



MATERIAL DIDÁCTICO
**NUEVAS NARRATIVAS PARA LA
PREVENCIÓN Y CONTENCIÓN
DE DISCURSOS DE ODIO**



Elaboración de contenidos y maquetación

Angie Larenas Álvarez y Pablo Sullivan Mercado.

Área de Sensibilización, Educación y Comunicación del Movimiento por la Paz – MPDL Cantabria

c/ Tres de Noviembre 24, bajo, Santander, Cantabria

- Tel: 942376305
- www.mpdl.org
- Instagram: @mueveteporlapaz
- Facebook: @MPDLCantabria
- Twitter: @MPDLCantabria

Año 2024

Programa subvencionado por:

 GOBIERNO
de
CANTABRIA
CONSEJERÍA DE INCLUSIÓN SOCIAL,
JUVENTUD, FAMILIAS E IGUALDAD
DIRECCIÓN GENERAL DE JUVENTUD,
COOPERACIÓN AL DESARROLLO
Y VOLUNTARIADO



ÍNDICE

| | |
|--|-----------|
| Introducción | 5 |
| Objetivos | 5 |
| Metodología | 5 |
| Metodología socioafectiva: sentir, pensar, actuar..... | 5 |
| Temporalización..... | 6 |
| Organización del espacio | 6 |
| Discursos de odio: contextualización | 7 |
| Definición..... | 7 |
| Los tiempos cambian nuestros enfoques también..... | 8 |
| Recuperando la iniciativa: los valores..... | 8 |
| Contenidos por sesión | 12 |
| SESIÓN 1: Cohesión grupal y convivencia pacífica..... | 12 |
| SESIÓN 2: Contraatacando al machismo | 18 |
| SESIÓN 3: Neutralizando la lgtbifobia..... | 24 |
| SESIÓN 4: No basta con no ser racistas, hay que ser antirracistas..... | 31 |
| SESIÓN 5: Reforzando escenarios alternativos | 41 |
| Bibliografía | 49 |
| Anexos | 51 |





INTRODUCCIÓN

Este material didáctico aspira a ser una herramienta educativa contra los discursos de odio. Se centra en temáticas vinculadas a la cultura de paz y la prevención y contención de discursos de odio machistas, lgtbifóbicos, racistas y xenófobos.

La propuesta incluye actividades para cinco sesiones de dos horas cada una. Las actividades están concebidas para identificar, analizar, y transformar discursos, muchas veces socialmente aceptados, que contribuyen a la vulneración de derechos, que dificultan el ejercicio libre de la propia identidad, que utilizan el miedo al diferente como herramienta de manipulación social, y que proyectan una imagen simplificada de personas y colectivos en nuestra sociedad.

Desde diferentes espacios sociales circulan mensajes despectivos hacia personas racializadas, del colectivo LGTBI+, o mensajes abiertamente misóginos, que se intentan combatir desde lo público con políticas, leyes, campañas, etc. Pero además de estos instrumentos necesarios, consideramos que también es imprescindible que las personas, en el plano individual y colectivo, adquieran herramientas para identificar y contener los discursos de odio, y para poder actuar también en su prevención.

En el caso de este material didáctico, hemos querido poner el foco en la desactivación de discursos de odio a través de la construcción de narrativas alternativas, activando valores y trabajando conceptos claves en la prevención y contención de los discursos de odio. Esperamos que las actividades propuestas impliquen que las personas participantes se comprometan con la transformación social y la promoción de valores vinculados a la prevención y contención de los discursos de odio.

La creación de este material didáctico es una de las actividades incluidas en el proyecto "Educando para transformar", financiado por el Gobierno de Cantabria a través de la Dirección General de Juventud, Cooperación al Desarrollo y Voluntariado.

OBJETIVOS

- Identificar discursos de odio y sus consecuencias para la convivencia.
- Analizar el machismo, la lgtbifobia, el racismo y la xenofobia, como componentes de discursos de odio.
- Adquirir herramientas para prevenir y contener discursos de odio y generar narrativas alternativas.

METODOLOGÍA

METODOLOGÍA SOCIOAFECTIVA: SENTIR, PENSAR, ACTUAR

La metodología socioafectiva tiene en cuenta, sobre todo, la dimensión social y afectiva del ser humano. Se basa en la premisa de aprender-haciendo a través de tres objetivos ineludibles:

Sentir: Ofrecer la posibilidad de vivenciar, a través de diferentes recursos educativos (juego, vídeo, texto, imágenes, etc.), una situación real o análoga a la realidad, prestando especial atención a los sentimientos que va a despertar en las personas participantes.



Pensar: Generar una reflexión personal y colectiva sobre las vivencias experimentadas y su relación con la vida real.

Actuar: Posicionarnos ante la realidad vivida y analizada, siendo deseable la adquisición de un compromiso individual y colectivo para asumir responsabilidades en la transformación social en base al aprendizaje adquirido.

El enfoque socioafectivo nos impone una coherencia entre las ideas, actitudes y conductas que se quieren transmitir y la metodología que se utiliza. Se puede decir que es un vehículo para alcanzar la honestidad, para la revisión de los propios valores personales, tanto para las personas que dinamizan el proceso como para el resto de participantes.

Por otro lado, invita al posicionamiento y al compromiso ante la realidad, a la asunción de responsabilidades, a participar en la transformación de lo que no nos gusta del mundo en el que vivimos. Y facilita que no lo hagamos en solitario, porque genera interacción, participación, comunicación eficaz, confianza, conocimiento mutuo, empatía. Es una forma de trabajar que produce pensamiento, conocimiento y acción colectiva.

La metodología socioafectiva, además, nos conecta con el nivel emocional. Los sentimientos y las emociones forman parte de los procesos cognitivos y condicionan nuestras actitudes y conductas. Los conflictos sólo se pueden solucionar o transformar de forma positiva en el plano emocional. Los sentimientos nos permiten saber más sobre nosotras mismas y sobre las demás personas.

El enfoque socioafectivo se nutre de las técnicas de la dinámica de grupos, pero es un espacio libre para la experimentación. Permite la reflexión sistemática, de una forma bastante pautada, aunque necesita de la creatividad y la espontaneidad para desarrollarse plenamente.

TEMPORALIZACIÓN

El material didáctico está diseñado para ser trabajado durante 5 sesiones de 120 minutos de duración.

ORGANIZACIÓN DEL ESPACIO

Para la realización de las actividades necesitaremos una sala amplia. Recomendamos una distribución del mobiliario en forma de semicírculo. Esta disposición permite que todas las personas participantes estén situadas en primera fila y puedan ver directamente tanto a la persona dinamizadora como al resto de participantes. Es una distribución muy útil para realizar puestas en común y debates.



DISCURSOS DE OUDIO: CONTEXTUALIZACIÓN

DEFINICIÓN

Según la *Estrategia y Plan de Acción de las Naciones Unidas sobre el Discurso de Odio* (2019), un discurso de odio se podría definir de la siguiente manera:

Discurso de odio es cualquier forma de comunicación de palabra, por escrito o a través del comportamiento, que sea un ataque o utilice lenguaje peyorativo o discriminatorio en relación con una persona o un grupo sobre la base de quiénes son o, en otras palabras, en razón de su religión, origen étnico, nacionalidad, raza, color, ascendencia, género u otro factor de identidad. En muchos casos, el discurso de odio tiene raíces en la intolerancia y el odio, o los genera y, en ciertos contextos, puede ser degradante y divisivo.

Las víctimas de los discursos de odio lo son por su vinculación con procesos históricos de discriminación y por su situación actual de vulnerabilidad de sus derechos. Los discursos de odio señalan a personas y colectivos por quiénes son: por su color de piel, origen nacional o étnico, discapacidad, religión, género, identidad de género, orientación sexual y otras características o condiciones.

El racismo, la xenofobia, el machismo y la lgtbifobia, por ejemplo, actuarían como aditivos especiales que hacen que los discursos de odio tengan una connotación determinada: discurso de odio hacia las personas migrantes, hacia las mujeres, hacia el colectivo LGTBI+... A su vez, el propio racismo, la xenofobia, el machismo y la lgtbifobia los alimentan.

La necesidad de acabar con los discursos de odio tiene que ver con garantizar los derechos fundamentales de las personas que son parte de esos colectivos vulnerables. La situación histórica de las mujeres, del colectivo LGTBI+ y de las personas racializadas, las ubican como parte de los colectivos vulnerables (aunque no todas se encuentren en situación de vulnerabilidad).

En este sentido, serían parte de los discursos de odio:

- ✓ El fomento, promoción o instigación en cualquiera de sus formas, al odio, la humillación o el menosprecio, así como el acoso, descrédito, difusión de estereotipos negativos, estigmatización o amenazas hacia las mujeres, las personas LGTBI+ y racializadas.
- ✓ Y lo son no solo las expresiones que tienen por objeto incitar a que se cometan actos de violencia, intimidación, hostilidad o discriminación, sino también las expresiones de las que cabe esperar que produzcan tal efecto.
- ✓ El machismo, la lgtbifobia, el racismo y la xenofobia causan y reproducen discursos de odio y, a la vez, son herramientas para difundir y fomentar el discurso de odio hacia estos colectivos.

Los discursos de odio se vinculan, de manera específica, con la libertad de expresión y las preguntas por sus límites. Tienen raíces en la intolerancia y el odio, y los generan. Son, sobre todo, preocupantes en el contexto social actual, donde las redes sociales actúan como un espacio desde donde se reivindican estos discursos y que son, también, el espacio por excelencia donde se mueve la juventud.

La Comisión Europea Contra el Racismo y la Intolerancia (ECRI), en su *Recomendación general N° 15 relativa a la lucha contra el discurso de odio*, subraya:



El discurso de odio perjudica a la sociedad en su conjunto. No solo tienen un impacto negativo en el carácter del discurso público. Es más importante el clima de hostilidad e intolerancia que generan, así como la predisposición a aceptar o excusar la discriminación y la violencia, que divide a la sociedad, socava el respeto mutuo y amenaza la coexistencia pacífica. Así se pone en riesgo el pluralismo que es un requisito esencial para una sociedad democrática.

LOS TIEMPOS CAMBIAN NUESTROS ENFOQUES TAMBIÉN

Para prevenir los discursos de odio, contenerlos y/o contrarrestar sus efectos, nuestra comunicación debe tener en cuenta nuevas realidades y adaptarse a los tiempos. Pero para ello debemos ser conscientes del contexto histórico en el que nos encontramos.

Importantes sacudidas al mundo occidental

Desde el año 2000, en el mundo occidental, se han encadenado una serie de sucesos que han sacudido las bases de la sociedad. Los atentados del 11 de septiembre de 2001, la gran crisis socioeconómica de 2008, la pandemia de COVID-19 de 2020 y las guerras más actuales, entre otros acontecimientos, han generado sentimientos de aislamiento, tristeza, soledad y angustia, desconfianza hacia nuestra propia comunidad, y sensación de pérdida de control sobre nuestras vidas.

La cadena de duelos producida por el 11S, la crisis de 2008 y la pandemia del COVID-19, vacía nuestros recursos anímicos y nos hace caer en un estado de "indefensión aprendida", con importantes efectos:

- ✓ **EFEECTO 1.** Hagamos lo que hagamos, la desgracia golpeará de nuevo y no tendremos otra alternativa que utilizar los pocos recursos que nos quedan para adaptarnos como sea, sin tiempo ni energías para plantearnos qué deseamos y cómo conseguirlo.
- ✓ **EFEECTO 2.** El mundo en el que vivimos es difícil de soportar, por lo que optamos por alejarnos de todo aquello que nos resulta penoso y no podemos solucionar, y damos crédito a discursos que simplifican la realidad aportando explicaciones, respuestas y soluciones sencillas a problemas que en realidad son tremendamente complejos.

De la comunicación analógica a la digital

Desde principios de la década de 2000, con la ampliación de la comunicación digital, podemos acceder a una enorme y creciente cantidad de información. Incluso, a través de los sitios web, de los blogs y las redes sociales, nos hemos convertido en potenciales productores de información.

La generalización del uso de teléfonos móviles y el fácil acceso a Internet para millones de personas, ha facilitado que nuestros mensajes lleguen a mucha más gente y lo hagan en tiempo real. Pero, por otra parte, estos mismos avances tecnológicos han facilitado la difusión de bulos y noticias falsas por parte de medios de comunicación, partidos políticos y personas en general.

RECUPERANDO LA INICIATIVA: LOS VALORES

Los valores representan los principios que guían cómo actuamos y las metas que queremos alcanzar. Son también la vara de medir con la que evaluamos las acciones y metas de las demás personas.

Nuestros valores se ven influidos por el contexto social en el que interactuamos: la educación, los medios de comunicación, las presiones sociales o nuestra propia situación económica.



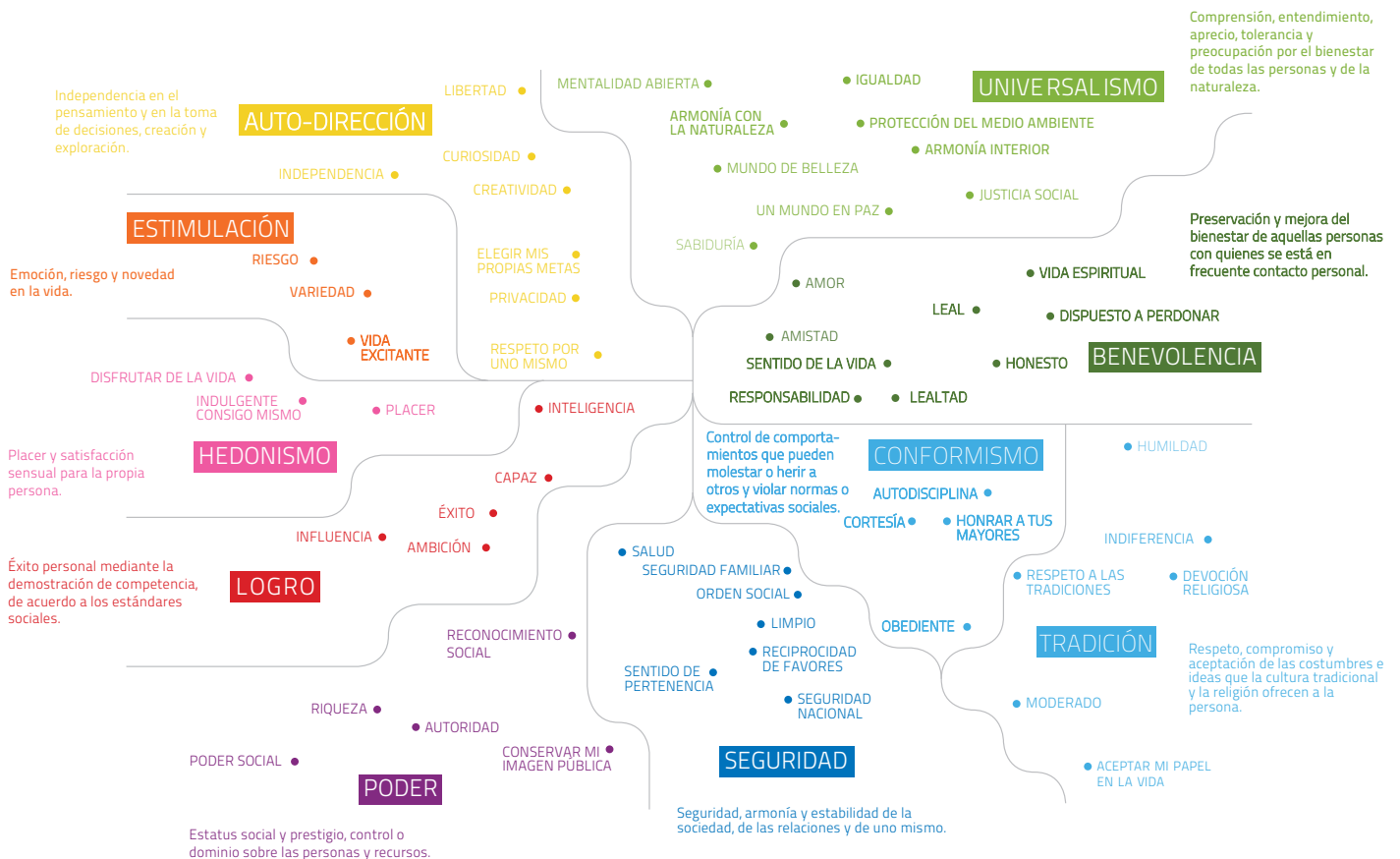
Cuando la sociedad se ve sometida a cambios tan bruscos como los que hemos mencionado anteriormente, nuestros valores también pueden verse afectados.

Sistema de valores de Schwartz

En la década de 1990 Shalom H. Schwartz, psicólogo social e investigador, acuñó la conocida como 'Teoría de Valores Humanos Básicos'.

A partir de los datos recogidos en 80 países, a cientos de miles de personas, en 48 lenguas diferentes, identificó dos importantes hallazgos:

- Por un lado, que para la mayoría de las personas es más importante la apertura al cambio (centrado en la independencia y deseo de transformación) que los valores relacionados con la conservación (orden, preservación del pasado y resistencia al cambio).
- Por otro lado, que es más importante la auto-trascendencia (generalmente vinculada al bienestar de los demás) frente a la promoción personal (basada en la búsqueda del estatus y el éxito personal).



Sistema de valores de Schwartz

Los valores asociados a la benevolencia fueron señalados como los más importantes en 60 países. Los del universalismo y los de auto-dirección frecuentemente ocuparon la segunda y tercera posición. Sólo una pequeña minoría priorizó la riqueza, la imagen y el éxito.



Tomando estos hallazgos como punto de partida, a la hora de trabajar con valores debemos tener en cuenta lo siguiente:

- Son universales, pero su importancia varía según la persona. Todas y cada una de nosotras estamos motivadas por esta escala de valores, pero en diferentes grados.
- Se pueden activar o desactivar en dependencia de nuestras vivencias. El contexto social y cultural, y nuestros espacios de socialización, juegan un importante papel en determinar a qué valores damos más relevancia en cada período de nuestras vidas.
- Al activar un valor, los valores vecinos se potencian. Por ejemplo, escuchar un relato sobre la amistad entre dos personas (uno de los valores encuadrados en "Benevolencia") probablemente active nuestra preocupación por la naturaleza (valor del "Universalismo").
- Cuando activamos temporalmente un valor, los valores opuestos y sus valores asociados tienden a reprimirse.

Siguiendo el esquema de valores de Schwartz, para evitar que la sociedad se deje arrastrar por las proclamas de los discursos de odio, nuestros mensajes, nuestras acciones, nuestros proyectos deben apelar siempre a los valores más solidarios y que todas las personas compartimos.

Marcos narrativos: activando valores

Los valores se activan, entre otras cosas, mediante marcos o relatos. Un marco narrativo serían las lentes a través de las cuales percibimos, entendemos e interpretamos la realidad, determinando cómo actuamos frente a ella.

Por ejemplo, en las imágenes a continuación vemos dos tipos de relato sobre las personas migrantes. El primero, que habla de 'temor', de 'relajamiento de fronteras' y que en una misma frase hace alusión a grupos terroristas (yihadismo) y a las personas migrantes, estableciendo una equiparación entre delincuencia e inmigración. En la segunda imagen vemos otro tipo de relato, que habla de convivencia, de solidaridad y de compartir de manera acogedora. La primera ilustración sería un marco racista y anti-inmigración, mientras que el segundo podríamos catalogarlo como un marco solidario y acogedor.



Características de los marcos narrativos:

- Están alojados en el 'inconsciente cognitivo', al que se le atribuye el 98% del pensamiento que realiza el cerebro.
- La mayoría de las veces los utilizamos de forma inconsciente y automática para interpretar nuevas informaciones y experiencias.
- A medida que los marcos se repiten (o que nos tropezamos con ellos repetidamente), se refuerzan.
- Una vez asentadas estas estructuras de pensamiento, percibimos la realidad de tal modo que sí o sí encaja con nuestros marcos. Por ejemplo, rechazaremos resultados de estudios científicos sobre determinados temas si no se ajustan a lo que pensamos sobre esos temas.
- Cualquier mención o referencia a los marcos los evoca inevitablemente. Negar o rebatir un discurso consigue despertarlo, obliga a moverse dentro de sus propios límites. Como señala George Lakoff (2017) en su libro "No pienses en un elefante", si te dicen que no pienses en este animal, automáticamente lo harás.

Por todos estos motivos, nuestro objetivo no será tanto desmontar los discursos de odio como crear y recuperar narrativas alternativas que activen los valores vinculados al altruismo, la empatía y al sentimiento de comunidad. De modo que podamos impulsarlos para que se conviertan en el sentido común de la gente, formando marcos alternativos a los discursos de odio.



CONTENIDOS POR SESIÓN

SESIÓN 1: COHESIÓN GRUPAL Y CONVIVENCIA PACÍFICA

Trabajo de la sesión

- ✓ Creación de grupos conscientes.
- ✓ Preparación de nuestro espacio de participación.
- ✓ Identificación de los discursos de odio.

Introducción a la sesión

Las sesiones que presentamos a continuación están pensadas para formar grupos conscientes. Es decir, grupos que apuestan por unos determinados valores y actitudes, y trabajan de manera coordinada y colaborativa para conseguirlo. En los grupos conscientes se establecen nuevos tipos de relaciones entre sus integrantes, en las que la cooperación ocupa un lugar central.

Cuando trabajamos un proceso de creación de grupos debemos poner en juego una serie de valores, actitudes y metas:

- **Fomentar la participación de todas las personas:** creando las condiciones para que todas tengan la oportunidad de expresarse en el grupo.
- **Tener en cuenta las necesidades, las opiniones y los sentimientos de todas:** generando espacios para que todas las aportaciones del grupo sean tenidas en cuenta.
- **Crear un clima de confianza y aprecio hacia las demás:** valorando lo positivo de las personas y trabajando desde la confianza para poder actuar grupalmente.

Estos tres puntos son muy importantes. Sin embargo, para conseguir funcionar como agentes transformadores de la realidad también es importante añadir:

- **Participación en la toma de decisiones:** el proceso de creación de grupo valora la participación, no sólo a la hora de opinar, sino también a la hora de decidir.
- **Afrontar los conflictos de forma positiva:** los conflictos nos ayudan a crecer social y grupalmente. Por tanto, un grupo consciente se encarga de generar las condiciones necesarias para que sus miembros aprendan a resolver los conflictos de forma positiva.

Cuando en un grupo se trabaja apostando por estos valores, estamos educando a personas que pueden asumir un papel activo en la transformación social. Incidir sobre el proceso grupal es doblemente importante si hablamos de superar los prejuicios, estereotipos y discriminaciones que ejercemos sobre otras personas. Es, además, imprescindible para recorrer el camino que queremos seguir para generar nuevas narrativas que sirvan para prevenir y contener discursos de odio.



ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 1

1.1. Pero primero: ¿quiénes somos?

Tiempo aproximado: 15 min

Objetivos:

- ✓ Conocer los nombres de las personas participantes y algo más de información personal
- ✓ Propiciar la reflexión individual y la comunicación grupal

Desarrollo:

- **Paso 1:** El grupo se sienta en círculo para que todas las personas se vean las caras. La dinamizadora también entra en el círculo.
- **Paso 2:** Una a una, empezando por la derecha o izquierda, van diciendo sus nombres, contando quiénes son y cuál es su actividad favorita en la naturaleza.

Reflexión:

- ¿Ha sido difícil contar quiénes somos?
- ¿Coincidís en actividad favorita con otras personas?
- ¿Qué hemos sentido al escuchar a las demás personas?

Fuente: Elaboración propia

1.2. El jardín de las especies

Tiempo aproximado: 45 min

Objetivos:

- ✓ Favorecer el autoconocimiento y el respeto por las demás personas.
- ✓ Facilitar la expresión de sentimientos y aspectos íntimos.
- ✓ Fomentar el reconocimiento de la diversidad grupal.

Desarrollo:

Paso 1: Cada participante hace una figura de su especie única (pueden realizar un dibujo, utilizar plastilina, pegar recortes de papeles... lo que tengan a mano para trabajar).

Paso 2: Una vez tengamos nuestra especie única preparada la ubicaremos en el jardín. Para ello podremos utilizar papel continuo y ponerlo en el suelo o sobre varias mesas juntas. Tiene que haber espacio para todas las especies del grupo.

Paso 3: Cada participante debe situar su especie en el jardín y:



- Describirla físicamente
- Decir sus mayores cualidades
- Explicar por qué es única
- Contar qué es lo que más les gusta de ella, qué la hace crecer y qué la puede hacer enfermar

Materiales:

Folios, papel continuo, pegamento, tijeras, rotuladores, pinturas, crayolas, plastilina, recortes de revistas, etc.

Claves para la reflexión:

- Reconocer cada especie como irrepetible.
- Hacer presente que todas las personas que formamos un grupo somos únicas y tenemos formas propias y diversas y, por tanto, somos incomparables.
- Si juntamos las especies creadas en el jardín, visualizamos la diversidad como una constante presente en nosotras mismas.
- La cooperación es el camino para la convivencia de forma armónica y equilibrada de personas y grupos diversos.

Reflexión:

- ¿Cómo os habéis sentido creando vuestra especie?
- ¿Habéis sentido que competíais con otras especies?
- ¿Qué relación creéis que tiene esta dinámica con la diversidad?

Fuente: Adaptación a partir de Moreno Mejías, Antonio (coord.) (2015). Creando futuro 2.0. Bloque 2. Itinerario de educación para la participación juvenil. Cantera. Madrid: Red Creando Futuro.

1.3. ¡Nuestras propias reglas de grupo!

Tiempo aproximado: 20 min

Objetivos:

- ✓ Fomentar la participación y la colaboración de todas las personas
- ✓ Promover la implicación del grupo en su funcionamiento
- ✓ Lograr el compromiso de todas las personas

Desarrollo:

Paso 1: La dinamizadora explica al grupo la importancia de que todas las personas participen y se sientan incluidas. Luego lanza la pregunta:



¿Qué necesitamos para participar y sentirnos bien en el grupo, para que nuestro jardín de especies funcione como un sistema armónico?

Paso 2: El grupo hace un círculo y pasándose una pelota deben ir diciendo una a una lo que necesitan, mientras la dinamizadora va apuntando en la pizarra lo que van diciendo. Se pueden realizar varias rondas.

Paso 3: Luego el grupo hará una revisión del listado de necesidades para ver si falta algo importante, si hay necesidades que se repiten y para realizar agrupaciones, por ejemplo, entre aquellas necesidades relacionadas con el respeto, la seguridad, la escucha...

Paso 4: Se realizará un listado final que serán las normas que debe seguir el grupo en cada una de las sesiones.

Materiales:

Una pelota con poco peso, papel continuo con rotuladores o pizarra con rotuladores/tizas.

Reflexión:

- ¿Ha sido sencillo identificar lo que necesitáis para participar y sentirnos bien en el grupo?
- ¿Han sido muy diferentes vuestras necesidades?
- ¿Creéis que será fácil seguir las normas?
- ¿Cómo os habéis sentido tomando parte en la regulación de la convivencia?

Fuente: Elaboración propia

1.4. Identificando discursos de odio: lluvia de ideas

Tiempo aproximado: 20 min

Objetivos:

- ✓ Definir los discursos de odio.
- ✓ Identificar discursos de odio.
- ✓ Reflexionar sobre sus consecuencias.

Desarrollo:

Paso 1: Lanzamos la pregunta

¿Qué son los discursos de odio?

Paso 2: Vamos apuntando en la pizarra o en papel continuo las ideas que van surgiendo.



Reflexión:

- ¿Qué nos permite identificar un discurso de odio?
- ¿Qué elementos son esenciales para lograr una definición?
- ¿Qué diferencia un discurso de odio de otro tipo de discursos?

Claves para la reflexión:

- Los discursos de odio pueden tomar forma oral o escrita. Pero también se pueden producir a través de conductas específicas como gestos o de la utilización de símbolos, música, dibujos, etc.
- La disponibilidad de Internet hace que su difusión sea sencilla y que sea fácil que ganen visibilidad entre grandes sectores de población. Las redes sociales y los medios de comunicación son los canales más utilizados para su difusión
- Nuestras opiniones se conforman a través de la suma de un pensamiento consciente y reflexionado con impulsos inconscientes. Estos últimos, adquiridos a partir del entorno social en el que crecemos. Cuán permeables somos a esos impulsos inconscientes dependerá, entre otros elementos, del volumen de información que recibamos sobre cada tema y del tiempo que tengamos para procesar esa información.
- Algunas consecuencias de los discursos de odio:
 - Tienen efectos negativos sobre la percepción de la diversidad en la sociedad.
 - Minan la autoestima de los grupos vulnerables.
 - Dañan la cohesión social incitando a cometer actos de violencia, intimidación, hostilidad o discriminación.
- Durante estas sesiones nos centraremos en los discursos de odio vinculados a la expansión de ideas machistas, lgtbifóbicas, racistas y xenófobas.

Fuente: *Elaboración propia*

1.5. Video-debate: ¿Qué valores identificamos?

Tiempo aproximado: 20 min

Objetivos:

- ✓ Conocer a dónde nos dirigen distintos tipos de mensajes.
- ✓ Debatir sobre los valores que identificamos.

Desarrollo:

Paso 1: Vemos distintos videos sobre medioambiente.

Paso 2: En parejas intentaremos, con el listado de valores, analizar qué valores están más presentes en cada uno de los videos comparando el mensaje que nos transmiten.



Materiales:

- Videos en los siguientes enlaces:
 - “La Naturaleza Nos Habla”: www.youtube.com/watch?v=wTkMFSgqi1I
 - “Un dinosaurio en el hemisferio”: www.youtube.com/watch?v=dX5-TbGndzo
 - “Iberdrola: compromiso contra el cambio climático”: www.youtube.com/watch?v=s_l5V6r3br0
 - Mercedes EQS: Vehículo de Lujo 100% Eléctrico: www.youtube.com/watch?v=5dpZoG1HJC4
- Listado de valores que podrás encontrar en los Anexos.

Reflexión:

- ¿Qué nos han hecho sentir los videos?
- ¿Qué nos parecen los mensajes que nos transmiten los videos?
- ¿Qué relación vemos entre esos mensajes y los valores que identificamos?

Claves para la reflexión:

- Con el listado de valores en la mano intentaremos identificar los valores que sobresalen en cada anuncio.
- En principio, en todos los videos se habla de la protección del medio ambiente. Pero hay diferencias entre ellos. Una manera de identificar esas diferencias podría ser resaltar cómo se utilizan los valores que hemos identificado.
- Es muy importante también que seamos capaces de poner en cuestión el compromiso de las grandes empresas con el medio ambiente, cómo los valores vinculados a su defensa se utilizan como estrategia de marketing.

Fuente: *Elaboración propia*



SESIÓN 2: CONTRAATACANDO AL MACHISMO

En esta sesión vamos a trabajar:

- ✓ Autoconocimiento-autocrítica-autoafirmación
- ✓ Conceptos básicos
- ✓ Identificación de discursos machistas
- ✓ Valores y lucha contra el machismo

Introducción a la sesión

Para contrarrestar al machismo primero tenemos que tener claro qué es. Cuando hablamos de machismo nos referimos a todas esas actitudes, comportamientos y prácticas culturales que refuerzan y preservan una estructura de dominio masculino y heteronormativo sobre la vida humana. El machismo, de manera consciente o inconsciente, desvaloriza a las mujeres. Se basa en la idea de superioridad de los hombres sobre las mujeres.

El machismo es el sustrato del que se alimenta el discurso de odio hacia las mujeres. Por lo tanto, si atacamos el machismo, si tenemos claridad sobre cuáles son sus bases, cómo se reproduce y a través de qué tipo de narrativas, seremos más capaces de prevenir y contener los discursos de odio misóginos y de generar narrativas alternativas que nos hablen de igualdad, pero que también nos enseñen el camino para practicarla.

Pero esto requiere, además, de una mirada crítica hacia nosotras mismas. Todas las personas podemos tener prejuicios y actitudes machistas. Por lo tanto, es importante revisarnos, ver nuestros comportamientos y la manera en que vemos a otras personas. Este es el primer paso.

ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 2

2.1. Abrazos musicales

Tiempo aproximado: 10 min

Objetivos:

- ✓ Favorecer el sentimiento de grupo, desde una acogida positiva a cada participante.
- ✓ Propiciar la reflexión individual y la comunicación grupal.

Desarrollo:

Paso 1: Suena la música y todo el grupo deberá bailar.

Paso 2: Cuando la música se detiene cada persona abraza a otra.

Paso 3: La música continúa, vuelven a bailar. Quienes se han abrazado pueden bailar juntas o separadas.

Paso 4: La música se vuelve a detener, pero esta vez hay que incorporar a una persona más al abrazo.

Paso 5: La música sigue, se detiene, vuelve a seguir, hasta que el grupo llega a un gran abrazo final.



Materiales:

- Aparato de música o instrumento musical.

Reflexión:

- ¿Cómo nos hemos sentido durante la actividad?
- ¿Qué nos ha parecido el abrazar y ser abrazadas?

Claves para la reflexión:

- Ninguna persona participante debe quedarse sin ser abrazada.

Fuente: Cascón, Paco y Martín, Carlos (2009). La alternativa del juego 1. Juegos y dinámicas de educación para la paz. Madrid: Los libros de la Catarata, Colección Edupaz.

2.2. Mi cuerpo es mío

Tiempo aproximado: 25 min

Objetivos:

- ✓ Favorecer la toma de conciencia acerca de la importancia de nuestros cuerpos como algo que nos pertenece.
- ✓ Contribuir al desarrollo de habilidades personales de autoprotección.
- ✓ Facilitar el conocimiento del derecho a que nadie puede dañar el cuerpo de otra persona.
- ✓ Facilitar el desarrollo de una adecuada autoestima.

Desarrollo:

Paso 1: Ponemos ejemplos de cosas bonitas y necesarias que hacemos con nuestros cuerpos (andar, reír, acariciar, etc.) y que nos hacen sentir bien.

Paso 2: Las vamos anotando.

Paso 3: Comentamos cosas que nos pueden hacer sentir mal. Las anotamos también.

Paso 4: Analizamos las listas de manera grupal.

Paso 5: Para finalizar formamos parejas, para que cada persona haga una silueta de su cuerpo ayudada por su pareja.

Paso 6: Cada una dibuja todas las partes de su cuerpo y en el contorno externo de la silueta realiza un listado de cualidades positivas de sí misma y de su cuerpo.



Materiales:

- Folios y bolígrafos
- Papel continuo y rotuladores
- Tijeras

Reflexión:

- ¿Cómo te has sentido describiéndote?
- ¿Te ha sido difícil rellenar la silueta?
- ¿Qué te ha costado más, comentar lo que puedes hacer con tu cuerpo o tus cualidades?
- ¿Por qué es importante que apreciemos nuestro cuerpo?

Claves para la reflexión:

- Es importante resaltar la importancia del conocimiento del cuerpo y de la apreciación del mismo en positivo: si lo quiero y lo cuido, no permito que nadie lo dañe.
- Todas las personas somos diferentes, nuestros cuerpos también. Por lo tanto, no debemos avergonzarnos de lo que tenemos y de cómo somos.
- Si surgen diferencias en la manera en que chicas y chicos se describen debemos estar atentas a esas diferencias. ¿Por qué salen? ¿Son discriminatorias? ¿Minimizan a unos cuerpos frente a otros?
- Para concluir podemos ver el videoclip "Mí cuerpo es mío", de Krudas Cubensi.

<https://www.youtube.com/watch?v=x-Pgwldfx8U>

Fuente: VVAA (2007). Cuaderno de actividades: Primaria. Guía práctica de coeducación para el profesorado. Agrupación de Desarrollo para la Igualdad en la Campiña y la Sierra Sur. (ADICSSUR) e I.C. Equal "Vía Verde para la Igualdad".

2.3. ¿Qué me sugieren estas palabras?

Tiempo aproximado: 40 min

Objetivos:

- ✓ Favorecer el diálogo y el intercambio de ideas
- ✓ Identificar discursos de odio machistas

Desarrollo:

Paso 1: Formamos 5 grupos

Paso 2: De manera individual primero, cada persona intentará definir los conceptos que le han tocado.



Paso 3: Luego en equipo se debatirá sobre el significado de los conceptos. Las participantes intentarán relacionarlos y buscar ejemplos concretos de la vida real para ampliar la explicación.

- **Equipo 1:** Género – Sexo biológico
- **Equipo 2:** Roles de género – Estereotipos de género
- **Equipo 3:** Trabajo reproductivo – Suelo pegajoso
- **Equipo 4:** Machismo – Violencia machista
- **Equipo 5:** Patriarcado – Feminismo

Paso 3: Mientras esto sucede la persona dinamizadora pegará en la pared folios A4 con los conceptos (un folio por palabra) para construir una especie de nube de conceptos.

Paso 4: Una vez consensuadas las definiciones o palabras clave, cada equipo las apuntará en unos post-it que irá pegando en su folio correspondiente en la pared.

Paso 5: Se hace una revisión grupal a medida que se van pegando las definiciones. La persona dinamizadora pasará a hacer la lectura y la ordenación de los que han surgido, estimulando al plenario a tomar decisiones sobre si mantener o rechazar los post-it en cada uno de los conceptos donde se han situado.

Paso 6: Ponemos ejemplos de la vida real en cada concepto. En esta parte todos los equipos pueden realizar aportaciones.

Paso 7: Una vez alcanzada la forma definitiva de las nubes de conceptos, la persona dinamizadora distribuirá un listado que incluye las definiciones de los conceptos expuestos y realizaremos una comparación entre esas definiciones y las surgidas durante el ejercicio.

Materiales:

- Masilla adhesiva
- Post-it
- Cada uno de los conceptos escritos en un folio A4 diferente, con letra grande (para que se vean en toda la sala) y pegados a la pared o pizarra a modo de nube de conceptos.
- Cuadros con los conceptos para rellenar de manera individual (ver Anexos).
- Cuadros con los conceptos definidos, un ejemplar por participante (ver Anexos).

Reflexión:

- En este ejercicio la reflexión se irá generando a medida que los equipos presenten sus definiciones.
- Recomendamos detenernos y realizar una reflexión por bloque de conceptos al terminar con cada equipo.

Fuente: Ordás, Noemí (Coord.) (S/F). Programa Formación-Acción para laPpaz. Cultura de paz y diversidad cultural. MPDL, Área de Sensibilización y Educación.



2.4 Mirar el mundo con gafas violetas

Tiempo aproximado: 25 min

Objetivos:

- ✓ Aprender a poner otro foco en la mirada.
- ✓ Analizar imágenes y sus mensajes.

Desarrollo:

Paso 1: Cada participante escogerá una imagen del banco de imágenes. Realizará un análisis de esa imagen teniendo en cuenta las discriminaciones y desigualdades que experimentan las mujeres con respecto a los hombres. Es lo que llamaremos: 'ponernos las gafas violetas'.

Paso 2: Hacemos pequeños grupos para compartir impresiones y luego ponemos nuestro análisis en común.

Materiales:

- Imágenes en los Anexos. Recomendamos plastificar las imágenes y que al menos haya una imagen por participante.
- Masilla adhesiva para poner las imágenes a la vista de todo el grupo mientras hacemos el análisis.

Reflexión:

- ¿En qué situaciones de nuestra vida cotidiana las gafas violetas nos permitirían ver las cosas de otra manera?
- ¿Por qué nos pueden ser útiles para luchar contra los discursos de odio machistas?

Claves para la reflexión:

- Ponerse las gafas violetas es la expresión que habitualmente se utiliza para señalar que vamos a realizar un análisis con perspectiva de género.
- Es útil para identificar y analizar las discriminaciones y desigualdades que viven las mujeres por el hecho de ser mujeres.
- Es una vía para tomar conciencia sobre esas discriminaciones y desigualdades.
- Con la perspectiva de género podemos ver cómo situaciones cotidianas que parecían incuestionables resultan injustas y discriminatorias.
- Ponerse las gafas violetas fue la expresión que usó Gemma Lienas en su libro "El diario violeta de Carlota" para referirse a lo que hizo la protagonista de sus páginas:

"Colocarse un filtro diferente para observar el mundo"



2.5. Identificando valores para contraatacar al machismo

Tiempo aproximado: 25 min

Objetivos:

- ✓ Identificar valores que favorecen o que puedan actuar contra el machismo.
- ✓ Identificar valores útiles para generar una narrativa alternativa al discurso de odio machista.
- ✓ Debatir sobre nuestros propios valores.

Desarrollo:

Paso 1: En grupos de 3 o 4 personas, escogemos.

- 3 valores que consideremos fundamentales para eliminar el machismo. Apunta los motivos.
- 3 valores que consideremos que están favoreciendo la continuidad del machismo. Apunta los motivos.

Paso 2: Ponemos puntos rojos a aquellos valores que estén amenazados, amarillos a los que creas que generan indiferencia en la sociedad y verdes a los que estén muy consolidados.

Paso 3: Ponemos en común con toda la clase.

- ¿Cuáles de estos valores diríais que os definen o compartís personalmente?
- ¿Cuáles creéis que caracterizan a grandes rasgos a la sociedad en su conjunto?

Materiales:

- Listado de valores que podrás encontrar en los Anexos
- Folios y bolígrafos
- Gometes rojos, amarillos y verdes

Reflexión:

- La reflexión la desarrollaremos a través de la puesta en común.

Claves para la reflexión:

- Analizar si están enfrentados los valores que sostienen el machismo y el feminismo en el sistema de valores de Schwartz.

Fuente: Elaboración propia



SESIÓN 3: NEUTRALIZANDO LA LGTBIFOBIA

En esta sesión vamos a trabajar:

- ✓ Lgtbifobia y discursos de odio hacia el colectivo LGTBI+.
- ✓ Deconstrucción de mitos, estereotipos y prejuicios hacia el colectivo LGTBI+.
- ✓ Valores y diversidad sexual.

Introducción a la sesión

Lgtbifobia es el término más utilizado para englobar los actos de intolerancia y discriminación hacia las personas por su orientación sexual, identidad de género o expresión de género. Cuando hablamos de lgtbifobia nos referimos al rechazo, miedo, repudio, prejuicio, desprecio o discriminación hacia las personas que se reconocen a sí mismas como LGTBI+.

La lgtbifobia puede tomar distintas formas. Las más visibles son las agresiones físicas y/o verbales, pero hay formas mucho más sutiles que son igual de dañinas.

El discurso de odio lgtbifóbico se alimenta de la lgtbifobia y la reproduce. Este tipo de discurso se encuentra ceñido a los marcos de la heteronormatividad, que es el conjunto de las relaciones de poder que normalizan y rigen la sexualidad, marginando a todo lo que esté fuera de los ideales de la heterosexualidad, la monogamia, y la conformidad de género. Las imposiciones de la heteronormatividad forman parte de un aprendizaje cultural en el que la heterosexualidad se impone como lo 'normal', lo que conforma la norma, lo normativo...

Tres conceptos importantes a tener en cuenta para el trabajo de esta sesión:

- ✓ **ORIENTACIÓN SEXUAL:** Término utilizado para referirse a la atracción física y emocional hacia personas del mismo sexo y/o del sexo opuesto, así como a la falta de interés o atracción sexual.
 - Ejemplo: La homosexualidad y la asexualidad son orientaciones sexuales.
- ✓ **IDENTIDAD DE GÉNERO:** Es la vivencia del género tal y como una persona lo siente, reconoce y nombra como propio. No necesariamente se corresponde con el sexo biológico.
 - Ejemplo: Una persona puede ser una mujer y haber nacido con genitales masculinos.
- ✓ **EXPRESIÓN DE GÉNERO:** Es la expresión de los roles de género como mujer u hombre a través del comportamiento, la indumentaria, el peinado, la voz, los rasgos físicos, etc. Está condicionada por las expectativas sociales de género. No tiene por qué ser fija ni coincidir con el sexo, la identidad de género o la orientación sexual de la persona.
 - Ejemplo: Que las mujeres usen falda y vestido y los hombres no, es una expresión de género característica de mujeres y hombres en nuestra cultura.



ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 3

3.1. Fuego y agua

Tiempo aproximado: 10 min

Objetivos:

- ✓ Generar un espacio de confianza en el grupo.
- ✓ Reflexionar sobre las relaciones humanas.

Desarrollo:

Paso 1: Nos dividimos en dos grupos: FUEGO y AGUA, con espacio suficiente para caminar.

Paso 2: Los FUEGOS y las AGUAS caminarán por la sala.

Paso 3: Luego se pide que los FUEGOS se detengan y cierren los ojos. En ese momento las AGUAS tienen que acariciar el brazo de los FUEGOS que tengan más cerca.

Paso 4: Cuando todos los FUEGOS han sido acariciados la dinamizadora manda a abrir los ojos.

Paso 5: Los grupos vuelven a moverse y la dinamizadora pide que se detengan las AGUAS y cierren los ojos. Entonces pide a los FUEGOS que acaricien, por ejemplo, el pelo de las AGUAS.

Podemos hacer varias rondas en las que se acaricien un brazo, el pelo, una mejilla, etc. Los estímulos van cambiando.

Reflexión:

- ¿Qué sensaciones habéis sentido durante el ejercicio?
- ¿Han sido placenteras esas sensaciones?
- ¿Qué os ha parecido participar en esta dinámica?

Claves para la reflexión:

- Con esta dinámica introduciremos el tema de las relaciones y los placeres, lo que tiene mucho que ver con encontrarnos a gusto con nosotras mismas y con las demás personas.

Fuente: Anónima

3.2. LGTBI+ para principiantes

Tiempo aproximado: 25

Objetivos:

- ✓ Aclarar conceptos relacionados con la diversidad sexual.
- ✓ Debatir y reflexionar grupalmente.



Desarrollo:

Paso 1: Comenzamos con las siglas LGTBI+

¿Qué significa cada letra?

Paso 2: Recordamos los conceptos sexo y género de la sesión anterior y vamos introduciendo otros conceptos: orientación sexual, expresión de género, identidad de género, heteronormatividad.

¿Qué significan estos conceptos?

Paso 3: Vemos el video "¿Qué es la diversidad sexual? Explicación fácil" para ampliar el campo de visión:

www.youtube.com/watch?v=1QbTZYiQ6BA

Reflexión:

- Iremos reflexionando a medida que avancemos sobre cada cuestión, haremos hincapié en el concepto de heteronormatividad.

Claves para la reflexión:

- El título de esta actividad está tomado del libro de Daniel Valero "LGTBI para principiantes"
- Vivir en un mundo heteronormativo ha implicado la discriminación histórica de las formas de relaciones sexuales y afectivas que se "salen de la norma".
- Esto implica la reproducción de estereotipos, prejuicios y discriminaciones hacia las personas LGTBI+ o que son percibidas como tales, incluso hasta nuestros días.
- La invisibilización del colectivo LGTBI+, y la violencia directa, cultural y estructural hacia las personas LGTBI+ que siguen existiendo, y los discursos de odio hacia el colectivo son también parte de sus efectos.
- Podemos ver este video de Irantzu Varela para una mejor comprensión del concepto de heteronormatividad:

<https://www.youtube.com/watch?v=5YZdQZC8DCE>

Fuente: *Elaboración propia*



3.3. Verdadero o falso

Tiempo aproximado: 25 min

Objetivos:

- ✓ Desmontar estereotipos, prejuicios y mitos sobre el colectivo LGTBI+.
- ✓ Identificar discursos de odio lgtbifóbicos.

Desarrollo:

Paso 1: Cada participante va a tener un folio con una serie de ideas.

Paso 2: Trabajamos el "Verdadero o falso" en pequeños grupos.

Paso 3: Hacemos una revisión de cada idea con todo el grupo y abrimos el debate desmontando estereotipos, prejuicios y mitos, y ofreciendo una visión positiva sobre la diversidad sexual.

Materiales:

- En los Anexos podrás encontrar algunas ideas propuestas para el "Verdadero o falso".

Reflexión:

- La reflexión la haremos a medida que avancemos con cada idea.

Claves para la reflexión:

- Resaltamos la importancia del respeto y la aceptación.
- Subrayamos la importancia de la diversidad y del derecho a ser como un Derecho Humano Fundamental.
- Ponemos en tela de juicio el concepto de 'normalidad' tal y como lo hemos aprendido.

Fuente: Elaboración propia

3.4. CAMBIA EL CUENTO

Tiempo aproximado: 20

Objetivos:

- ✓ Identificar situaciones discriminatorias y discursos de odio.
- ✓ Tomar un papel activo como agentes de cambio.

Desarrollo:

Paso 1: Formamos pequeños grupos y damos a cada uno dos folios.



Paso 2: En un folio blanco debemos identificar situaciones discriminatorias y discursos de odio hacia el colectivo LGTBI+: bulos, violencias, estereotipos, prejuicios, etc... Podemos retomar algunas ideas del ejercicio anterior.

Paso 3: En el otro apuntaremos qué podemos hacer para resolver esas situaciones.

Paso 4: Cada equipo expondrá su trabajo al resto de los grupos.

Paso 5: Ubicaremos las propuestas de cada equipo a modo de exposición.

Materiales:

- Folios, rotuladores y bolígrafos
- Masilla adhesiva

Reflexión:

- ¿Ha sido difícil identificar esas situaciones?
- ¿Qué relación existe entre estas realidades y los discursos de odio?

Claves para la reflexión:

- Partimos de la premisa de que el conocimiento es la clave. Por lo tanto, necesitamos conocer esas situaciones y el papel que tienen en la reproducción del discurso de odio lgtbifóbico.
- Es importante mostrar tolerancia cero ante cualquier situación lgtbifóbica.
- Debemos conocer para luego trabajar con una perspectiva coeducativa, igualitaria y diversa.
- Es relevante resaltar la importancia de que todas las personas tenemos capacidad de agencia, por lo tanto, podemos tener un rol activo neutralizando el discurso de odio lgtbifóbico.

Fuente: Elaboración propia

3.5. Reforzando valores contra la LGTBIfobia

Tiempo aproximado: 30 min

Objetivos:

- ✓ Identificar qué elementos de nuestra vida diaria refuerzan los valores que defendemos en torno a la diversidad sexual y cuáles los atacan y debilitan.
- ✓ Trabajar grupalmente en la identificación de esos valores positivos hacia la diversidad sexual.
- ✓ Reforzar valores para neutralizar discursos lgtbifóbicos.

Desarrollo:

Paso 1: Formamos grupos de 3 o 4 personas



Paso 2: Cada grupo escoge 1 o 2 valores, en este caso fundamentales para un mundo que respete la diversidad sexual.

Paso 3: El grupo reflexionará sobre aspectos del mundo real que fortalecen o debilitan esos valores y los plasmarán en una cartulina. Puede ser a través de personas reales o personajes de ficción, series, empresas, anuncios, medios de comunicación, etc. Cuanto más potente sea su impacto sobre el valor, más al borde de la cartulina tendrán que escribirlo.

Paso 4: Cada grupo expone al resto de participantes su cartulina, ahondando en algunos aspectos que les hayan parecido más relevantes. El resto de participantes puede preguntar si alguna de las ideas presentes en la cartulina no le queda clara.

Materiales:

- Listado de valores que podrás encontrar en los Anexos
- Cartulinas grandes y rotuladores

Reflexión:

- La reflexión se irá generando a medida que los grupos vayan exponiendo los valores escogidos y su impacto.

Claves para la reflexión:

- Hacemos preguntas y establecemos paralelismos o contrastes entre grupos. Por ejemplo, señalamos si han aparecido causas comunes de debilitamiento de valores en varios grupos.
- Es importante identificar si los elementos que vamos señalando que debilitan los valores escogidos guardan relación con valores del área del poder y el éxito del sistema de Schwartz.

Fuente: Elaboración propia

3.6. Territorio LGTBI+

Tiempo aproximado: 10

Objetivos:

- ✓ Reforzar los valores de aceptación hacia el colectivo LGTBI+.
- ✓ Resaltar el reconocimiento y la importancia de la diversidad.

Desarrollo:

Paso 1: Vamos a crear una nube de palabras en vivo con la aplicación Mentimeter.

Paso 2: Lanzamos la siguiente pregunta al grupo:

¿Qué necesitamos para construir una comunidad comprometida con los derechos y la aceptación del colectivo LGTBI+?



Paso 3: Vamos mostrando con el proyector cómo se va construyendo nuestra nube de palabras.

Materiales:

- Crear la pregunta en la aplicación Mentimeter: www.mentimeter.com/es-ES/features/word-cloud

Reflexión:

- ¿Por qué es importante construir comunidades comprometidas con los derechos del colectivo LGTBI+?
- ¿Por qué es importante poner en valor la diversidad sexual?
- ¿Qué relación tiene todo esto con la prevención y contención de discursos de odio?

Claves para la reflexión:

- Resaltamos la importancia de construir comunidades comprometidas con los derechos del colectivo.
- Ponemos en valor la riqueza de vivir en un mundo diverso.
- Este ejercicio también forma parte de la construcción de un relato alternativo, reforzamos valores vinculados al universalismo como una manera de reforzar aquellos valores en los que no caben los discursos de odio.

Fuente: Elaboración propia



SESIÓN 4: NO BASTA CON NO SER RACISTAS, HAY QUE SER ANTIRRACISTAS

En esta sesión vamos a trabajar:

- ✓ Identificación de prácticas y discursos racistas y xenófobos
- ✓ Estereotipos, prejuicios y discriminaciones
- ✓ Construcción de narrativas alternativas

Introducción a la sesión

El racismo es una forma de discriminación motivada por cuestiones como el color de la piel u otras características físicas. Pero también por el origen, la religión, la cultura... Se basa en la idea de superioridad de unos grupos étnicos sobre otros, y en la idea falsa de que existen distintas razas. Debemos tener claro que la raza humana es UNA sola.

El racismo está mucho más presente en nuestra cotidianidad que lo que pensamos. Se puede presentar a de manera evidente, a modo de insultos o agresiones físicas. Pero también hay manifestaciones de racismo que son sutiles y se esconden en frases de toda la vida. Esto sigue siendo racismo.

Por otro lado, la xenofobia, que es recelo, la hostilidad o rechazo hacia grupos étnicos diferentes o hacia personas que son catalogadas como extranjeras se encuentra muy ligada al racismo. En muchas ocasiones el discurso de odio racista y xenófobo confluyen y son muy difíciles de separar.

El discurso de odio racista y xenófobo es una práctica social discriminatoria que se manifiesta tanto en el texto, como en el habla y la comunicación en general. Lo habitual es que se lleve a cabo mediante la expresión, confirmación o legitimación de las opiniones, actitudes e ideologías racistas del grupo étnico dominante. La introducción del discurso anti-inmigración, es decir, de un marco narrativo en torno a las migraciones que enfoca el tema en clave de seguridad y amenaza es un ejemplo de ello.

La narrativa anti-inmigratoria ayuda a apuntalar de manera eficaz el miedo, la inseguridad y la sensación de excepcionalidad. La utilización de métodos de desinformación es de vital importancia para la propagación de este discurso.

¿Pero a quiénes se dirige el racismo, la xenofobia y sus discursos de odio? A las personas racializadas.

A todas las personas se nos identifica relacionándonos con una categoría racial: negro, blanca, asiático, latina, gitano... El problema surge cuando la categoría es atravesada por el racismo.

Por ejemplo, una persona blanca y una gitana son racializadas, pero las consecuencias de su etiqueta no son las mismas para las dos. El racismo sitúa a la persona blanca en una situación privilegiada, mientras que sobre la persona gitana recaen toda una serie de estereotipos y prejuicios que hacen que su vida sea más difícil, y que sea discriminada por el hecho de que haya sido identificada como 'gitana'.

Esas diferencias entre quienes viven un trato favorable y quienes sufren discriminación, el impacto del racismo en las categorías raciales, ha hecho que cada vez utilicemos más el término "persona racializada" para referirnos a aquellas personas y grupos que sufren el racismo (y también la xenofobia).

Siguiendo esta línea, racializadas son las personas situadas en una categoría racial (negra, sudamericano, árabe...) sobre quienes impacta el racismo y la xenofobia con todo su arsenal de estereotipos, prejuicios y discriminaciones; a veces directos, a veces sutiles, a veces a través de leyes y políticas públicas.



ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 4

4.1. Formando parte del todo

Tiempo aproximado: 10 min

Objetivos:

- ✓ Lograr un estado de relajación a través de la visualización.
- ✓ Establecer un vínculo con el planeta y con el grupo.
- ✓ Crear consciencia de grupo.

Desarrollo:

Paso 1: Solicitamos al grupo que se coloque en forma de círculo y tomen asiento. Una vez se han sentado o tumbado en postura relajada se explica que vamos a hacer un ejercicio de relajación, para lo que tendrán que visualizar lo que les inspire el relato que la persona dinamizadora va a leer.

“Soy un ser pequeño en el mundo. Dejo que la serenidad me invada en forma de ondas y entrego esa serenidad a mi ambiente. Siento ondas de alegría saliendo de mí en este momento y esparciéndose por todo lo que me rodea. El mundo a mi alrededor es maravilloso. Puedo ver la Naturaleza entrando en armonía, los árboles y flores creciendo alegres, los manantiales fluyendo, los ríos discurriendo por los valles, el mar meciéndose, la Tierra vibrando en paz. Veo los animales corriendo y jugando, veo un brillo en los ojos de las niñas y los niños, escucho una música suave en el aire. Veo los corazones de los humanos calmándose, emitiendo una luz especial, divina, pura. Veo las guerras cediendo lugar a la unión entre las personas. Veo a todas y todos aportando al bien común, sumando fuerzas y ofreciendo su talento para ayudar a construir una vida plena y no compitiendo unos contra otros.

La Tierra y todo lo que hay en ella es una sola cosa, y yo formo parte de ella. Todo está en armonía. Siento que se recupera la dignidad del planeta en el que habito. Veo al Universo mirándonos, a todos nosotros, con una sonrisa de bondad. Estoy en PAZ, el mundo está en PAZ, el universo está en PAZ y todo fluye. Una sola mente, un solo corazón, una sola Tierra... Y así es”.

Paso 2: Terminado el relato para la visualización y la relajación, la persona dinamizadora hace que el grupo vuelva a la realidad de la siguiente manera:

“Ahora lentamente vas a ir moviendo las manos... los brazos... la cabeza... los pies... las piernas... y, para finalizar, abrirás los ojos lentamente mientras cuento hasta tres. Uno, dos y tres. Bien, nos sentimos muy a gusto. Escuchamos un ratito el silencio, mientras movemos nuestros dedos y nuestras manos, nos estiramos y sentimos cómo hemos despertado”.

Reflexión:

- ¿Qué sensaciones os ha hecho vivir este relato?
- ¿Qué os ha parecido intentar generar un vínculo entre el grupo y con el planeta?



- ¿Qué relación puede tener esto con el tema de la sesión?

Claves para la reflexión:

- Para aprender es preciso vivenciar y cuando hablamos de nuestro mundo es fundamental que nos sintamos parte de él.
- Preparar el cuerpo y el espíritu para sentirse parte de un todo puede ser una interesante herramienta para generar empatía hacia las demás personas. Nos puede ayudar a poner en cuestión los discursos y los comportamientos que discriminan.
- La práctica de técnicas de relajación con todas las partes implicadas en una situación de conflicto o que puede llegar a generarlo, puede ayudar a crear un clima adecuado para armonizar los estados de ánimo y prepararse para alcanzar respuestas transformadoras del mismo que minimicen las tensiones y favorezcan la convivencia pacífica.

Fuente: Adaptación a partir de Morán, Charo et al. (2017). ¿Cuáles son las necesidades humanas? 99 Preguntas y 99 experiencias para aprender a vivir en un mundo justo y sostenible. Madrid: Ecologistas en Acción

4.2. Barómetro antirracista

Tiempo aproximado: 25 min

Objetivos:

- ✓ Aprender a identificar frases racistas.
- ✓ Analizar nuestra visión sobre el racismo.
- ✓ Revisar nuestras experiencias y prejuicios.

Desarrollo:

Paso 1: Como punto de partida el grupo se sitúa en medio de la sala (necesitamos espacio suficiente para que el grupo pueda desplazarse).

Paso 2: La dinamizadora leerá una frase y cada persona deberá decidir si la frase es o no es racista.

Paso 3: Quienes están de acuerdo con que la frase es racista se situarán a la derecha, quienes están en contra se situarán a la izquierda, quienes no lo tienen claro deben quedarse en medio.

Paso 4: Las personas que estén a favor expondrán por qué creen que la frase es racista, luego quienes no lo tengan claro y, finalmente, quienes están en contra y piensan que la frase no es racista.

Paso 5: El debate termina cuando la dinamizadora expone las ideas de por qué es o no es racista. Luego comienza otra ronda con una nueva frase.

Materiales:

- Listado de frases. Algunas pueden ser las siguientes:



“Si es negro es inmigrante”

Pregunta clave: ¿No hay personas negras nacidas en España?

“Ese va por la vida hecho un gitano”

Preguntas clave: ¿Por qué tenemos la idea de que las personas gitanas van desarregladas? ¿No hay personas gitanas muy arregladas y, por el contrario, personas no gitanas desarregladas?

“Trabajas como un negro”

Preguntas clave: ¿Por qué “trabajar como un negro” es una frase negativa? ¿Qué tiene que ver esta frase con la esclavitud?

“Si no estudias vas a acabar como la sudamericana de la limpieza”

Preguntas clave: ¿Limpiar no es un trabajo digno como cualquier otro? ¿Por qué nombrar el origen y el trabajo de una persona como algo negativo?

“Me has engañado como a un chino”

Pregunta clave: ¿Con una frase como esta no estamos metiendo en el mismo saco a todas las personas que pensamos que son de China?

“En mi academia de inglés hay una negrita”

Preguntas clave: ¿Utilizando diminutivos no estamos infantilizando a las personas negras? ¿Infantilizar es una manera de menospreciar?

“Ayer hice un dibujo y el tono que más utilicé fue el color carne”

Preguntas clave: ¿No hay más tonos de piel? ¿Por qué es un color claro el que identificamos con el color de la piel? ¿Qué pasa con los demás tonos?

Reflexión:

- ¿Qué os ha parecido esta revisión de frases?
- ¿Qué otras expresiones o situaciones racistas conocéis?
- ¿Cómo creemos que se sienten las personas negras, gitanas, latinoamericanas, chinas, etc., cuando escuchan frases como estas?
- ¿Qué podemos hacer para que no se sigan utilizando?



Claves para la reflexión:

- El racismo está mucho más presente en nuestra cotidianidad que lo que pensamos. Puede que su apariencia no sea tan evidente como un insulto, pero, aunque se esconda en frases de las de toda la vida, sigue siendo racismo.
- Muchas veces pasa que se unen el racismo y la xenofobia, se entremezclan, se potencian y crean una explosión de discriminaciones. Ejemplo: cuando se habla de las personas extranjeras como enemigas y como una amenaza para la libertad, la democracia, la familia, etc. Que las personas hayan nacido en otro país no significa que tengan que tener menos derechos o que puedan ser discriminadas.
- Según la Declaración Universal de los Derechos Humanos: "Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos".
- Podemos analizar más frases con connotaciones racistas en el siguiente video del periodista Moha Gerehou:

youtu.be/f7E1V5mqIJU

Fuente: *Elaboración propia*

4.3. EL ESPEJO DE LA REINA MALA

Tiempo aproximado: 25 min

Objetivos:

- ✓ Visibilizar que todas las personas manejamos estereotipos, tenemos prejuicios y somos capaces de discriminar.
- ✓ Reconocer los estereotipos que utilizamos.
- ✓ Explorar los prejuicios y discriminaciones que se asocian a nuestros estereotipos.

Desarrollo:

Paso 1: Introducimos el ejercicio preguntando al grupo si recordamos qué pasaba con el espejo de la reina mala de Blancanieves: el espejo que siempre decía la verdad.

Paso 2: La propuesta es que utilicemos `el espejo de la reina mala´ para preguntarle por los estereotipos, prejuicios y discriminaciones racistas que podamos ejercer sin ni siquiera darnos cuenta.

Paso 3: Intentaremos detectar al menos:

- un estereotipo que tengamos sobre un colectivo,
- los prejuicios asociados a ese estereotipo y
- las discriminaciones que hemos podido ejercer y que se relacionan con ese estereotipo y esos prejuicios.



Paso 4: Cada persona deberá completar individualmente la siguiente tabla (que será nuestro espejo)

| ESTEREOTIPO Lo que pienso | PREJUICIO Cómo me hace sentir esa idea | DISCRIMINACIÓN Cómo actúo ante lo que pienso y lo que siento |
|--|--|---|
| Ejemplo: Las personas son peligrosas | Ejemplo: Si veo a una persona siento miedo | Ejemplo: Actúo de forma nerviosa, me pongo en guardia, cambio de acera... |
| | | |

Paso 3: Compartimos un ejemplo de la tabla con el grupo.

Materiales:

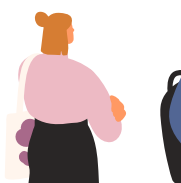
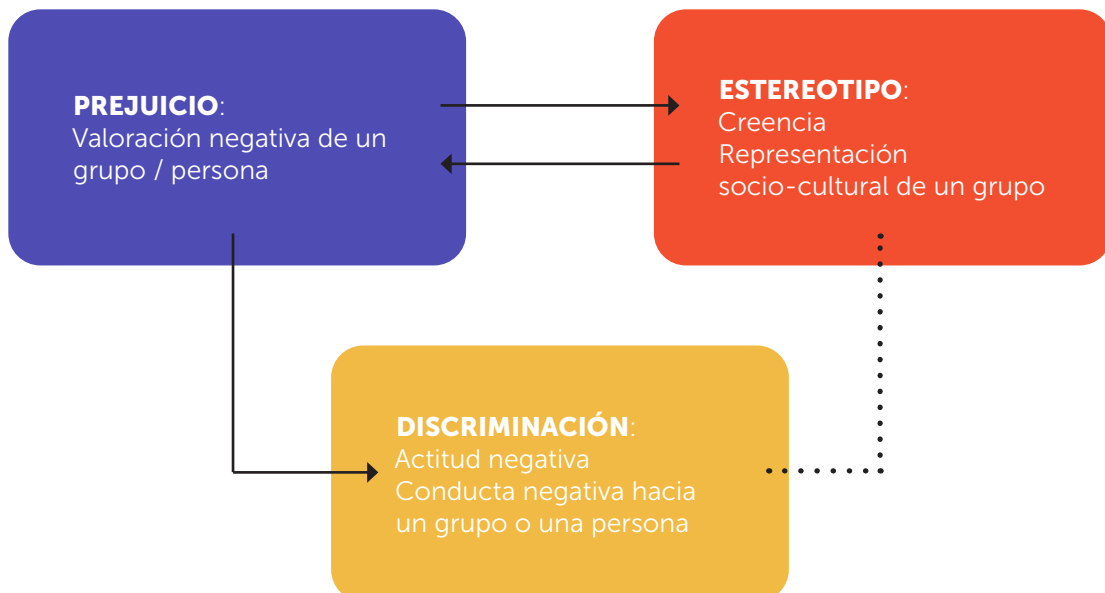
- La tabla impresa en un folio y bolígrafos

Reflexión:

- ¿Ha sido fácil enfrentarnos al espejo de la reina mala?
- ¿Alguna vez os habéis sentido discriminadas o habéis sido testigos de una discriminación? ¿Qué estereotipos y prejuicios pudieron tener que ver en esa situación?
- ¿Qué podemos hacer para evitar estos prejuicios y discriminaciones?

Claves para la reflexión:

- Para conseguir eliminar la discriminación hemos de luchar contra los estereotipos y los prejuicios.



- El primer paso es reconocer los que manejamos en nuestro día a día.
- Regular los estereotipos y los prejuicios que hacen que discriminemos es una manera de detenernos y de preguntarnos qué sucede con nuestros pensamientos y nuestras actitudes hacia las personas que consideramos diferentes.

Fuente: *Elaboración propia*

4.4. Compromiso antirracista

Tiempo aproximado: 30 min

Objetivos:

- ✓ Resaltar la importancia del compromiso antirracista.
- ✓ Pensar estrategias para desarrollar el compromiso antirracista.
- ✓ Destacar la importancia de la participación y la colaboración en el compromiso antirracista.

Desarrollo:

Paso 1: Organizamos equipos de 3 o cuatro personas.

Paso 2: Repartimos el material con las propuestas de compromiso antirracista de Moha Gerehou (de su libro "Qué hace un negro como tú en un sitio como este"):

Ser antirracista es tomar acción en nuestro día a día para dismantelar el racismo.

Ser antirracista es aprender a difundir el conocimiento antirracista, no escudarse en la ignorancia y dejar atrás el conocimiento racista en el que nos hemos educado.

Ser antirracista es apuntar hacia las estructuras y al poder que permiten que el racismo se mantenga en nuestra sociedad.

Ser antirracista es exigir y realizar cambios antirracistas ahora, sin excusas y sin demoras, para valorar, proteger y salvar vidas.

Ser antirracista es organizarse en reuniones, organizaciones, comunidades de vecinos, asociaciones de padres y madres, empresas, redes sociales, círculos de amistades, etcétera, con el objetivo de acabar con el poder racista.



Ser antirracista es hacer lo posible y lo imposible para que la igualdad y la justicia racial sean la base de nuestra sociedad.

Paso 3: Cada equipo leerá, debatirá las propuestas y cada persona del equipo escogerá una propuesta con la cual comprometerse y explicará cómo llevará a cabo ese compromiso.

Paso 4: Luego, la persona dinamizadora irá leyendo las propuestas y quienes se han comprometido con cada propuesta irán agrupándose.

Paso 5: Agrupadas según propuesta, las participantes tendrán que compartir con el resto de su nuevo grupo cómo han pensado llevar a cabo su compromiso. De esta manera se abrirán distintas posibilidades para llevar a cabo cada propuesta.

Paso 6: Luego lo compartirán con el plenario, de manera que todas las participantes conozcan lo que cada propuesta ha generado. La persona dinamizadora irá copiando ideas en la pizarra/papel continuo a modo de resumen

Materiales:

- Folio con las propuestas y bolígrafos
- Pizarra/papel continuo y tiza/rotuladores

Reflexión:

- ¿Qué nos ha resultado más interesante del debate?
- ¿Nos vemos capaces de desarrollar ese compromiso antirracista?
- ¿En qué espacios puede ser más fácil o más difícil mantener el compromiso?

Claves para la reflexión:

- Una vez Angela Davis dijo: "En una sociedad racista no basta con no ser racista. Hay que ser antirracista"
- Ser antirracista es pasar a la acción, y la acción empieza por nosotras mismas:
 - MÍRATE al espejo y quítate la mochila de estereotipos y prejuicios con la que has crecido. No es fácil, pero cada pasito cuenta.
 - APRENDE, escucha, difunde la lucha antirracista.
 - PARTICIPA en charlas, reuniones, comunidades, asociaciones...
 - APUNTA al poder, a esas estructuras que discriminan y que olvidan que "Todos los seres humanos nacemos libres e iguales en dignidad y derechos".
 - PROMUEVE la convivencia. Convivir desde el RESPETO, la ACEPTACIÓN y el DIÁLOGO nos hace mejores.

Fuente: *Elaboración propia*



4.5. GIRO DE LA VIOLENCIA

Tiempo aproximado: 30 min

Objetivos:

- ✓ Practicar la elaboración de narrativas para transmitir valores universales partiendo de valores vinculados a la benevolencia.
- ✓ Trabajar la empatía de manera grupal.

Desarrollo:

Paso 1: Vemos una serie de anuncios.

Paso 2: En grupos de 4 personas, idearemos el esqueleto de un anuncio relacionado con lucha contra el racismo y la xenofobia: la defensa de la diversidad cultural, derechos de las personas migrantes, etc., partiendo del siguiente esquema:

Queremos sensibilizar sobre una cuestión:

Vamos a empezar apelando a un valor de benevolencia:

Después vamos a girar para apelar a este valor o valores universalistas:

Nuestro discurso será algo así como:

Paso 3: Ponemos en común nuestro trabajo con el resto del grupo.

Materiales:

- Para ver cómo se utiliza el giro podemos ver como referencia el siguiente video que realizamos por el Día internacional de la eliminación de la discriminación racial, en 2024:

www.youtube.com/watch?v=C64dT1EPAL0

- Folios y bolígrafos
- Ejemplo:

01. Queremos sensibilizar sobre una cuestión: vulneración de los derechos humanos del pueblo palestino.

02. Vamos a empezar apelando a un valor de benevolencia: Ayuda (Definición: "Que trabaja por el bienestar de los demás").



03. Después vamos a girar para apelar a este valor o estos valores universalistas: Un mundo en paz, justicia social, igualdad.

04. Nuestro mensaje podría seguir una estructura en esta línea:
"Tú, que en pandemia llevabas la compra a tu vecina anciana...
Tú, que haces los deberes con tu sobrinos...
Tú, que acompañas a tu madre a hacer sus gestiones en el Ayuntamiento...
...hoy eso no es posible en Palestina porque las casas están siendo bombardeadas, las escuelas están destruidas, las personas huyen de sus hogares, apenas hay tiendas abiertas..."

Reflexión:

- La reflexión la iremos desarrollando alrededor de la presentación de cada grupo.

Claves para la reflexión:

- Nos centraremos en reforzar valores que fortalezcan la lucha contra el racismo y la xenofobia.
- Profundizaremos en ideas del imaginario popular, de nuestra realidad cotidiana, que fortalezcan esos valores.
- Analizaremos elementos que debilitan esos valores, por lo tanto, debemos evitar apelar a ellos. Recordamos el principio de: 'no pienses en un elefante'.

Fuente: *Elaboración propia*



SESIÓN 5: REFORZANDO ESCENARIOS ALTERNATIVOS

En esta sesión vamos a trabajar:

- ✓ La comunicación para la prevención y contención de los discursos de odio.
- ✓ Pautas para crear y defender nuestros propios marcos.
- ✓ Conclusiones de las sesiones.

Introducción a la sesión

En esta sesión vamos a reforzar escenarios alternativos partiendo de una reflexión sobre la comunicación y transmisión de mensajes. No son pocas las ocasiones en las que consumimos información desvirtuada o que directamente es mentira sin paramos a pensar en ello. Muchos de esos mensajes están cargados de estereotipos, de prejuicios, o son directamente discriminatorios hacia las personas racializadas, del colectivo LGTBI+ o hacia las mujeres.

Entre tanto ruido es difícil generar narrativas alternativas. Pero no imposible. Como hemos venido enfatizando en las sesiones anteriores, para desarrollarlas lo primero que necesitamos es definir qué valores queremos transmitir. Luego plantearemos los marcos que nos ayuden a comunicar, activar y reafirmar estos valores.

Los efectos de usar un marco u otro para “contar” una misma realidad o hecho pueden diferir enormemente en el comportamiento de la gente. A veces el marco narrativo que se ha establecido entre la sociedad sobre el asunto del que queremos comunicar puede ser contrario a los derechos de determinados colectivos.

De hecho, la forma en la que percibimos y concebimos nuestra realidad está mediatizada. Los medios de comunicación (los partidos políticos, los grupos empresariales, etc.) nos influyen sobre qué temas pensar (agenda setting), pero también en cómo pensarlos (framing).

No es conveniente confrontar con el marco negativo ni usarlo en nuestros argumentos, porque al citarlo lo estaríamos reforzando (recordemos la frase “no pienses en un elefante”). Lo que nos toca por tanto es re-enmarcar, es decir, crear un relato nuevo para narrar con otra perspectiva esa misma realidad.

La lucha contra los discursos de odio es tarea de todas las personas. La empatía, la solidaridad, la reflexión y la denuncia, son algunas herramientas que podemos utilizar para su prevención y contención. Pero es importante poner en valor nuestra propia capacidad de agencia y generar una conciencia colectiva capaz de crear espacios de participación y discursos compartidos.



ACTIVIDADES DE LA SESIÓN 5

5.1. Los mensajes

Tiempo aproximado: 10 min.

Objetivos:

- ✓ Analizar la facilidad con que pueden distorsionarse los mensajes.
- ✓ Valorar la importancia de unas condiciones mínimas para que la comunicación sea efectiva.

Desarrollo:

Paso 1: El grupo se divide en 4 subgrupos que se sitúan en los extremos de una cruz.

Paso 2: Cada subgrupo elige una persona representante que se coloca detrás del subgrupo opuesto.

Paso 3: A cada representante se le entrega un mensaje que debe transmitir a su grupo. A una señal, las cuatro representantes mandan su mensaje. Cuanto más griterío, mejor. Los mensajes pueden ser trozos de un texto o una noticia.

Paso 4: La dinámica termina cuando cada subgrupo recita el texto original. Para mayor confusión puede darse el mismo mensaje a todos los subgrupos.

Material:

- 4 fichas o recortes de prensa con los textos que se van a transmitir.

Reflexión:

- ¿Cómo ha sido intentar transmitir un mensaje con tanto ruido?
- ¿Cómo ha sido recibirlo?
- ¿No os pasa algo similar cuando recibís mensajes por las RRSS, que llegan entre otros muchos mensajes y a veces no tenemos tiempo ni de ver de dónde vienen, ni de pensar si es cierto o no?

Claves para la reflexión:

- Con este ejercicio pretendemos demostrar que a veces es difícil transmitir y recibir mensajes, y que es muy fácil que estos sean desvirtuados.
- El ruido que hemos generado en el espacio en que hemos realizado el ejercicio puede ser similar al ruido constante de las redes sociales.
- En ocasiones, consumimos información desvirtuada o que directamente es mentira, y no nos paramos a pensar en ello y mucho menos contrastamos la información.
- Muchos de esos mensajes pueden estar cargados de estereotipos, de prejuicios, o son directamente discriminatorios hacia las personas racializadas, del colectivo LGTBI+ o hacia las mujeres.

Fuente: Cascón, Paco (2012). *La alternativa del juego 2. Juegos y dinámicas de educación para la paz*. Madrid: Los libros de la Catarata, Colección Edupaz.



5.2. El sandwich de la verdad

Tiempo aproximado: 20 min

Objetivos:

- ✓ Contener la desinformación.
- ✓ Debatar con personas con posturas contrarias a las nuestras.
- ✓ Reflexionar y ejercitar la argumentación contra los discursos de odio.

Desarrollo:

Paso 1: Vamos a organizarnos en parejas.

Paso 2: Cada pareja tendrá dos temas sobre los que debatir y deberán escoger posturas contrarias para hacerlo.

Paso 3: En uno de los debates una persona defenderá las posturas más cercanas a los discursos de odio y en el segundo debate lo hará la otra persona.

Paso 4: Luego se realizará una reflexión grupal sobre el proceso, aunque el grupo podrá seguir ejercitando el debate con otros temas si así lo requiere.

Materiales:

- Propuestas de temas para debatir:
 - Las tradwives o el rol de las mujeres en la familia.
 - Ni machismo ni feminismo: igualdad.
 - Las personas LGTBI+ lo que quieren es destruir la sociedad.
 - La discriminación hacia las personas LGTBI+ ya no existe.
 - La gente gitana no se integra.
 - Los extranjeros vienen a quitarnos el trabajo.

* Los temas van enfocados a los discursos de odio, para que quede claro sobre qué ideas impulsar el debate.

Reflexión:

- ¿Cómo te has sentido durante el debate?
- ¿Cómo de difícil ha sido seguir las recomendaciones?
- ¿Qué tal ha sido experimentar cada una de las posiciones?



Claves para la reflexión:

- A veces el marco narrativo que se ha establecido entre la sociedad sobre el asunto del que queremos comunicar puede no ser el mejor para nuestros intereses. No es conveniente confrontar con el marco negativo ni usarlo en nuestros argumentos por el simple hecho de que al citarlo, lo estaríamos reforzando (recordemos la frase "No pienses en un elefante"). Lo que nos toca por tanto es re-enmarcar, es decir, crear un relato nuevo para narrar con otra perspectiva esa misma realidad.
- Recomendaciones para practicar el 'Sandwich de la verdad':
 - Sé respetuoso/a con tu interlocutor/a y mantén una conversación calmada.
 - Sé sincero/a. Piensa y habla desde los valores que defiendes y en los que crees.
 - Usa tus marcos, no los marcos de tu interlocutor.
 - No respondas nunca a una pregunta enmarcada desde el punto de vista de tu oponente (re-enmarca cuando respondas).

SINSENTIDO COMUN. PRESENTA: **EL SANDWICH DE LA VERDAD** (DE GEORGE LAKOFF)

PARA EVITAR ESPARCIR DESINFORMACIÓN EN REDES SOCIALES HAZ ESTO:



1 **COMIENZA CON LA VERDAD**
EL PRIMERO EN ESTABLECER EL MARCO TIENE LA VENTAJA
EN VEZ DE PARTIR QUEJÁNDOSE, INSULTANDO O BURLANDOTE IRÓNICAMENTE DEL MENSAJE O SU AUTOR/A, SIEMPRE PARTIENDO SEÑALANDO LA VERDAD, EL DATO, LA EVIDENCIA, LA FUENTE ORIGINAL QUE DESMIENTE LA MENTIRA O EL ERROR.
VERDAD PRIMERO, SIEMPRE

2 **INDICA LA MENTIRA**
SI ES POSIBLE, EVITA AMPLIFICARLA
SOLO CUANDO HAS ENTREGADO LA INFORMACIÓN CORRECTA, HAZ ALUSIÓN A LA MENTIRA O EL ERROR, PERO SIN DARLE MÁS CLIKES A SU FUENTE: NO LE DES RT, NO COMPARTAS EL LINK NI ARROBES A LA FUENTE DE LA MENTIRA O EL ERROR.
¡USA UN PANTALLAZO!

3 **VUELVE A LA VERDAD**
SIEMPRE REPITE LAS VERDADES MÁS QUE LAS MENTIRAS
RESUME EL PUNTO LO MÁS SIMPLEMENTE QUE PUEDAS, DEJA INFORMACIÓN PARA APRENDER SOBRE EL PROBLEMA, CITA FUENTES CONFIABLES O A INVESTIGADORES SÉRIOS QUE SEPAÑ DEL TEMA, ES MUY MÁS IMPORTANTE MOSTRAR Y DEFINIR LA INFORMACIÓN CORRECTA QUE CULPAR (Y HACER FAMBÓ) AL MENTIROSO

FUENTE: @GEORGE LAKOFF
TRADUCCIÓN Y COMENTARIO @SINSENTIDOC




- Ejemplos de debate:

CÓMO HACERLO

Juan: Es que las feministas solo quieren someter al hombre.

Marta: Oye amigo, las ideas feministas aspiran a un mundo justo en el que haya igualdad entre ambos sexos. (Comienza con la verdad)

Por tanto, esto es incompatible 100% con lo que me estás diciendo, Juan. (Indica la mentira)

Además, gracias al feminismo los hombres os estáis quitando de encima mucha masculinidad tóxica, como eso de que no podéis mostrar vuestros sentimientos (Vuelve a la verdad).

Juan: Sí, eso es verdad.

CÓMO NO HACERLO

Juan: Es que las feministas solo quieren someter al hombre.

Marta: Eso no es verdad. Eso es lo que dicen en los foros que tú lees, pero ya te digo yo que mis amigas no quieren eso.

Juan: Y qué me dices de mi prima Encarni, que se divorció y ahora Paco no tiene ni para tabaco con la pensión que le tiene que pasar.

Marta: No me fastidies Juan, eso es un caso particular y no tiene nada que ver con el feminismo.

Juan: Ya, lo que tú me digas

Fuente: *Elaboración propia*

5.3. Prepara tu campaña de sensi

Tiempo aproximado: 30 min

Objetivos:

- ✓ Crear, bajo el formato de campaña, una estrategia dirigida a combatir los discursos de odio y sus consecuencias.
- ✓ Tomar conciencia de la responsabilidad individual y colectiva de actuar para la prevención y contención de los discursos de odio.

Desarrollo:

Paso 1: Dividimos al grupo en equipos de 4-5 personas. Cada equipo tendrá que preparar una campaña para sensibilizar a los demás grupos sobre la importancia de que todas las personas se involucren en la lucha contra los discursos de odio.

El slogan de la campaña será:

CORRE LA VOZ...



Paso 2: Antes de comenzar es importante que todas hayan entendido qué quiere decir este slogan. Las claves son:

- Sensibilizar sobre la importancia de que todas las personas se involucren en la lucha contra los discursos de odio.
- Todas podemos tener un rol activo en esta lucha.

Paso 3: Entregamos a cada equipo la ficha con la estructura de la campaña que encontraremos en los Anexos. La ficha servirá de guía para crear una campaña coherente y con los objetivos claros. Habrá que escoger entre los tres temas claves del curso.

Paso 4: Una vez concluidas las campañas las presentamos al grupo.

Materiales:

- Fichas con la estructura de la campaña (ANEXO IV), folios y bolígrafos.

Reflexión:

- ¿Cómo habéis decidido cuál tema escoger para la campaña?
- ¿Qué es lo que más os ha interesado de ese tema?
- ¿Qué mejoras se pueden conseguir con las acciones que habéis propuesto?
- ¿Qué haría falta para desarrollar las campañas y ampliar su impacto?

Claves para la reflexión:

- Es en nuestro entorno, actuando desde lo local y con perspectivas de cambio globales, donde tenemos más posibilidades de participar ayudando a resolver situaciones que impiden el equilibrio y la justicia social entre las personas. Por eso es tan importante generar reflexión y promover la movilización, sensibilizar y actuar.
- La lucha contra los discursos de odio es tarea de todas las personas. La empatía, la solidaridad, la reflexión y la denuncia, son algunas herramientas que podemos utilizar para su prevención y contención.

Fuente: Adaptación a partir de Cimadevilla García, María (2014). Corre la voz. Alianza para invertir en la infancia en España. En: www.Alliance4investinginchildren.eu

5.4. Un bosque contra el odio

Tiempo aproximado: 45 min

Objetivos:

- ✓ Estimular la reflexión sobre nosotras mismas y nuestro empoderamiento.
- ✓ Fomentar la valoración positiva del grupo.



Desarrollo:

Paso 1: Cada persona dibuja en silencio su árbol (ponemos música relajante para trabajar), en el que debe escribir:

- En las **raíces** sus motivaciones más importantes para luchar contra los discursos de odio.
- En las **grietas del tronco** ejemplos de los discursos de odio que más le afectan.
- En las **ramas** las capacidades personales para luchar contra los discursos de odio.
- En los **frutos** qué valores vamos a promover para luchar contra los discursos de odio.

Paso 2: Cada participante pegará su árbol en una zona que habremos destinado para construir nuestro bosque (pared, papel continuo, pizarra...)

Paso 3: Después cada persona lo pone en común y las demás pueden, con respeto, realizar preguntas y sugerencias.

Materiales:

- Folios A3 y materiales de dibujo.
- Papel continuo por si no disponemos de pizarra o pared.
- Pegamento/celo/masilla adhesiva para pegar los árboles.

Reflexión:

- ¿Cómo me he sentido dibujando mi árbol?
- ¿Qué encontramos en común en nuestros árboles?
- ¿Qué características comparte nuestro bosque?

Claves para la reflexión:

- Es importante generar un proceso de reflexión sobre cómo cada persona puede aportar en la lucha contra los discursos de odio.
- Se trata de generar una conciencia colectiva sobre la necesidad de una cultura de la paz enraizada en la sociedad con tanta fuerza que no deje lugar a la violencia.
- Educar conscientemente para la paz supone ayudar a construir unos valores y actitudes determinados tales como la justicia, libertad, cooperación, respeto, solidaridad, la actitud crítica, el compromiso, la autonomía, el diálogo, la participación. Al mismo tiempo se cuestionan los valores que son contrarios a la paz como la discriminación, la intolerancia, la violencia, el etnocentrismo, la indiferencia, el conformismo.
- Valoraremos la capacidad de cada persona de actuar. Se trata de participar en la lucha contra los discursos de odio.

Fuente: Cascón, Paco (2012). *La alternativa del juego 2. Juegos y dinámicas de educación para la paz*. Madrid: Los libros de la Catarata, Colección Edupaz.



5.5. Evaluación de las sesiones

Tiempo aproximado: 15 min

Objetivos:

- ✓ Conocer la valoración del grupo.
- ✓ Resaltar la importancia de comunicar lo que nos gusta y lo que no.

Desarrollo:

Paso 1: Damos a cada participante tres post-it de distintos colores.

Paso 2: Pediremos que en uno de ellos escriban lo que más les ha gustado de las sesiones, en otro lo que menos, y en el tercero qué han echado en falta o sobre qué tema les gustaría profundizar.

Paso 3: Cuando hayan escrito los tres post-it les diremos que vayan saliendo a la pizarra, que peguen sus post-it y que comenten al resto del grupo lo que escribieron.

Materiales:

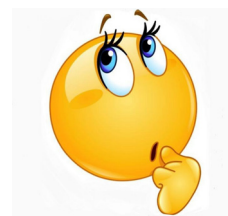
- Post-it de tres colores
- Bolígrafos



LO QUE MÁS TE HA GUSTADO



LO QUE MENOS
TE HA GUSTADO



¿QUÉ HAS ECHADO EN FALTA?



BIBLIOGRAFÍA

<http://findingframes.org/report.htm>

AWID (2004). "Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica". Derechos de las mujeres y cambio económico. En: https://www.awid.org/sites/default/files/atoms/files/interseccionalidad_-_una_herramienta_para_la_justicia_de_genero_y_la_justicia_economica.pdf

BELA-LOBEDDE, D. (2019). Ser mujer negra en España. Penguin Random House.

BLACKMORE, ELENA y SANDERSON, BEC. Framing equality toolkit. ILGA-Europe & PIRC. En: <https://publicinterest.org.uk/FramingEqualityToolkit.pdf>

CARVAJAL, V., RODRÍGUEZ-ALARCÓN, L. Y VELASCO, V. Siete puntos clave para crear nuevas narrativas sobre los movimientos de las personas en el mundo. Fundación porCausa de Investigación, Periodismo y Migraciones, mayo de 2019.

CASCÓN, PACO (DIR.) (2012). La alternativa del juego 2. Juegos y dinámicas de Educación para la Paz. Madrid: Los libros de la catarata, colección Edupaz.

CIMADEVILLA GARCÍA, MARÍA (2014). Corre la voz. Alianza para invertir en la infancia en España. En: www.alliance4investinginchildren.eu

COMISION EUROPEA CONTRA EL RACISMO Y LA INTOLERANCIA (ECRI), CONSEJO DE EUROPA (2015). Recomendación general N° 15 relativa a la lucha contra el discurso de odio y memorandum explicativo. En: https://www.inclusion.gob.es/oberaxe/ficheros/documentos/2016_12_21-Recomendacion_ECRI_NO_15_Discurso_odio-ES.pdf

CURIEL, Ochy (2013). La nación heterosexual: análisis del discurso jurídico y el régimen heterosexual desde la antropología de la denominación. Bogotá: Brecha Lésbica y en la frontera.

DARNTON, ANDREW y KIRKY, MARTIN. Buscando marcos: nuevas formas de implicar a la ciudadanía del Reino Unido con la pobreza global. En: <https://www.kaidara.org/wp-content/uploads/2019/06/BuscandoMarcos.pdf>

FAVIERES, PALOMA (coord.) (2022). Igualdad de trato y no discriminación: Discurso de odio y delito de odio hacia la población migrante y refugiada. Cuadernos sobre el derecho de asilo en España N° 2.

FERNÁNDEZ de CASTRO, P. y GONZÁLEZ-PÁRAMO, A. (coord.). La franquicia antimigración cómo se expande el populismo xenófobo en Europa. Fundación porCausa de Investigación, Periodismo y Migraciones, abril de 2019. En: https://porcausa.org/wp-content/uploads/2019/04/Informe_Franquicia_Antimigratoria_porCausa_abril_2019.pdf

GARZÓN, EVA Y SANTAMARÍA, CÉSAR (2018). Comunicación sobre las migraciones. En: https://www.oxfamintermon.org/es/publicacion/Comunicacion_sobre_las_migraciones

GEREHOU, M. (2021). Qué hace un negro como tú en un sitio como este. Península.

JABARDO, Mercedes (2012). Feminismos negros. Una antología. Madrid: Traficantes de sueños

LAKOFF, GEORGE (2017). No pienses en un elefante. Editorial Península.



LARIO BASTIDA, M. Medios de comunicación e inmigración. Convivir sin racismo, 2006. En: <http://www.pensamientocritico.org/mediosinmig.pdf>

MALENO GARZÓN, H. (2020). Mujer de frontera. Península.

MBOMIO RUBIO, L. (2017). Las que se atrevieron. Pigmalion Edypro.

MISSÉ, M. (2020). A la conquista del cuerpo equivocado. Egales Editorial.

MORÁN, CHARO ET AL. (2017). ¿Cuáles son las necesidades humanas? 99 preguntas y 99 experiencias para aprender a vivir en un mundo justo y sostenible. Madrid: Ecologistas en Acción.

ONU (s/f). Día Internacional para Contrarrestar el Discurso de Odio 18 de junio. En: <https://www.un.org/es/observances/countering-hate-speech>

ONU (2019). Estrategia y Plan de Acción de las Naciones Unidas sobre el Discurso de Odio. En: https://www.un.org/en/genocideprevention/documents/advising-and-mobilizing/Action_plan_on_hate_speech_ES.pdf

ONU (2022). Mensaje del Secretario General de la ONU. Día Internacional para Contrarrestar el Discurso de Odio 18 de junio. En: <https://www.un.org/es/countering-hate-speech/messages>

OTERO, Jone y GALLASTEGI, Asier (s/f). Juegos para disolver rumores. Manual actividades anti-rumores para personas jóvenes. Bilbao: Ayuntamiento de Bilbao, Área de Igualdad, Cooperación, Convivencia y Fiestas.

Proyecto antirrumores (2016). Guía práctica para combatir los rumores y los prejuicios sobre la diversidad cultural. En: https://www.getxo.eus/DocsPublic/inmigracion/SENSIBILIZACION/ANTIRUMORES/2015_GUIA_PRACTICA_COMBATIR_RUMORES_Y_PREJUCIOS.pdf

SEGATO, Rita (2016). La guerra contra las mujeres. Madrid: Traficantes de sueños.

VALERO, D. (2019). LGTB para principiantes. 100 preguntas y respuestas para saberlo todo sobre el colectivo. Mueve tu lengua

VAN DIJK, T. Prólogo Discurso racista. En: <http://www.discursos.org/oldarticles/Discurso%20racista.pdf>

VELASCO, V. Y RODRÍGUEZ-ALARCÓN, L. Nuevas narrativas migratorias para reemplazar el discurso del odio. Fundación porCausa. En: https://porcausa.org/wp-content/uploads/2020/02/Dossier_Nuevas-Narrativas-para-reemplazar-el-discurso-del-odio.pdf

VELASCO, V. Y RODRÍGUEZ-ALARCÓN, L. Narrativas migratorias del amor: de la solidaridad a la comunidad. Fundación porCausa. En: <https://porcausa.org/wp-content/uploads/2022/04/narrativas-migratorias-del-amor-de-la-solidaridad-a-la-comunidad-porcausa.pdf>



ANEXOS

ACTIVIDAD 1.5 – ACTIVIDAD 2.5 – ACTIVIDAD 3.5 – ACTIVIDAD 5.2

LISTADO DE VALORES

- **IGUALDAD** (igualdad de oportunidades para todos)
- **ARMONÍA INTERNA** (en paz conmigo mismo)
- **PODER SOCIAL** (control sobre otros, dominio)
- **PLACER** (gratificación de deseos)
- **LIBERTAD** (libertad de acción y pensamiento)
- **UNA VIDA ESPIRITUAL** (énfasis en aspectos espirituales y no materiales)
- **SENTIMIENTO DE PERTENENCIA** (sentir que otros cuidan de mí)
- **ORDEN SOCIAL** (estabilidad de la sociedad)
- **UNA VIDA EXCITANTE** (experiencias estimulantes)
- **DAR SENTIDO A LA VIDA** (una meta en la vida)
- **BUENOS MODALES** (cortesía, buenas maneras)
- **RIQUEZA** (posesiones materiales, dinero)
- **SEGURIDAD NACIONAL** (proteger mi nación de sus enemigos)
- **AUTORESPETO** (creer en mi propia valía)
- **RECIPROCIDAD DE FAVORES** (evitar estar en deuda con los demás)
- **CREATIVIDAD** (originalidad, imaginación)
- **UN MUNDO EN PAZ** (libre de guerras y conflictos)
- **RESPETAR LA TRADICIÓN** (mantener las costumbres heredadas de los antepasados)
- **AMOR MADURO** (relación profunda de intimidad emocional, espiritual)
- **AUTODISCIPLINA** (auto-control, resistencia a las tentaciones)
- **INTIMIDAD** (el derecho a tener un ámbito privado)
- **SEGURIDAD FAMILIAR** (seguridad para los seres queridos)
- **RECONOCIMIENTO SOCIAL** (respeto, aprobación por parte de los demás)



- **UNIÓN CON LA NATURALEZA** (integrarse con la naturaleza)
- **UNA VIDA VARIADA** (una vida llena de desafíos, novedades y cambios)
- **SABIDURÍA** (una comprensión madura de la vida)
- **AUTORIDAD** (el derecho a dirigir o mandar)
- **AMISTAD VERDADERA** (amigos cercanos que me apoyen)
- **UN MUNDO DE BELLEZA** (belleza en naturaleza y en artes)
- **JUSTICIA SOCIAL** (corregir injusticias, preocuparse por los débiles)
- **INDEPENDIENTE** (confiado en mí mismo, autosuficiente)
- **MODERADO** (evito los extremos en sentimientos y acciones)
- **LEAL** (fiel a mis amigos, a mi grupo)
- **AMBICIOSO** (trabajador infatigable, que tiene aspiraciones)
- **TOLERANTE** (abierto a ideas y creencias diferentes)
- **HUMILDE** (modesto, pasa desapercibido)
- **ATREVIDO** (busca aventuras y riesgos)
- **PROTECCIÓN DEL MEDIO AMBIENTE** (conserva la naturaleza)
- **INFLUYENTE** (que tiene impacto sobre las personas y acontecimientos)
- **HONRA A LOS PADRES Y MAYORES** (respeto)
- **ELIJO MIS PROPIAS METAS** (selecciono mis propios objetivos)
- **SANO** (no estar enfermo ni física ni mentalmente)
- **CAPAZ** (competente. eficaz, eficiente)
- **ACEPTO LO QUE ME TOCA EN LA VIDA** (me someto a las circunstancias de la vida)
- **HONESTO** (genuino, sincero)
- **CUIDO MI IMAGEN PÚBLICA** (protejo mi "imagen")
- **OBEDIENTE** (cumpló con mis deberes y obligaciones)
- **INTELIGENTE** (lógico, que piensa)
- **AYUDA** (que trabaja por el bienestar de los demás)
- **DISFRUTAR DE LA VIDA** (disfrutar comida, sexo, ocio...)



- **DEVOTO** (que mantiene creencias y fe religiosas)
- **RESPONSABLE** (digno de confianza, fiable)
- **CURIOSO** (interesado por todo, indagador)
- **NO RENCOROSO** (dispuesto a perdonar a los demás)
- **TRIUNFADOR** (logra sus metas)
- **LIMPIO** (aseado, ordenado)
- **INDULGENTE CONMIGO MISMO** (que me permito placeres)



ACTIVIDAD 2.1 ¿QUÉ ME SUGIEREN ESTAS PALABRAS?

2.1.1 Tablas con conceptos para los equipos

Se debe entregar al comenzar el ejercicio

EQUIPO 1

| | Conceptos | ¿Conoces el concepto? | | Palabras o ideas clave que definen el concepto |
|---|----------------|-----------------------|----|--|
| | | Sí | No | |
| 1 | Género | | | |
| 2 | Sexo biológico | | | |

EQUIPO 2

| | Conceptos | ¿Conoces el concepto? | | Palabras o ideas clave que definen el concepto |
|---|------------------------|-----------------------|----|--|
| | | Sí | No | |
| 1 | Roles de género | | | |
| 2 | Estereotipos de género | | | |

EQUIPO 3

| | Conceptos | ¿Conoces el concepto? | | Palabras o ideas clave que definen el concepto |
|---|----------------------|-----------------------|----|--|
| | | Sí | No | |
| 1 | Trabajo reproductivo | | | |
| 2 | Suelo pegajoso | | | |



EQUIPO 4

| | Conceptos | ¿Conoces el concepto? | | Palabras o ideas clave que definen el concepto |
|---|--------------------|-----------------------|----|--|
| | | Sí | No | |
| 1 | Machismo | | | |
| 2 | Violencia machista | | | |

EQUIPO 5

| | Conceptos | ¿Conoces el concepto? | | Palabras o ideas clave que definen el concepto |
|---|-------------|-----------------------|----|--|
| | | Sí | No | |
| 1 | Patriarcado | | | |
| 2 | Feminismo | | | |



2.1.2 Tabla con los conceptos definidos

Se debe entregar un ejemplar a cada participante al terminar la actividad

| Conceptos | Palabras o ideas clave que definen el concepto |
|-------------------------------|--|
| Género | <p>Características psicológicas, sociales y culturales que han sido construidas, impuestas, aprendidas y asumidas para asignar las diferencias entre los masculino y lo femenino, y consiguientemente, valoraciones concretas a estas diferencias.</p> <p><i>Ejemplo: Los roles, los estereotipos, la expresión de género, se basan en las construcciones culturales que definen cómo debe ser un hombre o una mujer.</i></p> |
| Estereotipos de género | <p>Son imágenes mentales muy simplificadas y con pocos detalles acerca de nuestros atributos personales de mujeres y de hombres. Pueden ser tanto positivos como negativos, aunque habitualmente son negativos. Son creencias socialmente compartidas que suelen exagerar un determinado rasgo que se cree que tienen las mujeres y los hombres, por lo tanto, los estereotipos son colectivos.</p> <p><i>Ejemplos: La idea de que a las mujeres se les dan mejor las tareas del hogar. O la idea de que los hombres no deben expresar sus sentimientos.</i></p> |
| Feminismo | <p>Movimiento social y político que defiende que se considere a las mujeres como seres humanos completos, sujetos individuales con derechos y deberes y se opone a la discriminación por razón de sexo (su biología) o de género (a causa de las atribuciones sociales que se les asigna como mujer).</p> <p>No es un término opuesto a machismo, pues este último representa una actitud de poder del hombre hacia la mujer, mientras que el feminismo persigue la igualdad de oportunidades de mujeres y hombres sin otorgar superioridad a ninguno.</p> |
| Machismo | <p>Actitudes, comportamientos y prácticas culturales que refuerzan y preservan una estructura de dominio masculino y heteronormativo sobre la vida humana. El machismo, de manera consciente o inconsciente, desvaloriza a las mujeres. Se basa en la idea de superioridad de los hombres sobre las mujeres.</p> <p><i>Ejemplo: Frases como "peleas como una chica" o "pórtate como un machote" son muestras de esta idea de superioridad.</i></p> |



| | |
|------------------------------------|---|
| <p>Patriarcado</p> | <p>Modelo de organización social jerarquizado, en el que el poder lo ostentan, de forma mayoritaria, los hombres. El patriarcado es como una jaula de pájaros. Una jaula se compone de barrotes. Cada barrotes representa un hecho patriarcal dominante y subordinante. Por sí mismo, un solo barrotes no puede detener al pájaro en la jaula, pero con suficientes barrotes el pájaro quedará atrapado en la jaula inmovilizando cualquier lucha liberadora, pensando que las cosas son así y no pueden cambiar. Pero la jaula se puede abrir y el ave puede ser libre (metáfora de la filósofa feminista Marilyn Frye).</p> <p><i>Ejemplo: El poder masculino mayoritario en gobiernos y empresas, lo normalizado que tenemos el machismo, los roles de género... todo forma parte de una estructura social patriarcal.</i></p> |
| <p>Roles de género</p> | <p>Conjunto de papeles, tareas y expectativas, asignados culturalmente a mujeres y hombres. Los roles marcan la diferencia respecto a cómo ser, cómo sentir y cómo actuar en la sociedad.</p> <p><i>Ejemplo: La mujer como encargada del hogar y los cuidados. El hombre que solo trabaja fuera del hogar y en casa "ayuda".</i></p> |
| <p>Sexo biológico</p> | <p>Está asociado a aspectos físicos que se pueden observar de forma objetiva (órganos, hormonas, cromosomas). Categoría que se asigna a las personas al nacer por la simple observación de sus genitales.</p> <p><i>Ejemplo: La vulva y el pene son lo visible al nacer, si tienes vulva se supone que eres mujer, si tienes pene se supone que eres hombre.</i></p> |
| <p>Suelo pegajoso</p> | <p>Hace referencia a las dificultades que tienen las mujeres en comparación con los hombres para abandonar los puestos de trabajo más precarios, con mayor temporalidad o con peor remuneración. Es la realidad a través de la cual las mujeres sufren una serie de impedimentos que les impiden que se desarrollen en el mundo laboral o en la esfera de lo público.</p> <p><i>Ejemplo: Las estadísticas a nivel global muestran que las trabajadoras son las que ocupan las actividades de la economía informal o los sectores de actividad con peores condiciones, acaparan la mayoría de las jornadas reducidas o empleos temporales y ejercen los roles laborales con remuneraciones más bajas.</i></p> |
| <p>Trabajo reproductivo</p> | <p>Actividades que tienen como objetivo ocuparse del cuidado del hogar y la familia, es decir, el trabajo doméstico y de cuidados que por tradición se ha considerado trabajo de mujeres.</p> <p><i>Ejemplo: El cuidado de bebés, la limpieza del hogar...</i></p> |



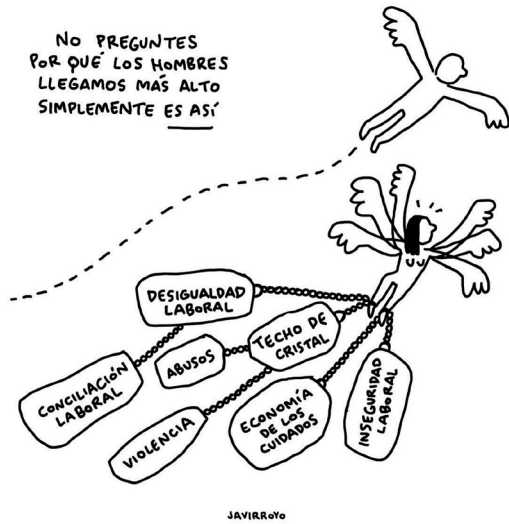
Violencia Machista

Violencia ejercida hacia las mujeres, enmarcada en la subordinación histórica de las mujeres con respecto a los hombres. Estos actos tienen o pueden tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico, e incluso la muerte para las mujeres. Se incluyen las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se produce en la vida pública o privada.

Ejemplos: Agresiones sexuales, matrimonios forzosos, mutilación genital femenina, violencia dentro de la pareja...



ACTIVIDAD 2.4 MIRAR EL MUNDO CON GAFAS VIOLETAS



EL MUNDO @elmundoes 21h
Seis mujeres astronautas, un experimento espacial y una pregunta:

- ¿Cómo afrontarán el viaje sin maquillaje?



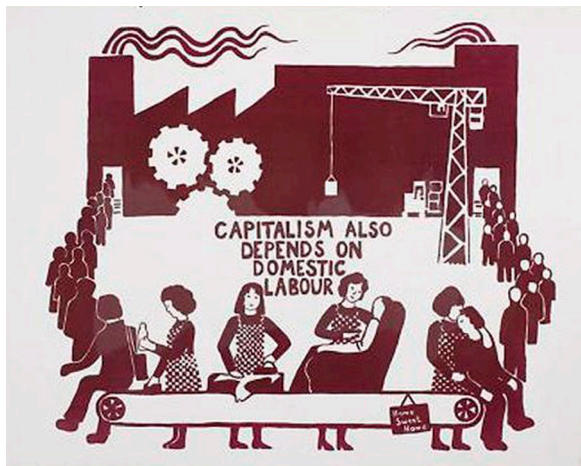
¿Pueden sobrevivir las astronautas sin su maquillaje?
elmundo.es

539 193

Cuando nuestras parejas nos piden que les digamos qué más tienen que hacer, en el fondo se están negando a asumir la carga mental.



Lo NORMAL ES Diverso



ACTIVIDAD 3.3 VERDADERO O FALSO

| | | |
|---|---|---|
| V | F | Ser LGTBI+ es una moda. |
| V | F | La LGTBIfobia es el rechazo y la discriminación hacia las personas LGTBI+ |
| V | F | La homosexualidad se puede curar. |
| V | F | Una mujer se siente atraída por otras mujeres porque no ha encontrado al hombre adecuado. |
| V | F | La bisexualidad es una etapa en la vida, luego ya la persona decide qué le gusta. |
| V | F | Las personas con pluma son homosexuales |
| V | F | Las personas trans tienen un tipo de enfermedad mental. |
| V | F | Ahora es muy fácil salir del armario. |
| V | F | Visibilizar al colectivo LGTBI+ es darle voz a quienes han estado siempre silenciadxs. |
| V | F | En las parejas "homo" siempre habrá quién tenga que hacer de hombre y quién tenga que hacer de mujer. |



ACTIVIDAD 5.3 PREPARA TU CAMPAÑA DE SENSI

| "CORRE LA VOZ" CAMPAÑA PARA LA REFLEXIÓN Y LA ACCIÓN | | |
|--|--|---|
| Tema | ¿Sobre qué tema queremos que trate nuestra campaña? | Tres opciones de temas generales para escoger uno y concretar: 1 – Racismo y Xenofobia 2 – Lgtbifobia 3 – Machismo |
| Preparación de la campaña | | |
| Objetivos | ¿Para qué? | |
| Público objetivo | ¿A quiénes queremos que llegue la campaña? | |
| Acciones concretas | ¿Qué vamos a hacer para conseguir los objetivos? | |
| Descripción de las acciones | ¿Cómo lo vamos a hacer? | |
| Personas implicadas | ¿Quiénes se van a implicar en el desarrollo de las acciones? | |





