d'allò que no, d'allò que puc permetre i d'allò que no, i, en definitiva, dels propis límits i dels de l'altra persona, respectant-me i respectant l'altra persona.

En la realització d'aquesta activitat pot ajudar-nos una música relaxant. Per exemple la cançó **"Sayat Nova" de Djivan Gasparyan**

Punts que cal tindre en compte

Abans de realitzar aquest exercici convé deixar clar que la seua realització és voluntària i que han de triar la persona amb què podrien fer

l'exercici en confiança. Davant qualsevol cosa que no els agrada, han d'alçar la mà i demanar el que preferisquen o dir el que no vulguen, i també si prefereixen que el contacte siga més o menys fort.

- 1-Tria una persona de la teua confiança. Pregunta-li si vol fer aquesta activitat amb tu. Com en tota relació necessitem el consentiment de l'altra persona.
- 2-Una persona serà A i l'altra B. La persona A tancarà els ulls per a concentrar-se en les seues sensacions i emocions. La persona B col·locarà les mans pausadament, com si foren ales d'ocell, en determinats punts del cos de l'altra persona.
- 3-Persona B. Col·loca les teues mans esteses sobre el cap d'A, una en el front i l'altra en el bescoll. Deixa-les reposar dos minuts, respirant relaxadament, sense estrényer la mandíbula. Les dues persones heu de respirar lentament i profunda per a percebre més el contacte. Després de dos minuts col·loca una mà en les clavícules i una altra darrere, a la mateixa altura que la mà que està en les clavícules. Després de dos minuts es col·loquen una mà en l'estómac i una altra darrere, sempre a la mateixa altura que la mà de davant. Després una mà en el ventre i una altra en l'os sacre (dos minuts). Mans en genolls per davant i darrere i finalment mans en turmells, per davant i per darrere (els dits índex i polze de cada mà tocaran els ossos del turmell).
- 4-Després d'haver posat les mans en els punts anteriors és necessari fer la integració de

tot el cos. Per a això la persona B s'imagina que les seues mans són plomes o ales d'ocell i des del cap abaixen lentament per l'esquena i les cames fins als peus. Per davant del cos, les mans es col·loquen a una distància d'aquest de 5 centímetres més o menys i fan el moviment com si s'esvararen pel cos, però sense tocar-lo. Després tornen a l'esquena i fan el mateix, s'esvaren des del cap als peus sense tocar el cos, com si fóra un riu o un vent que bufa una vegada i una altra fins als peus. En acabar, la persona B deixa les seues mans una davall de les clavícules i l'altra en l'esquena (2 minuts). Després se situa enfront de la persona que ha tocat i espera que òbriga els ulls. Atreveix-te a mirar-la als ulls, però sense parlar. Quan acabe l'exercici podreu fer-ho.

- 5-Canvi de rols. Quan les dues persones acabeu l'exercici podreu parlar de les sensacions que heu tingut i què heu sentit, quina cosa us ha agradat més i què heu imaginat o recordat. És important que parleu de les vostres sensacions i sentiments i què heu pensat.
- 6-Si hi ha temps, podeu fer el mateix exercici amb una altra persona. Després realitzeu un debat amb tota la classe sobre allò que s'ha sentit en l'exercici i sobre la importància del tacte respectuós.
- 7-Podeu realitzar un cartell o vídeo sobre la importància del tacte i la carícia respectuosa.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.5. respecte a la diversitat de gènere EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Activismes

Desenvolupament

Vegeu el vídeo [Respeto a la diversidad de género](#). (Durada: 2')

La UNAM es caracteritza per la diversitat en tots els àmbits, sense importar la teua condició sexual. El següent vídeo mostra la FES Acatlán com un espai lliure, incloent i respectuós de la diversitat de gènere. Podem veure a moltes parelles amb diferent orientació sexual besant-se en els jardins de la Universitat, la UNAM de la capital de Mèxic. Un vídeo pels bons tractes i la normalització de qualsevol tipus d'orientació sexual.

Després de veure el vídeo es pot passar directament a comentar-lo en grups de quatre persones, i escriure un xicotet resum d'allò que s'ha comentat per a exposar-ho en el debat general de tot el grup.

Qüestions

- 1-Què t'ha paregut aquesta manera d'exposar el respecte a tot tipus d'orientació sexual?
- 2-Debateu en classe sobre la importància del llenguatge i les arts visuals en la difusió dels drets humans i la visibilització d'allò que no es vol veure i es desitja que romanga ocult.
- 3-Creus que moltes persones abandonarien els seus prejudicis si en tots els jardins pogueren veure escenes com aquestes?

4-Podeu veure també un vídeo: [Batucada la Tremenda Revoltosa. Marxa LGBTI Bogotá 2014](#). Durada: 4'.

5-Debateu sobre la importància de la música com a transmissora de drets, idees i sentiments.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.6. empremtes: el meu cos, ma casa BC

Nivell: Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Activismes](#)

Desenvolupament

Vídeo *Huellas: Mi Cuerpo, Mi Casa*. Dramatúrgia i direcció de Patricia Ariza. (Durada: 7' 10")

En aquest vídeo la meitat de les persones són víctimes del desplaçament forçós i l'altra mitat actrius, ballarines i cantants juntes per una causa: convertir el dolor en força i resistència i homenatjar les dones desplaçades de les seues terres, de les seues cases i pertinences, en alguns casos violades. Pots veure com per mitjà del teatre i altres arts, com la música i la dansa, les persones que han patit violències diverses poden expressar el seu malestar, les situacions injustes que van patir, i el respecte i la reparació que exigeixen perquè la societat reconega els seus drets i la seua dignitat com a persones. Aquest vídeo tracta de demostrar les empremtes que la violència deixa en el cos i com aquest dolor callat necessita expressar-se a la societat perquè siga escoltat, reparat i transformat en força i suport col·lectiu a les víctimes i en respecte de tota la societat als drets humans. És un exemple de com passar del maltractament al bon tracte en grup i de com fer aquesta demanda a la societat.

Qüestions

Feu grups de quatre persones per a contestar aquestes qüestions:

- 1-Què has sentit en veure el vídeo?
- 2-Et sembla efectiva aquesta manera de reivindicar justícia? Explica'n el perquè.
- 3-Coneixes altres lluites per la justícia que hagen sigut expressades mitjançant l'art?
- 4-Se us acut alguna idea per a expressar d'una manera artística les injustícies, els assetjaments o violències que coneixeu, que han patit els vostres companys i companyes o les veïnes i veïns del vostre barri o ciutat? Reflexioneu sobre això en un grup de quatre persones.
- 5-Debateu en el grup-classe sobre les iniciatives que hàgeu pensat i la possibilitat de portar-les a cap. Pot ser música o escenificacions pels bons tractes.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.7. Dels maltractaments al bon tracte mitjançant el teatre EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Bon tractament](#)

[#Activismes](#)

Desenvolupament

Vegeu el vídeo [Els bons tractes de l'Associació al-Sur](#), amb alumnes de la Universitat de Màlaga. (Durada: 10'04'')

En aquest vídeo l'alumnat de la universitat de Màlaga exposa casos reals de maltractaments. Una alumna explica la seua experiència quan tenia 15 anys. Ho explica en classe i totes les persones s'alcen per a abraçar-la en forma de cercle. Una psicòloga parla de les edats de dones que han patit maltractaments, de 12 a 70 anys, que ella tracta en la seua consulta. No veiem el teatre, encara que ens expliquen el que fan.

Qüestions

- 1-Resumeix breument què has vist en aquest vídeo.
- 2-Què és el que més t'ha cridat l'atenció?
- 3-Coneixes alguna experiència teatral que denuncie els maltractaments? Coneixes alguna pel·lícula que ho faça?
- 4-Reuneix-te en un grup de quatre persones i reflexiona sobre aquestes qüestions i sobre què has vist en aquest vídeo. Se us acut alguna cosa que podríeu fer a l'institut per a promoure els bons tractes?
- 5-Debat general en el grup-classe.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.8. Pels bons tractes: música i performance EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Violència masclista](#)

[#Bon tractament](#)

[#Música](#)

Desenvolupament

Vegeu els vídeos:

A) ***En el amor no todo vale***

Realitzat per xics d'institut Rey Pelayo de Cangas de Onís. (Durada: 4' 50")

Aquest *lipdub* forma part del Programa por los Buenos Tratos de l'associació Acción en Red Asturias, i és producte del treball realitzat per l'alumnat de l'IES Rey Pelayo de Cangas de Onís (Astúries) des del 25 de novembre, Dia de la No-violència contra les Dones, fins al 14 de febrer, dia de Sant Valentí.

B) ***Flash móvil por los buenos tratos***

NRD Granada, IES Padre Suárez, (Durada: 6' 11")

Aquest vídeo és una proposta del Programa Por los Buenos Tratos, de l'ONG Accionenred, i el treball final després de 4 mesos reflexionant i intervenint per mitjà de tallers amb l'objectiu de contribuir a construir relacions més justes i igualitàries.

C) ***I love con buenos tratos***. Accionenred Canarias (1' 32")

Espot d'acció en xarxa realitzat amb motiu del 25 de novembre, Dia de la No-violència contra les Dones amb i per amor.

Debateu sobre la importància de la música, els

espectacles (*performances*) i altres arts visuals en la difusió i visibilització dels drets. Sobretot convé donar importància al desenvolupament dels bons tractes. El que no es veu ni se sent no pot interioritzar-se.

Qüestions

- 1-Debateu en el grup-classe gran sobre la importància de totes les arts en la visibilització dels bons tractes i dels drets humans.
- 2-Quin vídeo us sembla que pot tenir més impacte en la societat?
- 3-Si haguéreu de donar un premi, a qui li'l donaríeu?

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.9. Reconèixer el treball de les dones EBC

Nivell: ESO, Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

[#Autoestima](#)

[#Bon tractament](#)

Desenvolupament

Vegeu el vídeopoema «**Compañeras**» (2016), inclòs en el llibre *Todos mis futuros son contigo*, del cantant i poeta Marwan, publicat per Editorial Planeta. (Durada: 3'40'')

Després de veure el vídeo, poden reflexionar sobre les dones que coneixen, què fan i què reben d'elles, i després escriure un text individualment. Això pot fer-se en 10'. Després buscaran una persona de confiança per a compartir el que s'ha escrit i posteriorment ho compartiran en grups de quatre. Finalitzaran amb un debat en tot el grup.

També podem demanar-los que porten fotografies de les seues mares, àvies, besàvies... amb un petit text en què expliquen les coses importants que van fer aquestes dones. Es pot fer una exposició amb les fotografies.

Els nostres cossos, els nostres drets

11.4.10. Cançó de fer camí BC

Nivell: Batxillerat i Cicles

Etiquetes:

#Música

#Bon tractament

Desenvolupament

Veure el vídeo *Cançó de fer camí* (Durada: 3' 10"), i escoltar la cançó una vegada en silenci.

Es tracta d'un poema de Maria Mercè Marçal cantat per Mireia Viva & Gemma Humet.

Després es pot passar a expressar el que s'ha sentit i a debatre en grup la importància de la poesia i la música per a expressar i compartir els nostres problemes, desitjos i somnis. Per a finalitzar, es pot veure una segona vegada dempeus i acompanyar amb braços i moviments corporals el ritme de la música. Se'ls pot entregar una còpia de la cançó i una altra dels 10 punts del *Bon tracte*.

Qüestions

- 1-En grups de quatre persones expresseu què heu sentit en escoltar aquesta cançó i veieu el vídeo.
- 2-Debateu la importància que té la música com a acompanyant dels nostres problemes, desitjos i sons. Podeu enumerar les vostres cançons preferides que us acompanyen.
- 3-Debat general en el grup-classe sobre allò que s'ha parlat en els grups de quatre persones.
- 4-Esolteu la cançó una altra vegada. La podeu acompanyar dempeus i amb moviments de braços i cos.

5-Tracteu de resumir les conclusions d'aquest apartat en un cartell pels bons tractes. Tingueu en compte aquests punts (podeu escriure'ls d'una altra manera) i altres que se us acudisquen:

Alguns punts del bon tracte

- Estimar-nos és acceptar-nos amb qualitats i defectes i acceptar les nostres circumstàncies.
- Cuidar de nosaltres mateixes/os significa respectar el que sentim i fer-nos responsables del que ens passa, de la nostra salut i benestar físic, emocional i mental, buscant solució als problemes.
- Som responsables de les nostres eleccions, de a qui donem amor i a qui no.
- Sóc responsable de les meues necessitats i desitjos i, per tant, sóc responsable de buscar i donar-me el que necessite.
- Puc demanar el que necessite.
- Tinc drets i puc fer-los valdre.
- Puc posar límits i els he de posar.
- Puc confiar en els meus sentiments.
- Acceptar la nostra còlera i escoltar i canalitzar el nostre sentiment d'ira és important, per a no fer-nos dany ni fer-ne a altres persones.

Cançó de fer camí

Veniu, veniu a la barca dels Bons tractes. Hi ha lloc per a totes i tots. A la barca dels Bons tractes pots trobar escolta, acceptació i estima. Vols venir a la meua barca?

-Hi ha violetes, a desdir!
Anirem lluny sense recança
d'allò que haurem deixat aquí.

Anirem lluny sense recança
-i serem dues, serem tres.
Veniu, veniu, a la nostra barca,
les veles altes, el cel obert.

Hi haurà remes per a tots els braços
-i serem quatre, serem cinc!
i els nostres ulls, estels esparsos,
oblidaran tots els confins.

Partim pel març amb la ventada,
i amb núvols de cor trasbalsat.
Sí, serem vint, serem quaranta,
amb la lluna per estendard.

Bruixes d'ahir, bruixes del dia,
ens trobarem a plena mar.
Arreu s'escamparà la vida
com una dansa vegetal.

Dins la pell de l'ona salada
serem cinc-centes, serem mil.
Perdrem el compte a la tombada.
Juntes farem la nostra nit.

Els nostres cossos, els nostres drets

Nota: Orientacions didàctiques

Com veureu, algunes de les activitats incloses en aquest projecte contenen instruccions que us ajudaran a posar-les en pràctica a l'aula. Quan aquest no siga el cas, les podreu treballar individualment, mitjançant alguna de les estructures cooperatives que expliquem en l'annex "Estructures cooperatives", o bé com a xicotet projecte de treball. D'altra banda, és també recomanable treballar els continguts de forma transversal en les diferents assignatures del currículum que es consideren adients.