



“MÓJATE POR LA IGUALDAD”

## PLAN IGUALDAD DE GÉNERO

TOÑI MONTERROSO CHAVES

2º TRIMESTRE- UD II

14 DE FEBRERO

## UD II: AMOR EN POSITIVO

El tema que estamos tratando de abordar hemos de hacerlo desde el punto de vista de los chicos y las chicas con estas edades, **debemos «trabajar con la adolescencia desde la adolescencia»**. Lo más idóneo en este caso es contar con sus experiencias y trabajar desde sus intereses y vivencias, más que mostrarles caminos que desde el punto de vista más adulto, son los «válidos»

Antes de comenzar proyectamos este video: “LOS MITOS DEL AMOR”

<https://www.youtube.com/watch?v=Cqaj9MZa38I>

### REFLEXIONAMOS I : CUANDO EL AMOR ES VIOLENCIA

Nunca el amor va a ser una forma de violencia, ni la violencia una forma de amar. Éste es el primero de los errores que cometen algunas chicas adolescentes y/o jóvenes, la justificación en base al amor: «Aunque me haga esto, yo sé que me quiere», que podría entenderse de la misma manera que otra frase más antigua: «Quien bien te quiere, te hará llorar». Expresiones como éstas legitiman, para muchas chicas y chicos, las situaciones de violencia en sus relaciones de pareja.

Cuando las chicas adolescentes comienzan una relación de pareja, ya están impregnadas de ideologías dominantes que configuran una tipología válida de «tener pareja»: que sea celoso, posesivo, controlador... aunque pueden cambiarle el nombre a estos adjetivos. Por eso, aspectos como la posesión, los celos, la dependencia emocional... son vistos dentro de la pareja como aceptables e incluso «imprescindibles». El grupo de iguales, en su mayoría, sostiene los indicadores que han de estar presentes en una relación amorosa. Llama la atención las relaciones similares que encontramos en estas edades, así como la dificultad para visibilizar otro tipo de parejas que no cumplen los mandatos de género: parejas homosexuales, parejas lesbianas, parejas no celosas, parejas no posesivas...

# PLAN IGUALDAD DE GÉNERO

TOÑI MONTERROSO CHAVES

2º TRIMESTRE- UD II

## PARA DETECTAR LAS FORMAS DE VIOLENCIA QUE PUEDEN DARSE EN EL NOVIAZGO O EN LA RELACIÓN DE PAREJA DEBEMOS TENER EN CUENTA NO SUBIR NINGUNO DE LOS SIGUIENTES ESCALONES:

<p>Cuando mi pareja comienza que no mire a nadie que le entran celos.</p>		<p>Los celos son una forma de inseguridad y posesión que nada tienen que ver con el amor.</p>
<p>Cuando mi pareja empieza a contestarme mal, incluso con gritos, pero luego me pide perdón.</p>		<p>Las personas no cambian porque nosotros queremos y seguro que antes ya me mostró esta violencia de otras maneras.</p>
<p>Cuando mi pareja comienza a mirarme el móvil y mis redes sociales y quiere saber todo sobre mis relaciones interpersonales.</p>		<p>No es porque me quiere más, es para tenerme más controlada.</p>
<p>Cuando mi pareja me recrimina que estoy todo el día estudiando y que no le dedico tiempo.</p>		<p>Está obligándome a priorizarlo, y debo saber que en mi vida hay más cosas importantes que el hecho de estar siempre con mi pareja.</p>
<p>Cuando mi pareja me chantajea para mantener relaciones sexuales cuando yo no quiero, diciéndome que si no lo hago se va con otra.</p>		<p>Me está obligando a hacer algo que no quiere, que no desea.</p>
<p>Cuando mi pareja me comenta que no puede estar una semana sin mí y que no vaya al viaje de fin de curso o al campamento de verano.</p>		<p>Me está quitando mi libertad.</p>
<p>Cuando mi pareja me comenta que esa falda tan corta no le gusta porque todos me miran, o que el escote que llevo es muy provocativo.</p>		<p>Está obligándome a no utilizar algo que a mí me gusta.</p>
<p>Cuando mi pareja comienza a hablar mal de mis amistades y no quiere que me junte con ellas.</p>		<p>Es una manera de aislamiento y control.</p>
<p>Cuando mi pareja me llama varias veces al día, me manda varios mensajes al día, para saber qué hago, con quién estoy o cuándo nos vemos.</p>		<p>Es una manera de control y posesión.</p>
<p>Cuando mi pareja me dice que quiere estar siempre conmigo, que no le apetece mucho estar con más gente.</p>		<p>Es una manera de controlar y poseer mis espacios y tiempos.</p>

## REFLEXIONAMOS II: OTROS TIPOS DE RELACIONES SON POSIBLES

**Si aún no tienes pareja, o incluso si la tienes, debes saber que:**

- La libertad no es algo que te dan, es algo que tienes.
- El respeto no se trabaja, se ejerce.
- Los celos no son amor, sino inseguridad y posesión.
- Las relaciones sexuales no son expresiones de amor hacia la otra persona, sino deseos propios y consensuados.
- El amor no es entrega incondicional, esto se llamaría sumisión.
- Nadie cambia por amor, cambia o evoluciona por deseo propio y no por satisfacer a otra persona.

Teniendo una buena autoestima y algunas ideas claras sobre lo que no quieres en tu relación de pareja, como las que acabamos de nombrar, el resto de la construcción amorosa es cosa de la pareja. Una relación de pareja es algo que se va construyendo entre dos personas. Cada pareja es diferente del resto y construye sus cimientos, sin embargo, deberíamos tener en cuenta que existen pilares fundamentales en cualquier tipo de relación no basada en la violencia:

**RESPETO    LIBERTAD    CONFIANZA    IGUALDAD**

## ¿Cómo saber si mi pareja reúne los cuatro pilares?

- No te obligará a hacer nada que tú no quieras.
- Tendrá total confianza en ti, igual que tú en él.
- Valorará tu forma de ser: pensamientos, sentimientos, inquietudes... aunque sean contrarias a las suyas.
- No necesita saber qué haces, dónde estás o con quién estás en cada momento.
- No te hace comentarios hirientes, tales como: «Tú de esto no sabes», «te encuentras así porque estás con la regla», «esa ropa te queda fatal»...
- No te chantajeará, obligándote a mantener relaciones sexuales si tú no quieres.
- Respetará tus hobbies, tiempos, amistades, estudios... ●

## ACTIVIDAD 1: PUCHERO AMOROSO

### Objetivos

- Conocer las ideas previas que tienen en torno al amor romántico y la sexualidad.
- Crear un espacio propicio para seguir profundizando en la temática, partiendo de las ideas previas.

**Recursos** ▶ Espacio físico que nos permita realizar los grupos con facilidad. Pizarra, folios para cada grupo y rotuladores de colores.

**Temporalización** ▶ Una hora aproximadamente.

**Desarrollo** ▶ Antes de comenzar a hablar de amor, de parejas, de sexualidad... necesitamos conocer cuál es su punto de vista, sus ideas, sus esquemas amorosos previos. Para esto vamos a formar grupos de 4 o 5 personas. A cada grupo les vamos a dar tres folios: en uno pondremos «AMOR DE PAREJA», en el otro «RELACIÓN DE PAREJA» y en el último «SEXUALIDAD». Les explicamos que vamos a realizar tres «guisos», cada uno con estos nombres, así cada grupo ha de trabajar qué ingredientes tendrían, según ellas y ellos. Después del trabajo por grupos dividimos la pizarra en tres partes, cada una dedicada a los tres aspectos que hemos abordado. Cada grupo comienza a exponer los ingredientes que han elaborado, sin comentar nada. Apuntamos todo lo dicho por los grupos en la pizarra. A continuación leemos todo lo expresado y comenzamos el debate con el grupo en general, para ello nos podemos servir de algunas **preguntas**:

- ¿Hay ingredientes comunes en los tres «guisos»?
- ¿Qué ingredientes son diferentes?
- ¿Falta algo que no hayamos puesto? ¿Sobra algo?
- ¿Qué ingredientes son imprescindibles?
- ¿Existen otras formas de hacer estos «guisos», hay ingredientes nuevos?
- ¿Pensáis que estos «guisos» han tenido siempre los mismos ingredientes?
- ¿En qué hemos podido cambiar?



## PLAN IGUALDAD DE GÉNERO

TOÑI MONTERROSO CHAVES

2º TRIMESTRE- UD II

### ACTIVIDAD 1: BUZÓN DE LAS PALABRAS BONITAS

#### *¡CELEBRAMOS EL DÍA DEL AMOR!*

En el aula y durante estas dos semanas las alumnas, alumnos, profesoras y profesores escribirán, siguiendo el formato modelo de la carta ejemplo, 2 o 3 cartas SOLO de mensajes llenos de palabras bonitas. La semana del 14 de febrero cada tutoría abrirá su buzón y se repartirán todas las cartas.

**ATENCIÓN:** cada alumna y alumno dispondrán de 3 cartas para mandar. **ES MUY IMPORTANTE QUE LA TUTORA O TUTOR SUPERVISE LAS CARTAS ANTES DE SER INTRODUCIDAS EN EL BUZÓN O ANTES DE SER ENTREGADAS.** Debemos evitar mensajes no deseados.

**CONSEJO:** Asignar al azar o siguiendo algún criterio dos alumnas y/o alumnos a cada remitente para que todas y todos puedan recibir cartas llenas de amor y cariño. Dejar un destinatario para que cada remitente lo elija al azar.

Las palabras, cuánto poder tienen. Son capaces de arrancar una sonrisa, de poner título a un momento, animar, hacernos creer en nosotros mismos. Los mensajes llenos de palabras bonitas que recaudaremos harán especial este día de la amistad y el amor, donde todas y todos tendremos la oportunidad de sentirnos queridas y queridos.

