

MATERIALES PARA EL AULA

Col·lectiu Baubo¹

1. El placer de conocer(se)

Objetivos: conocer y ampliar las posibilidades erógenas de nuestro cuerpo. Reconocer todo el cuerpo como fuente de placer.

Desarrollo: dibuja un cuerpo humano y señala con los nombres que conozcas las zonas erógenas. Después contesta a las cuestiones.

Cuestiones:

1. ¿Por qué has señalado estas zonas? ¿Has comprobado que te proporcionan placer?
2. ¿Enumera las prácticas sexuales que consideras más placenteras. ¿Dónde has aprendido que lo son si no las has experimentado?
3. ¿Piensas que pueden haber zonas erógenas que desconoces?
4. Lee el siguiente artículo de la sexóloga norteamericana Shere Hite y comenta-lo. ¿Te atreverías con sus propuestas? ¿Por qué?

Texto

El erotismo masculino oculto

Una de las partes del erotismo masculino de la que menos se habla es del placer que el hombre obtiene cuando le estimulan analmente.

Según mis investigaciones, la cuarta parte de los hombres incluye alguna vez la penetración anal en su masturbación, y otra cuarta parte emplea alguna vez la estimulación anal externa.

[...]

Pocos hombres se dejan penetrar por una mujer durante el sexo. [...]

¹ Enric Senabre i Rosa Sanchis

Y en cambio, es una posibilidad que tienen los hombres de tener una experiencia totalmente distinta, como describe el siguiente hombre: “Nunca había entendido verdaderamente como era posible que una mujer dejara que el hombre la penetrara hasta que me penetraron a mí. Me gustó la sensación. Es una experiencia y una sensación que la mayoría de hombres no tienen nunca. Ser penetrado es muy distinto a penetrar. Y ahora comprendo que también sirve para los aspectos no sexuales de la vida. Dejar que alguien entre en tu vida, tu corazón, tus miembros y deseo, es una cualidad que las mujeres tienen mucho más desarrollada. Mi miedo a dejar entrar es como un miedo al amor”.

[...]

Según mis investigaciones, la mayoría de los hombres no quieren que los penetren, ni físicamente ni emocional. Igual que en el amor y el matrimonio, los hombres creen que serán más felices si dominan la relación, si la controlan, en lugar de arriesgarse a tener una relación más equitativa, de dar y recibir.

[...]

¿Cuántos se permiten intentarlo?

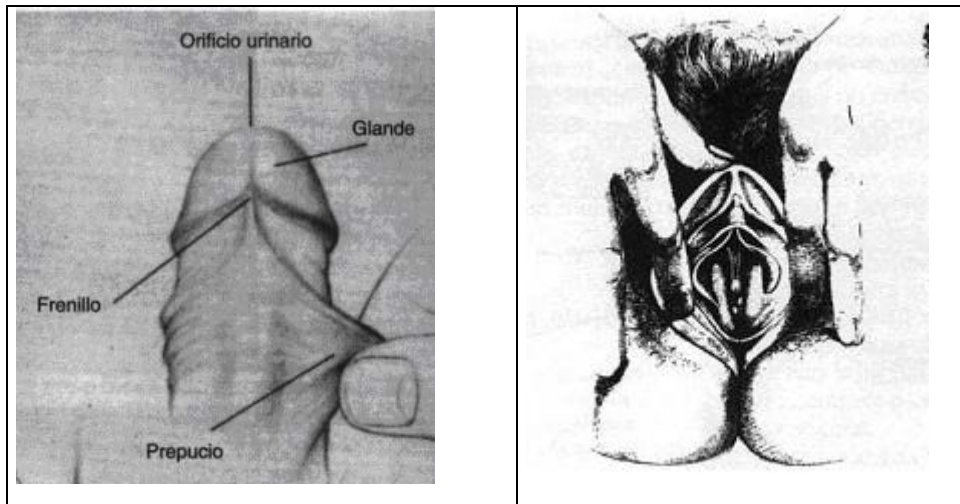
Shere Hite. *EPS*

5. Imagina que eres una parte del cuerpo de las consideradas más erógenas (el ano, los pechos, la vulva, el pene, etc.). Relata al resto del grupo cómo te lo montas en un encuentro sexual. Después de esto se hará un debate donde las diferentes partes convencerán al resto que son las más erógenas. Alguien del grupo representará el papel de “la piel” defendiéndolo como el órgano sexual más placentero de todos.

2. ¿Qué tengo ahí abajo?

Objetivos: conocer y dignificar los genitales externos y sus posibilidades para el placer, especialmente en las mujeres.

Desarrollo: observa las siguientes ilustraciones y responde a las cuestiones.



Cuestiones:

1. ¿Eres capaz de señalar las partes de los genitales femeninos de manera tan detallada a como lo están los masculinos? ¿Sería más sencillo señalar los genitales internos? ¿Por qué crees que ocurre?
2. ¿Conoces la terminología vulgar, de la calle, para designar los genitales masculinos y femeninos? ¿Qué diferencias observas? ¿Hay más variedad en unos o en otros? ¿A qué crees que son debidas las diferencias?
3. ¿Las chicas hablan de sus genitales? ¿Y los chicos? ¿Qué dicen unos y otras? ¿Crees que las chicas conocen tan bien sus genitales como los chicos los suyos? ¿Por qué?
4. (Para las chicas) En casa, coge un espejo y observa las diferentes partes de tu vulva. Si te atreves, puedes introducir un dedo en tu vagina y notar su humedad y textura.
5. ¿Crees que las chicas se masturban? ¿Has oído alguna vez a alguna chica hablar de ello? ¿Por qué crees que se oculta?

3. ¡Si lo probaras te encantaría!²

Objetivos: ayudar a los adolescentes a practicar las diferentes maneras de decir "no" a las presiones para tener relaciones sexuales.

² Adaptado F. López (1995) *Educación sexual de adolescentes y jóvenes. Siglo XXI. Madrid. 1995*

Desarrollo: Un grupo de alumnos actúa como jueces. El resto, por parejas o grupos, debe dar las mejores respuestas a las frases de presión. Los jueces deciden las mejores respuestas a las expresiones de presión. El objetivo es saber defenderse de las trampas que se esconden detrás de frases demasiado utilizadas.

Frases de presión:

- Todos lo hacen.
- Si me quisieras, tendrías relaciones sexuales conmigo.
- Sé lo que quieres, lo que paso es que tienes miedo del qué dirán.
- Debes crecer. No puedes ser siempre un/a niño/a.
- Vamos a hacerlo. Sé que algún día me casaré contigo.
- Ya tuvimos relaciones antes. ¿Cuál es el problema ahora?
- ¿No querrás que la gente piense que no eres un hombre (una mujer), verdad?
- Lo debo hacer ahora. Los de mi edad ya lo han hecho.
- Si quieres ser popular con los compañeros de la escuela... deberás hacerlo.
- Si te quedas embarazada, me casaré contigo.
- Tú tienes tantas ganas como yo.
- Me has excitado. Si me quieres continúa.
- Pruébalo. Será la mejor experiencia que hayas tenido.
- Tómate una copa. Te pondrá en ambiente.
- Muchas de tus/tuyos amigas/amigos lo hacen. Tú eres el único/a que no.

Cuestiones:

1. ¿Qué es una frase de presión? ¿En qué tipo de argumentos reafirma su fuerza? ¿Son convincentes?
2. ¿Es fácil pensar en buenas respuestas contra la presión sin insultar al otro? En esto consiste ser asertivo, pero, ¿es siempre posible serlo, o a veces hay que decir no de manera taxativa y clara?
3. ¿Es más común para las chicas o para los chicos usar frases de presión? ¿Por qué crees que ocurre? ¿Se esconde algún privilegio social detrás de esta situación?

4. Cuenta alguna situación que conozcas en la que se haya utilizado la presión para mantener relaciones sexuales.

4. Quiero hacerlo, ¿y tu?³

Objetivos: adquirir la habilidad de decidir conscientemente asumiendo los riesgos derivados de la relación sexual.

Desarrollo: responde a las cuestiones.

Cuestiones:

1. ¿Cuál crees que es la mejor forma de tomar decisiones? *a)* por impulso, *b)* por postergación, es decir, decidiendo a última hora, *c)* no decidir, dejando que los otros decidan por nosotros, o *d)* evaluando todas las alternativas y eligiendo una.
2. De este listado de ventajas y desventajas para tener relaciones sexuales en la adolescencia, di cuáles crees que influyen más en las chicas. ¿Y en los chicos?

Razones para tener relaciones sexuales: presión de los compañeros, comunicar afecto y sentimientos amorosos, evitar la soledad, obtener afecto, por placer o diversión, mostrar independencia o rebeldía frente a los padres u otras figuras de autoridad, mostrar que se es adulto, por dinero u otro intercambio, por curiosidad, por ser popular, por haber perdido el control bajo los efectos de drogas, por deseo, por la presión de los medios de comunicación, etc.

Razones para no tener: religión, miedo a no hacerlo bien, no sentirse preparado, temor al embarazo, temor a MTS, dañar las relaciones con los padres, tener cuidado de la reputación, sentimientos de culpa, mantener la virginidad, etc.

³ Adaptado de F. López, *op.cit.* (1995)

3. ¿Cómo pueden superar las chicas las barreras para tener relaciones sexuales? ¿Ayudan los comentarios de los chicos criticando a las chicas demasiado “fáciles”?
4. Imagina las siguientes situaciones y contesta a las cuestiones:
 - a. Maria tiene 15 años y está interesada en salir con Toni. Pero él no parece muy interesado en ella. Sus amigas le dicen que espere hasta que él le pida salir. ¿Qué puede hacer ella? ¿Qué riesgo debe asumir según la decisión que tome?
 - b. Carol está en una fiesta con un grupo de amigos. La fiesta acaba tarde y ella es una de las últimas en irse. Se supone que Samuel, un chico que a ella le interesa desde hace tiempo, la llevará a su casa en moto. Él no está borracho pero ha bebido un poco. Ella no tiene dinero para un taxi y está lejos de su casa. ¿Qué debe hacer? ¿Qué riesgo debe asumir teniendo en cuenta la decisión que tome?
 - c. Susana tiene 15 años y está saliendo con Arturo, que tiene 19. A ella no le gustan los chicos de su edad. Arturo parece más maduro. Una noche, después de una cita, Susana le invita a su casa a tomar una copa. Su madre no está en casa por las noches y supone que su hija no invita a amigos cuando ella no está. Arturo parece ser un chico muy agradable y nada atrevido. ¿Qué debe hacer ella? ¿Qué debe hacer él? ¿Qué riesgo deben asumir en función de la decisión que tomen?

5. Voy a pintar mi condón de...

Objetivos: familiarizarse con los preservativos y conocer su adecuada utilización.

Desarrollo: Se reparte un condón por pareja, se lee públicamente el folleto de instrucciones y se les anima a que lo desenrollen, toquen, palpen, huelan... Después de la explicación del folleto (puede hacerse mediante una escenificación del alumnado previamente preparada) se hinchan los condones y se atan para que queden como un globo.

Se reparten rotuladores y se pide el alumnado que imagine que el preservativo es un personaje famoso, del mundo de la política, del espectáculo, del instituto, etc. y que lo dibuje; por ejemplo puede ser de Bin Laden, con un turbante y una barba, también Aznar, con un bigote y unas cejas. Pueden también escribir mensajes recomendando su utilización, o comentarios sobre la sexualidad, etc. Después se hace una exposición en el instituto de los diferentes personajes.

6. Me pica... visita al CPF

Objetivos: conocer las enfermedades de transmisión sexual y la existencia de los Centros de Planificación (mal llamados) Familiar.

Desarrollo: leed la situación siguiente.

Sheila recuerda el fin de semana. Conoció a un chico e hizo el amor con él. Era simpático y guapo, vestía a la última y olía muy bien. Han pasado unos días y tiene molestias en la vagina y en la vulva, el flujo es extraño y huele mal. Además le pica muchísimo. Avergonzada, se lo cuenta a una amiga y ésta le aconseja la visita al CPF. Allí le dan tratamiento y le dicen que avise al chico con quien mantuvo relaciones.

Escenificad la conversación de Sheila con la amiga, la visita al Centro de Planificación y el diálogo con el chico con quien mantuvo relaciones. (Podemos indicar pautas sobre las características de los personajes, por ejemplo un chico que la culpabiliza por haberle transmitido ella la enfermedad, una amiga pesada que le dice lo que tiene que hacer o un médico moralista).

Dramatizad después las siguientes situaciones:

- a. Pareja de jóvenes de 16 años que acuden a un CPF para consultar el método anticonceptivo más adecuado para utilizar en las primeras relaciones sexuales. El profesional del CPF les explica brevemente los más indicados a su edad.
- b. Pareja de jóvenes de 17 años que han tenido relaciones sexuales sin utilizar ningún método anticonceptivo van al CPF con la sospecha de un embarazo. La profesional les

recomienda el uso de un método anticonceptivo en ocasiones futuras y les explica los supuestos legales para un aborto.

- c. Pareja de jóvenes de 16 años que han mantenido relaciones sexuales con preservativo y acuden al CPF porque se les ha roto. El profesional les recomienda la píldora post-coital, les explica que ésta no es abortiva y les aconseja el uso de un método contraceptivo para el futuro.
- d. Dos chicas de 16 años acuden al CPF a consultar lo que deben hacer ya que sus respectivos amigos-prometidos las coaccionan para mantener relaciones coitales. Pero ellas piensan que aún son demasiado jóvenes para estas cosas. La profesional puede recomendar el diálogo entre las parejas, el respeto a las decisiones propias y puede sugerir la práctica del *petting*.

7. Tengo el sida y no soy gay

Objetivos: sensibilizar sobre el problema del SIDA, su especial incidencia sobre las mujeres y la discriminación que padecen las personas que lo sufren. Conocer que no hay grupos de riesgo sino prácticas de riesgo.

Desarrollo: analiza los textos siguientes y ponte en el lugar de las mujeres que cuentan sus historias.

Texto

Mujeres con VIH narran sus experiencias

El rechazo social

Para María Rosa (35 años), [...] la cuestión del rechazo es muy difícil por su hijo. *"En el colegio de mi hijo, por ejemplo, la gente habla del sida porque está ahí y yo oigo comentarios y pienso que es mejor que no sepan que yo soy seropositiva. No quiero que rechacen a mi hijo. La gente cree que somos extraños, que somos mala gente"*.

[...]

Pero el sida cambia la vida de cada mujer en sentidos muy diferentes. María Rosa supo que era portadora hace cuatro años, cuando la operaron de las piernas y dio positivo en una prueba rutinaria de VIH. *"A mí, saber que*

era seropositiva me destrozó. Yo era una mujer de mi casa, tenía mi niño, mi marido, una felicidad completa. Fue enterarme que tenía el sida y todo la que era felicidad se transformó en desgracia. Mi marido no lo aceptaba ni lo acepta. Él en realidad está peor que yo. El sida es ruin pero hay otras cosas peores", reflexiona María Rosa.

Vida sexual

La vida sexual de las mujeres seropositivas también varía mucho según la trayectoria emocional de cada una. Silvia tiene la misma pareja desde que se enteró que es portadora del VIH y su compañero nunca la ha rechazada sexualmente por eso. [...]

Para María Rosa, sin embargo, su nueva condición supuso el final de la vida sexual con su marido. *"Cuando le dije que era seropositiva -se lamenta-, se lo tomó fatal y desde entonces no quiere hacer el amor conmigo. Me ha dicho que ya no soy una mujer y que no sirvo para nada. Yo, al principio de enterarme quería acostarme con mi marido, quería que me abrazara, quería que me besara... quería que me hiciera sentirme mujer porque en aquellos momentos yo no era una mujer. Yo me sentía como una mierda. Después de años de rechazo ya no quiero hacerlo con él porque ya no le quiero."*

[...]

Revista Andra. Septiembre 2002

Cuestiones:

1. ¿Qué harías si supieras que alguno de tu clase tiene sida?
2. Infórmate de las principales enfermedades de transmisión sexual, especialmente del sida, y el mejor modo de evitar-las.
3. ¿Qué tipo de personas crees que padece enfermedades de transmisión sexual?
4. ¿Conoces la situación del sida en África? Busca información.
5. ¿Qué opinas de la posición de la iglesia, contraria al uso del preservativo, mientras la comunidad científica lucha para difundir su uso y por evitar los millones de muertes que provoca la enfermedad?

8. ¡Yo trabajo y tú limpias!⁴

Objetivos: comprender el carácter convencional y arbitrario de la familia como organización y distribución de funciones según el género. Favorecer la construcción de masculinidades no estereotipadas que permitan integrar el cuidado de los otros como un valor.

Desarrollo: comenta las cuestiones.

Cuestiones:

1. Piensa ejemplos de tipos de familias que conozcas según la distribución de papeles: quien trabaja, quien toma las decisiones sobre el tiempo de ocio (como pasar el fin de semana o las vacaciones), como se distribuyen las tareas del hogar, quien tiene cuidado de la casa, de los hijos o de los mayores, quien decide la compra o cambio de casa, coche o la forma de invertir los ahorros, etc.
2. ¿Cuál de los modelos que has puesto te parece más justo?
3. Elabora una propuesta alternativa a la distribución de las tareas del hogar.
4. Busca en el lenguaje coloquial frases o expresiones discriminatorias hacia los hombres que hacen las tareas del hogar. ¿Por qué crees que paso eso?
5. Comenta los siguientes titulares de prensa:

Texto (1)

- “Sólo en ocho de cada cien familias españolas se produce un reparto de tareas domésticas. “ *El País*, 12 de febrero de 2002.
- ”Clases de labores domésticas en el instituto. Barcelona introduce en centros educativos la enseñanza de las tareas de la casa para potenciar la igualdad entre los jóvenes.” *El País*, 25 de enero 2002.
- “Los hombres trabajan en casa cinco veces menos que las mujeres. Los hombres han aumentado su contribución al hogar en 7 minutos desde 1996. En ese año dedicaban a las tareas domésticas 37 minutos y ahora destinan 44. Un pequeño incremento si lo comparamos con el tiempo que dedican las

⁴ Adaptado de “Familia y diversidad”, De la Rosa y De la Cruz. *QDP*, octubre, 1999.

mujeres, 3 horas y 58 minutos, es decir, cinco veces más.” *Las mujeres en cifras* (1996-2000), Instituto de la Mujer.

6. ¿Crees que la familia está cambiando? ¿Cuáles de estos factores crees que han influido más en la evolución de la familia?
- las separaciones matrimoniales (divorcio, pareja de hecho...)
 - la preferencia sexual (homosexualidad, bisexualidad)
 - la presencia o no de hijos
 - la integración de las mujeres en el ámbito público
 - el escaso compromiso de que los hombres han establecido en el ámbito privado
 - otros
7. Comenta los titulares de prensa siguientes:

Texto (2)

- a. **La Audiencia de Sevilla concede a un travestido la tutela de la hija de su pareja ya fallecida.** *El País*, 24 de junio de 1999.
- b. **El vicario cambia de sexo. La iglesia anglicana accede a que uno de sus sacerdotes se convierta en mujer y continúe con su labor pastoral.** *El País*, 2000.
- c. **Navarra permite por primera vez en España adoptar niños a las parejas homosexuales.** *El País*, 23 de junio de 2000.
- d. **El Ministerio de Justicia admite por primera vez el matrimonio de una transexual.** *El País*, 10 de marzo de 2001.
- e. **Holanda celebra las primeras bodas con plenos derechos de homosexuales. La ley holandesa es la única de Occidente que permite la adopción a parejas del mismo sexo.** *El País*, 2 de abril de 2001.
- f. **El senador que “salió del armario”. Jerónimo Saavedra participa en el Festival de Cine Gay de Barcelona.** *El País*, 24 de octubre de 2001.

- g. **Un ministro noruego conservador se casa con su compañero. Las encuestas muestran el respaldo de la población a la relación.** *El País*, 16 de enero de 2002.
- h. **Suecia aprueba la adopción de niños por parejas de gays y lesbianas. Los padres adoptivos deben estar inscritos en el registro de uniones.** *El País*, 7 de junio de 2002.
- i. **La Guardia Civil cambia sus normas para que parejas “gays” puedan vivir en las casas cuartel.** *El País*, 5 de noviembre de 2002.
- j. **El Vaticano condena en un diccionario ético el aborto, el condón y la homosexualidad. El “lexicón” ve como “una amenaza” las leyes que consienten las uniones del mismo sexo.** *El País*, 5 de abril de 2003.
- k. **Euskadi permite adoptar niños a las parejas homosexuales. El parlamento vasco aprueba la ley que regula las parejas de hecho.** *El País*, 8 de mayo de 2003.

8. ¡No me dejas respirar!

¡Y tú no me amas lo suficiente!

Objetivos: reflexionar sobre los modelos de pareja y sobre el papel de la independencia y del espacio personal en las relaciones afectivas. Cuestionar los roles de género y los modelos de pareja tradicionales.

Desarrollo: imagina que tu y tu pareja (tanto si la tienes como si no) sois dos círculos. Representa en un dibujo como sería tu relación ideal: con una intersección grande o pequeña, un círculo encima del otro, etc.

Lee los siguientes modelos de Fina Sanz (1995) y reflexiona sobre el que has elegido.

Texto (1)

Los vínculos amorosos

- **Modelo de inclusión:** un círculo es más pequeño y está dentro del otro. La relación de pareja es jerárquica y uno de los dos es dependiente del otro ya que no tiene espacio personal propio.
- **Modelo fusional utópico:** los círculos están uno encima del otro, es decir, se comparte todo. Para F. Sanz es un modelo que solamente se vive en momentos concretos.
- **Modelo de interdependencia.** Hay un espacio personal compartido (Epc) y un espacio personal no compartido (Epsc).
- **Modelo de separación total.** Los círculos no se tocan. No se comparte nada.

Cuestiones:

1. Intenta explicar los cuatro modelos de relación poniendo ejemplos. ¿Cuál crees que es el modelo de pareja imperante en nuestra sociedad?
2. En general, ¿crees que los chicos necesitan más libertad, más espacio personal (EH) que las chicas? ¿Por qué?
3. ¿Influye la educación en la preferencia por un modelo u otro? ¿Influyen las revistas y los cuentos? ¿Y los anuncios publicitarios? ¿Y las películas? ¿Qué se puede hacer por cambiarlo?
4. Comenta lo que dice F. Sanz sobre la educación de hombres y mujeres:

Texto (2)

El espacio personal

La mujer tradicionalmente no tenía Espacio Personal más allá de la cotidianidad: tenía el espacio de la casa (su misión era hacerla agradable para los otros), el espacio de sus hijos (criarlos y tener cuidado de ellos), el espacio de la cocina (debía alimentar a toda la familia) y el de la pareja (que esté bien y pueda desarrollarse personalmente y laboralmente). Si había personas mayores o enfermas, también eran tarea de la mujer. Pero en una sociedad patriarcal, la maternidad no constituye un valor social comparable al prestigio laboral, al ascenso económico o al poder social. Y además, es una exigencia sin contrapartida: las mujeres han debido dar mucho sin

pedir nada a cambio. La fantasía es: "si me doy a los otros recibiré a cambio ser querida". A la mujer se le enseña que la vida tiene sentido en la medida en que ella se entrega. Cuando se enamora encuentra la razón de su vida: ya está para el otro y espera que el otro esté para ella. Podría dejarlo todo para imbuirse plenamente en el otro, perderse en él, vivir para él y para la familia que crea. Pero si no es querida como ella espera se genera tristeza y resentimiento.

En cambio, al hombre se le enseña que lo importante será su trabajo y sus aficiones. El hombre tiene un valor social por él mismo independientemente de su pareja o de sus hijos. La fusión amorosa produce miedo en el varón. Es vivida como una pérdida, posiblemente de identidad o como un miedo a quedar atrapado."

10. ¡Un hombre es un hombre!

Objetivos: analizar desde un punto de vista crítico la expresión pública y privada de la masculinidad: qué significa ser hombre en nuestra cultura, cómo se expresa la masculinidad, el aprendizaje de los sentimientos, etc.

Desarrollo: lee el texto y responde a las cuestiones.

Texto (1)

"A los chicos se les presiona para ejercer actividades viriles. Por ejemplo el deporte y especialmente practicarlo en equipo, se considera muy masculino. Tampoco está bien visto que se relacionen con las chicas si no es sexualmente. La idea que subyace es que estas no pueden ser amigas, sino que están para el sexo. Los amigos de verdad deben ser varones.

Dos chicos comentan:

- *Siempre me estaban criticando por jugar con chicas, pero a mí me parecía tan divertido como jugar con otros chicos. A mis padres les preocupaba mi actitud.*

- *A los 11 años mi padre me criticó por querer jugar con la vecina, que era más pequeña que yo, solo porque era una chica. Otro día se enfadó conmigo porque había pasado la tarde en casa de una niña en lugar de hacer alguna cosa como jugar al fútbol." [...]*

Shere Hite. "Las presiones para ejercer actividades viriles". EPS

Cuestiones:

1. ¿Tienes alguna experiencia parecida a la de los chicos del texto? Cuéntala.
2. Elabora un listado de cosas que no son propias de chicos. Elabora también uno para las chicas.
3. ¿Qué cosas propias de chicos o de chicas te gustaría poder hacer?
4. ¿A las mujeres les gustaría ser como los hombres? ¿Y a los hombres, les gusta alguna cosa de las mujeres?
5. La respuesta a la pregunta anterior, ¿tiene que ver con el hecho de que las cosas de mujeres no están prestigiadas socialmente?
6. Si a los chicos se les dice constantemente que no deben estar con chicas amistosamente, ¿cómo pueden cambiar de repente al hacerse adultos y comenzar a considerarlo natural?
7. Muchos hombres dicen que les resulta incómodo estar enamorados. ¿Cómo lo explicarías a partir de lo que dice el texto?

11. ¡Si me dejas, te mato!

Objetivos: analizar los comportamientos agresivos y sus consecuencias sociales. Reflexionar sobre la relación entre la violencia machista en el seno de la pareja. Cuestionar los roles de género y los modelos de pareja tradicionales. Combatir la violencia física, psíquica y sexual. Reivindicar el devaluado mundo de las emociones.

Desarrollo: lee el texto y responde a las cuestiones.

Texto (2)

Explicaciones que no justifican

[...] la socialización de los niños en sus familias y en el resto de la sociedad enseña eficazmente a los varones a mantenerse separados de los sentimientos y emociones, de forma que ni los conocen ni, como

consecuencia de eso, aprenden a controlarlos. Al desarrollar habilidades motoras, verbales y actitudinales sobre la base de esta separación, las alteraciones emocionales y los sentimientos afectivos son canalizados a través de estas habilidades, en particular las racionalizaciones y un determinado modo de agresividad. Utilizan conductas agresivas para expresar inadecuadamente sentimientos a los cuales ni saben poner nombre, de manera que mediante estas se afirman y se defienden. Este canal de expresión agresiva es, demasiado frecuentemente, la violencia. Ya que aprenden que los sentimientos y la sensibilidad forman parte de los seres más débiles, las propias alteraciones y desconciertos de la sensibilidad y el miedo que produce no saber qué pasa dentro de uno ni qué se debe hacer con eso, se proyecta en los débiles en forma de violencia destructiva.

[...] Se ha podido demostrar que los niños que en su infancia cuidan a sus hermanos pequeños, son más empáticos de adultos y menos violentos con las mujeres y los débiles; incluso si en la preadolescencia y adolescencia se ven obligados por sus padres a mostrarse violentos en contra de lo que sienten.

[...] El repertorio emocional de las niñas y mujeres es mayor y más rico y el de los niños y varones es más limitado, diferencia debida al temprano aprendizaje y no a factores genéticos. A los niños se les obliga a reprimir los sentimientos de debilidad, miedo y vulnerabilidad hasta el punto de verse separados o distanciados de ellos. Las niñas aprenden enseguida a ofrecer apoyo emocional y práctico a los más pequeños, incluidos los niños que, a su vez, aprenden a recibirlo, pero no a darlo. Las mujeres aprenden de niñas a hacer frente al abandono, pero los hombres no lo soportan [...]

Mercedes Navarro Puerto. Revista *Andra*.

Cuestiones:

1. ¿Crees que expresar los sentimientos es signo de debilidad? ¿Lo cree la gente en general? ¿Por qué?
2. ¿Qué relación tienen los hombres con los sentimientos? ¿Y las mujeres? ¿Por qué es así?
3. ¿En qué ayuda a la no violencia tener cuidado de los otros?
4. ¿Crees que tiene alguna relación la violencia contra las mujeres con la diferente educación que reciben hombres y mujeres? Explícalo.
5. ¿Se te ocurre alguna solución a la educación de los hombres en la violencia?

12. Voy a pintar mi camiseta de igualdad

Objetivos: practicar otras maneras de vivir y sentir las relaciones afectivosexuales que no condicionen o vayan en contra de los propios deseos y mostrarlo ante el colectivo de iguales.

Desarrollo: lleva a clase una camiseta de color claro y, con los rotuladores que te proporcionaremos, píntala con mensajes favorables a una vivencia de la sexualidad más igualitaria. Por ejemplo los chicos pueden pintar frases como: *soy sensible, tengo sentimientos y dudas y los expreso, no resuelvo mis problemas con agresividad, ¡la tengo pequeña, y qué!*, etc. y las chicas: *soy sexual, me gusta hacerlo y qué, vivan las mujeres activas sexualmente, etc.* Después la llevarán puesta todo el día en el instituto.

La misma actividad se puede hacer pero pintando un mural en el pasillo de la escuela.