

Nos cuidamos. Talleres para trabajar el cuidado y el buen trato

Objetivo general

- ★ Fomentar el cuidado como elemento vertebrador de las relaciones humanas y con el medioambiente.

Objetivos específicos

- ★ Trabajar la identificación y expresión de las emociones.
- ★ Fomentar las relaciones de buen trato a partir de la empatía, la escucha y la asertividad.
- ★ Poner en valor el empoderamiento individual así como las relaciones que nos dan bienestar.
- ★ Con el alumnado de sexto, identificar las actitudes violentas dentro de las relaciones humanas, en especial las relaciones de violencia machista.
- ★ Motivar al alumnado para poner en práctica la empatía y el cuidado.

Actividad 6º de Primaria. Querernos bien.

Duración: Una hora y media, dos horas.

1. Presentación.

Nos presentamos: cada participante se presenta y dice un ingrediente que tiene que haber en una relación de buen trato (puede ser amor de pareja o de amor más amplio). Para cerrar la presentación, el profesorado señalará que el amor no es una pócima mágica, pero que las personas buscamos sentirnos bien al estar en relación. Todo lo que no sea buen trato puede hacernos daño.

2. Lucha ama Libertad.

Escuchamos [Lucha ama Libertad](#), un audiocuento del proyecto [Un cuento propio](#). Este cuento narra la historia de Lucha, una chica que sale de una relación de maltrato gracias al arte, la creatividad y el apoyo de sus amigas y amigos.

Antes de empezar a escuchar el cuento, el profesorado baja las persianas (puede apagar la luz) y pide al alumnado que se siente de manera cómoda y cierre los ojos.

Tras la escucha del cuento se puede hacer un pequeño coloquio sobre si han entendido la historia, si les ha gustado, qué opinan de los personajes...



3. Barómetro de valores.

El alumnado se levanta y forma una fila en medio de la clase. El profesorado leerá frases sobre mitos del amor y las relaciones (en anexos). Chicas y chicos tienen que posicionarse: a favor de la frase o en contra. Quienes estén a favor se irán a un lado de la clase y quienes estén en contra, se irán al otro. Después de cada frase, se abrirá un debate sobre la misma.

Es importante transmitir que no hay respuestas buenas o malas y que todo el mundo tiene que expresarse y ser respetado/a. El profesorado intentará que la participación sea alta y el ambiente sea distendido y de respeto.

4. Graffiti 'Vamos a querernos bien'.

El profesorado reparte cartulinas y rotuladores o témperas, y el alumnado tiene que hacer un dibujo tipo graffiti o mural con alguna frase, lema o idea que le remita a tener una relación de buen trato. Algo que les parezca importante o algún consejo que darían a algún/a amigo/a o un deseo...

Mientras se realiza la actividad, el profesorado puede poner la canción 'Vamos a querernos bien' que acompaña al cuento *Lucha ama a libertad*.

5. Un mural por el buen trato.

Los graffitis se pueden colgar en el aula o en el pasillo del centro escolar.

ANEXOS

Actividad 6º de Primaria. Querernos bien

Ficha 1. Barómetro de valores

“A los 14, 15 y 16 años es normal tener varios ligues; probar, pasárselo bien... Pero llega un momento en la vida en la que hay que asentar la cabeza y encontrar a la persona con la que pasar el resto de la vida”.

“Cotillear los mensajes o el WhastApp del móvil de otra persona es violar su intimidad; pero si es el móvil de mi pareja no importa porque no tenemos secretos”.

“Toda persona tiene una media naranja, es cuestión de encontrarla”.

“La pareja ideal es la que sabe lo que sientes con sólo mirarte”.

“Yo, por mi pareja, lo daría todo”.

“En una relación ideal los conflictos no tienen cabida”.

“Es normal que tu novio se enfade si tú en una discoteca bailas con otro chico”.

“Mi novio tiene muchas cosas que no me gustan, pero sé que con mucha paciencia y mucho amor lo cambiaré”.

“Le quiero tanto que se lo perdono todo”.

“Una chica que sufre maltrato es tonta por permitirlo. A mí eso nunca me pasaría”.
(*Variante:* “Lucha, la protagonista del cuento ha sido un poco tonta por dejarse llevar por su novio”).

“Es normal que te dé vergüenza pedir ayuda si la relación con tu pareja es tóxica y/o no te trata muy bien”.

“De una relación de violencia es imposible salir”.

“Cuando tienes una pareja que te trata mal, si te esfuerzas mucho le puedes cambiar”.