

Índice

O patriarcado: unha forma machista de organización da sociedade.....	4
Patriarcado e heteropatriarcado.....	4
O heteropatriarcado na sociedade occidental.....	5
A orixe das sociedades patriarcais.....	6
Formas alternativas de organización da sociedade.....	7
As mulleres na sociedade, unha historia de ocultación.....	9
Androcentrismo.....	9
O proceso de ocultación.....	9
O traballo feminino.....	10
Discriminación laboral, fenda salarial e teito de vidro.....	11
Sexo biolóxico, expresión de xénero e identidades de xénero.....	13
A diferenza entre sexo e xénero.....	13
O proceso de socialización e os estereotipos de xénero.....	14
Os roles de xénero e a súa influencia no proxecto vital.....	14
O sexo biolóxico, a expresión de xénero e as identidades de xénero.....	15
As relacións afectivas: aprendendo a querer mellor.....	17
A desigual expresión dos afectos e das emocións.....	17
Modelos de relacións afectivas.....	18
Mitos do amor romántico.....	19
Bos tratos vs relacións tóxicas.....	20
Estratexias para a resolución de conflitos.....	20
A sexualidade: respecto e consentimento.....	22
A construción da identidade sexual.....	22
As orientacións sexuais.....	23
A sexualidade dominante e os roles de xénero.....	24
A pornografía como modelo de dominación sexual.....	24
O papel das redes sociais.....	24
Sexo, embarazo e ETS.....	25
Novas masculinidades: os homes que veñen.....	27

O papel dos homes na consecución da igualdade.....	27
Os homes ante o espello: desaprendendo vellos modelos.....	28
Pistas para unha revolución masculina.....	29
No camiño a unha sociedade igualitaria: a longa marcha.....	31
Aclarando termos: feminismo, machismo, hembrismo, feminazi.....	31
Os inicios do feminismo: das precursoras ás sufraxistas.....	32
A segunda onda feminista.....	33
A terceira e cuarta onda feminista: o feminismo transversal.....	33
Os rostros da violencia machista: cara unha sociedade sen violencia.....	36
Que é a violencia de xénero?.....	36
O iceberg da violencia de xénero: dos micromachismos aos asasinatos machistas.....	37
O ciclo da violencia: consecuencias para as vítimas.....	38
Sinais de alerta na mocidade: control e redes sociais.....	38
Falsas crenzas asociadas á violencia de xénero.....	39
Como actuar ante a violencia de xénero.....	40
Mudando a pel: a práctica da igualdade.....	42
A construción da identidade sexual.....	42
Políticas sociais e accións positivas.....	42
A linguaxe inclusiva: instrucións de uso.....	43
Movementos asociativos pola igualdade.....	44

UNIDADE 1

O patriarcado: unha forma machista de organización da sociedade



Para comezar:

- *Sabes a que nos referimos cando falamos de patriarcado?*
- *Pensas que vivimos nun patriarcado?*
- *Que consecuencias pode ter para as mulleres educarse nunha sociedade patriarcal?*
- *E para os homes?*
- *Coñeces formas alternativas de organización da familia ou da sociedade?*

Patriarcado e heteropatriarcado

Nunha sociedade patriarcal os varóns teñen preeminencia sobre as mulleres. As sociedades patriarcais son sociedades machistas porque:

- Os homes son considerados máis fortes e máis intelixentes. Enténdese que deben controlar os recursos económicos, os postos de relevancia política ou as manifestacións culturais.
- As mulleres son reducidas aos traballos de menor consideración ou mesmo excluídas de calquera traballo remunerado. As actitudes asociadas ao sexo masculino considéranse preferibles ás actitudes asociadas ao sexo feminino.
- Homes e mulleres son condicionados a se comportar en acordo ao que se espera do seu sexo. A sociedade occidental, a sociedade en que nós vivimos, considérase un heteropatriarcado. Desde a infancia apréndesenos a asociar actitudes como a agresividade ao sexo masculino. Outras actitudes, como a delicadeza, asóciase ao sexo feminino.



Cantas mulleres ves nesta reunión do G8? Foto: Pete Souza, Dominio Público

A **sociedade occidental**, a sociedade en que nós vivimos, considérase un **heteropatriarcado**. Desde a infancia apréndenos a asociar actitudes como a agresividade ao sexo masculino. Outras actitudes, como a delicadeza, asócianse ao sexo feminino.

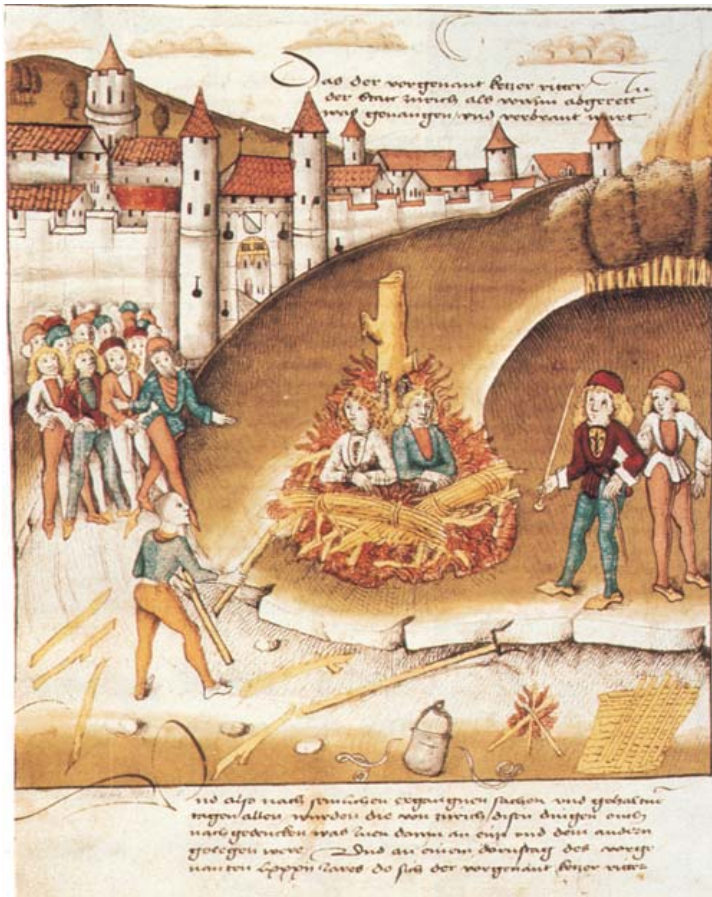
Nunha sociedade heteropatriarcal, todas as persoas que non se comportan tal e como se espera do seu sexo son desprezadas. Esta situación afecta ás persoas que teñen unha **orientación sexual** homosexual, por exemplo. Tamén ás mulleres que apostan pola súa carreira laboral ou aos homes que deciden ocuparse da crianza dos fillos.

O heteropatriarcado na sociedade occidental

Con todo, a sociedade occidental está a mudar a súa consideración das mulleres e das **minorías sexuais**. Desde os anos sesenta, o traballo do movemento feminista está a lograr unha maior visibilidade para as mulleres.

Este cambio non é tan rápido como nos gustaría, porque a sociedade occidental organizouse como un **patriarcado** desde hai milenios. Tomemos o exemplo dunha sociedade como a antiga Atenas, no século V a.C. Nesta cidade, quizais a máis relevante da Grecia clásica, todos os atenienses adultos, sempre que non fosen escravos, podían ser elixidos para cargos políticos e votar nas asembleas cidadás. Ningunha muller ateniense era admitida nestas asembleas, nin tampouco podía desempeñar cargo político algún.

Na Roma clásica a consideración das mulleres non era moi diferente. As mulleres nobres, as patricias, estaban sometidas ao control dos seus pais, e despois dos seus maridos. O cristianismo, que se estableceu no século IV como relixión oficial do imperio romano, reforzou a dominación do home sobre a muller.



Queima de homosexuais nun código alemán de 1482. Dominio Público.

En troques, a consideración da **homosexualidade** mudou moito mesmo dunha sociedade patriarcal a outra. A **Grecia e a Roma clásicas** tiñan unha consideración positiva do **homoerotismo** masculino, sempre que a relación se establecese entre un home adulto e un adolescente. Estas relacións incluían fortes lazos de amizade entre ambos varóns e eran a maneira en que os adolescentes se introducían no mundo dos adultos.

Sostense que o **crístianismo** amparou este tipo de relacións durante séculos. Con todo, a partir do século XIII, a Igrexa comezou a amparar unicamente as relacións sexuais que tiñan como obxecto a reprodución. En consecuencia a homosexualidade comezou a considerarse como unha “práctica nefanda”, é dicir, o pecado máis grave que se podía cometer.

A orixe das sociedades patriarcais

Pénsase que as **sociedades prehistóricas** eran igualitarias. Polo menos até o **Neolítico**, os seres humanos viviron en grupos que non adoitaban superar as cincuenta persoas. Non existe ningunha evidencia de que nestes grupos houbera división do traballo segundo o sexo. Desde logo, as diferenzas de riqueza entre os grupos e dentro das persoas do mesmo grupo debían de ser moi escasas.

Segundo esta teoría, os **roles de xénero** diferenciados nacerían ao mesmo tempo que as diferenzas de riqueza ou de status político. Canto máis complexas se facían as sociedades, máis se agrandaban as diferenzas. Nas primeiras **sociedades estatais** que coñecemos (o Exipto dos faraóns ou a China antiga) son moi evidentes as diferenzas entre os roles de homes e mulleres.

A desigualdade entre sexos non estaría, desta maneira, xustificada polas diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres. Sería, en realidade, unha maneira máis de asegurar a dominación duns grupos humanos por outros, como a escravitude, o racismo ou a distinción entre a nobreza e a **plebe**.

Formas alternativas de organización da sociedade

O patriarcado é a forma máis estendida de organización da sociedade. Emporiso, non é a única maneira de organizar unha sociedade.

Moitas sociedades non europeas, mesmo algunhas de bastante complexidade, organizáronse segundo outro tipo de estruturas, como poden ser as [sociedades matriarcais](#). Nestas sociedades, as mulleres teñen un papel moi relevante.

Os pobos indios de Norteamérica adoitaban formar [sociedades matriarcais](#). Entre os hopi, mulleres e homes participaban por igual nas decisións políticas ou na xestión das terras e das vivendas. Entre os iroqueses as nais tiñan a última palabra mesmo na declaración de guerra a outros pobos.

En liñas xerais, a [antropoloxía](#) describe que as sociedades matriarcais son máis igualitarias e pacíficas que as patriarcais. Esta característica esténdese ás comunidades de primates onde as femias establecen fortes lazos. As comunidades de chimpancés, onde os machos dominan ao grupo, as relacións sociais están presididas pola forza. Nos grupos de bonobos, en cambio, [os conflitos adoitan solucionarse pacificamente](#) grazas á solidariedade entre femias.

Ademais, certas culturas tradicionais desenvolveron identidades sexuais que non responden á clasificación occidental entre varóns e femias. Os navajo, un pobo indio veciño dos hopi, recoñecía catro sexos, dous deles reservados para homes ou mulleres que podían asumir, segundo o momento, roles de xénero masculinos ou femininos. Figuras semellantes existen en case todos os pobos de nativos americanos. Polo xeral, son figuras de prestixio, asociadas a poderes de curación ou elevadas destrezas artesanais.



Home ou muller? Non era así para os pobos indíxenas americanos



PARA REFLEXIONAR :

- 1) *Pensas que unha sociedade patriarcal pode ser igualitaria?*
- 2) *Que formas de desigualdade entre homes e mulleres coñeces na sociedade actual?*
- 3) *Pensas que a situación das mulleres na sociedade occidental está mudando?*
- 4) *Que solucións proporías para impulsar este cambio?*
- 5) *Deben liderar as mulleres este cambio ou teñen os homes unha gran responsabilidade nel?*
- 6) *Significa o matriarcado dominación da muller polo home?*

UNIDADE 2

As mulleres na sociedade, unha historia de ocultación



Para comezar:

- *Imos facer a proba do 5X5. Cubre en cinco minutos os cadros con cinco homes e cinco mulleres relevantes en cinco campos da cultura. [Pica na ligazón para accederes ao cadro](#). Cando remates o cadro, contesta ás preguntas que seguen.*
- *Fuches capaz a encher todos os campos?*
- *Cales fuches incapaz de rematar?*
- *Por que razón cres que non puides encher certos campos?*

Androcentrismo

Como xa contamos na unidade anterior, o [patriarcado](#) foi, desde moi cedo, a forma fundamental de organización da sociedade occidental. Dábase por suposto que a cultura, a política, o mundo laboral ou a xestión dos recursos económicos eran actividades masculinas.

As sociedades patriarcais son, por tanto, [androcéntricas](#). Asíse que os varóns teñen unha posición central no mundo, namentres as mulleres sofren o que se denomina un proceso de ocultación ou invisibilización.



Cadea de ADN, por Richard Wheeler.
Licenza [CC-BY-SA 3.0](#)

O proceso de ocultación

Este proceso despreza as contribucións das mulleres ao logros da sociedade ou directamente atribúeos a homes. No eido da ciencia un dos casos máis patentes de ocultación é o de Rosalind Franklin. Esta bióloga estadounidense formaba parte do equipo que acabaría por describir a estrutura do ADN, é dicir, os xenes dos seres vivos.

Rosalind tomou [fotografías ao microscopio da dobre hélice](#) en que se dispón o ADN, pero morreu en 1958 sen completar a súa investigación. Catro anos despois, os seus compañeiros James Watson e Francis Crick recibiron o premio Nobel sen sequera mencionar o traballo de Rosalind. Décadas despois, cando o escándalo se revelou, Watson e Crick recoñeceron de mal grado o papel de Rosalind nos seus descubrimentos e o [carácter machista dos equipos de investigación](#) da época.

O proceso de ocultación non afectou só ás mulleres, senón tamén ás [minorías sexuais e raciais](#). O escultor renacentista Miguel Anxo é autor dunha famosa colección de sonetos amorosos. Eses sonetos están dirixidos a varóns, en especial ao grande amor de Miguel Anxo, Tommaso Cavalieri. Durante séculos, porén, alteráronse os poemas para que parecece que estaban dirixidos a mulleres. Aínda hoxe hai quen teima en negar a [homosexualidade](#) de grandes xenios do Renacemento como Miguel Anxo ou Leonardo da Vinci.

O traballo feminino

Durante séculos, negouse que as mulleres tiveran un papel activo nos logros principais da nosa sociedade. Apenas se coñecían mulleres artistas, inventoras ou líderes políticos.

As poucas mulleres destacadas que se coñecían eran silenciadas. Vexamos o caso de Artemisia Gentileschi. Artemisia foi unha pintora moi apreciada na primeira metade do XVII. A súa obra é de tanta calidade como a dos mellores artistas varóns do seu tempo. Porén, a súa pintura foi ficando esquecida porque adoitaba tratar temas femininos. Nos anos setenta o movemento feminista reivindicou o seu traballo. Aos poucos, Artemisia foi [recuperando o seu lugar na historia](#) da pintura.

A ocultación persegue desanimar as mulleres a expresar a súa creatividade e intelixencia eliminando modelos nos que inspirarse. Deste xeito, os ámbitos de poder quedan reservados aos varóns. Namentres os homes se ocupan do [traballo produtivo](#), as mulleres quedan confinadas ao traballo reprodutivo.

Chamamos [traballo reprodutivo](#) ao que se realiza para a familia, como o coidado das persoas dependentes, a cociña ou a limpeza do fogar. Ese traballo adoita ser invisíbel porque nin se paga, nin ten horarios, nin é valorado socialmente. Así e todo, resta tempo para os proxectos vitais das persoas que o desenvolven, do mesmo xeito que un traballo remunerado.

O desprezo do traballo que as mulleres facían no fogar invisibilizou de paso outras tarefas que as mulleres asumían. Na Galiza tradicional, por exemplo, participaban das tarefas agrícolas á par dos homes, acudían ás feiras, cosían e lavaban roupa para si e para as casas ricas... Porén, como as

propiedades familiares eran sempre administradas polo home, o sustento da casa parecía depender en exclusiva deste.

Aínda hoxe en moitos países subdesenvolvidos as mulleres realizan traballos como o carrexo de auga ou o pastoreo dos rabaños da familia. Estes traballos, ademais de [requiriren un enorme esforzo físico](#), son fundamentais para o sostemento da familia. Ao tempo, como estes traballos adoitan cargarse sobre as nenas, afástanas da escola.

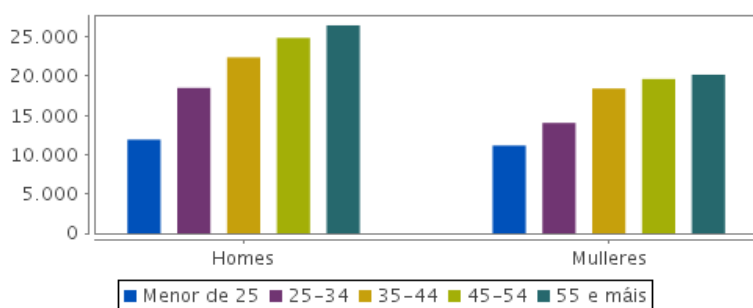


Leiteiras de Carnota de regreso de Muros, fotografadas en 1924 por Ruth M. Anderson. Fonte: GCIencia

A partir do século XIX, sen que os homes asumisen as tarefas domésticas, moitas mulleres occidentais comezaron [a incorporarse ao traballo nas fábricas](#). A partir da I Guerra Mundial (1914-1918) as mulleres foron incorporándose a outros ámbitos laborais, como o ensino. Aínda así, raramente se lles consideraba capaces de ensinar máis que a nenos pequenos. Non foi até os anos setenta que as mulleres comezaron a incorporarse en masa a ámbitos como a avogacía, a medicina ou a investigación científica.

Secasí unha gran parte das profesións seguen a estar marcadas por roles de xénero. Hainas que están dominadas polos homes, outras están [feminizadas](#). Un exemplo moi claro é o ámbito sanitario: mentres na enfermaría predominan as mulleres, a cirurxía adoita ser desempeñada por homes.

Discriminación laboral, fenda salarial e teito de vidro



Fenda salarial en Galiza por idade e sexo no 2014. Fonte: IGE.

Na actualidade o [nivel educativo das mulleres está a aumentar](#) en todo o planeta, até

equipararse e aínda superar o dos varóns. Con todo, as mulleres seguen a sufrir discriminación laboral por cuestión de xénero.

Un dos seus efectos máis coñecidos é a fenda salarial. En todo o planeta as mulleres teñen salarios medios inferiores aos dos varóns. Posto que se supón que asumen maiores responsabilidades familiares, acumulan menos tempo traballado e contratos de carácter temporal. As mulleres adoitan estamparse contra o teito de vidro: teñen máis dificultade para accederen aos postos directivos ou de maior cualificación.

O feminismo non é, polo tanto, unha corrente de pensamento que pretenda que as mulleres se impoñan sobre os homes. Simplemente trata de conseguir unha equiparación entre ambos, posto que non hai traballos en que as mulleres teñan un desempeño inferior que o dos homes. A desigualdade entre sexos foi, e segue a ser, un atranco para unha sociedade máis feliz.



PARA REFLEXIONAR :

- 1) *En que profesións pensas que escasean os referentes femininos? De que xeito condiciona as escollas das rapazas esa falta de referentes?*
- 2) *Algunha vez pensaches no valor económico do traballo reprodutivo? [Usa esta calculadora](#) para facer un cálculo aproximado do seu custo. Expide a cada membro da túa familia unha factura polo valor do seu traballo.*
- 3) *Que profesións estás feminizadas e cales masculinizadas? Elabora un cadro. Que diferenzas atopas entre unhas e outras?*
- 4) *Unha reflexión crítica sobre os fenómenos de discriminación rexistrados.*
- 5) *Pregunta ás mulleres do teu entorno pola súa carreira laboral. Padeceron discriminación laboral?*

UNIDADE 3

Sexo biolóxico, expresión de xénero e identidades de xénero



Para comezar:

- *Sabes a que nos estamos a referir cando falamos do sexo dunha persoa?*
- *En que categorías encadramos ás persoas segundo o seu sexo?*
- *Pensas que existe algunha outra categoría?*
- *Poderías explicar de que falamos cando nos referimos ao xénero dunha persoa? Cantos xéneros coñeces?*
- *Que é un estereotipo? Saberías poñer algún exemplo?*
- *A que nos referimos coa expresión estereotipos de xénero?*

A diferenza entre sexo e xénero

Sexo e **xénero** son dous conceptos que provocan confusión. Porén, son a chave para comprender a orixe das desigualdades entre as mulleres e os homes.

Cando falamos de sexo referímonos á nosa orixe biolóxica. Nacemos cun código xenético (a combinación de cromosomas X e Y), así como cuns órganos sexuais e reprodutores que determinarán se somos homes ou mulleres. Estes son os dous sexos que habitualmente recoñecemos, aínda que existen máis posibilidades sobre as que xa falaremos.



Simone de Beauvoir no Café de Flore, París, 1950. Dominio Público

O xénero pola contra non vén determinado ao nacer, senón que é unha construción social. É dicir, é un conxunto de ideas creadas pola sociedade sobre un ou outro sexo. Como xa falamos nos temas anteriores, estas ideas varían dunha sociedade a outra e tamén ao longo da historia.

A filósofa francesa Simone de Beauvoir, autora dun libros fundacionais do feminismo, [O segundo sexo](#), resumiu esta situación nunha frase que fixo fortuna: “Non se nace muller, senón que se chega a selo”. No vídeo que se insire na imaxe a propia autora explica as súas afirmacións.

O proceso de socialización e os estereotipos de xénero



Este conxunto de falsas crenzas sobre o masculino e o feminino reciben o nome de [estereotipos de xénero](#). Os principais axentes de socialización (familia, amizades, escola, medios de comunicación...) perpetúan estas ideas sobre como deben ser ou comportarse homes e mulleres. De que xeito pensades que se poden transmitir estes estereotipos?

No [vídeo que contén a imaxe comprobaredes](#) que desde bebés recibimos un relato no que nenos e nenos parecemos ter calidades e aspiracións ben distintas.

Os roles de xénero e a súa influencia no proxecto vital

Este relato vaise transmitindo desde a nosa infancia, [a través dos xoguetes](#), das instrucións que recibimos ou mesmo [da roupa](#). Continúa na adolescencia, e mesmo na nosa vida adulta e vellez, condicionando á súa vez [o papel que imos desempeñar](#) segundo sexamos muller ou home: son os chamados [roles de xénero](#).

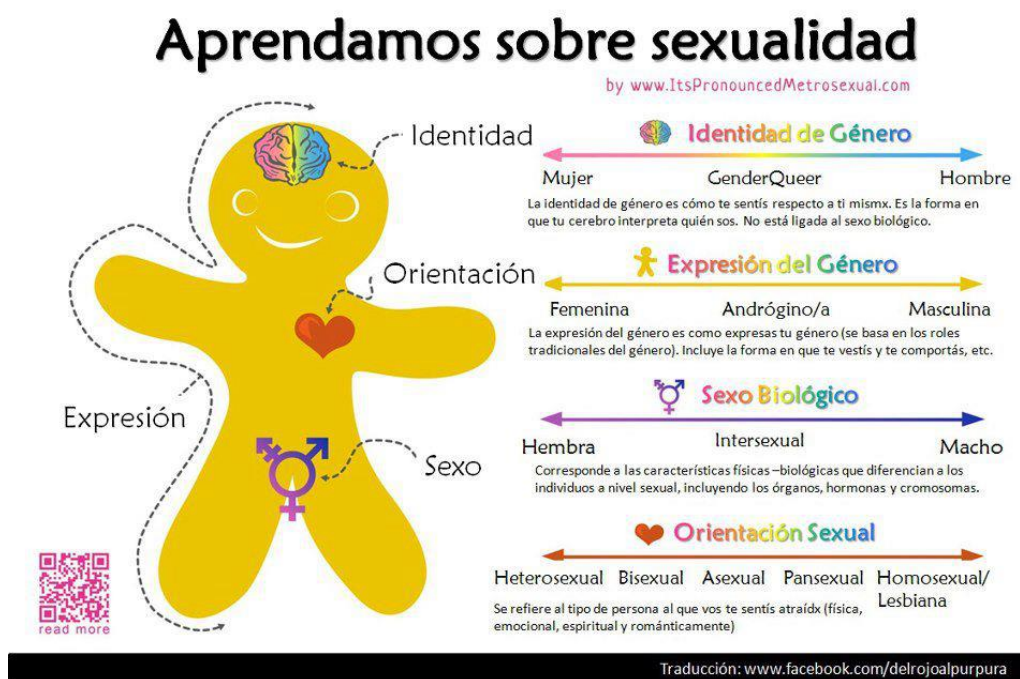
Por poñer un exemplo, estereotipos asociados á feminidade son a sensibilidade e delicadeza. Polo tanto, como as mulleres pasamos por ser delicadas e sensibles, asígnasenos o rol de

coidadoras. Asumimos o coidado da casa, dos fillos e fillas e as persoas maiores ou enfermas. Tamén as profesións catalogadas de “femininas”: enfermeira, mestra, secretaria...

O sexo biolóxico, a expresión de xénero e as identidades de xénero

Anteriormente, ao falarmos do sexo biolóxico, centrámonos no **binarismo**, que reduce o sexo biolóxico aos conceptos de muller ou home. Con todo, existe outra realidade denominada **intersexualidade** que consiste na combinación de trazos xenéticos e biolóxicos femininos e masculinos.

A día de hoxe existe máis sensibilidade e concienciación a este respecto, pero ata non hai moito o persoal sanitario e a familia asignáballe ao bebé un xénero, someténdoo ás operacións pertinentes para que o seu aspecto físico se adecuase ao mesmo.



O que adoitaba suceder era que, a medida que esta persoa desenvolvía a súa identidade de xénero, esta non coincidía co sexo que lle fora asignado ao nacer.

Hoxe en día é habitual esperar a que a persoa desenvolva a súa identidade de xénero para que decida, se é que así o quere, comezar o proceso de reasignación de sexo.

Pódese dicir que a identidade de xénero é a vivencia interna e individual que cada un ou unha de nós temos acerca do noso propio xénero. É algo totalmente subxectivo e polo tanto, independentemente do código xenético e características biolóxicas coas que teñamos nacido ou da nosa orientación sexual, podemos sentirnos mulleres ou homes, que eran as únicas identidades sexuais recoñecidas tradicionalmente. Porén, na década dos 90 Judith Butler contribuíu a romper este binarismo de xénero introducindo o termo **queer** (que no noso país se traduce como “xénero

non binario”) que se empregaría para designar a aquelas persoas que non se senten cómodas ou non se identifican con ningún dos xéneros binarios.

Por outra banda temos a **expresión de xénero**, que se refire á forma que ten cada persoa de exteriorizar a súa identidade de xénero. Está relacionado coa vestimenta, o peiteado, a xestualidade... Existen a expresión de xénero feminina, masculina e andróxina, sendo esta última unha mestura variable das dúas anteriores.

Todos estes aspectos, xunto coa **orientación sexual**, que trataremos na unidade 5, conforman a nosa identidade sexual.



PARA REFLEXIONAR :

- 1) *Pensas que os estereotipos e roles de xénero aféctannos negativamente a mulleres e homes? Pon algún exemplo.*
- 2) *Poden os nosos gustos estar influídos por estes estereotipos? De que xeito?*
- 3) *Que sucede cando unha persoa se “sae” do que a sociedade espera dela e non responde cos estereotipos que corresponden ao seu xénero?*
- 4) *En que medida escollemos libremente os nosos estudos ou profesións e ata é punto esta elección está condicionada polo que a sociedade espera de nós?*
- 5) *Seguindo os exemplos sobre estereotipos que se expoñen na unidade, elaborade unha táboa onde recollades estereotipos asociados a mulleres e homes e o rol ou roles que os mesmos levan asociados.*

UNIDADE 4

As relacións afectivas: aprendendo a querer mellor



Para comezar:

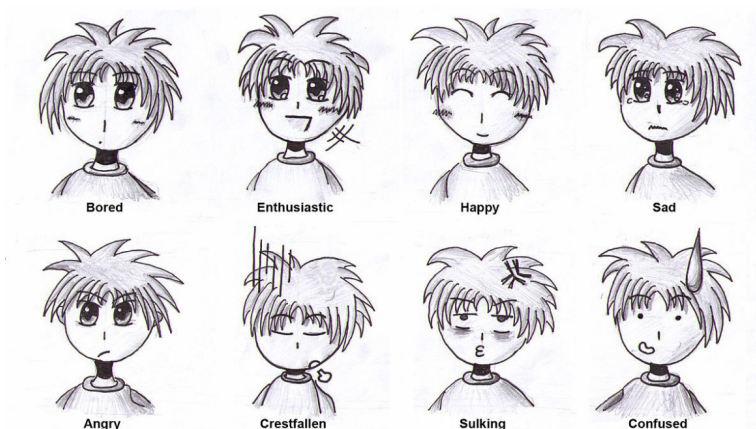
- *Que emocións coñeces? Saberías explicar que é unha emoción?*
- *Que entendemos por afecto? Que diferenzas atopas entre emoción e afecto?*
- *Nas relacións de parella heterosexuais homes e mulleres expresan o seu afecto do mesmo xeito? Se cres que hai desigualdade, a que se debe?*
- *Escoitaches falar algunha vez dos mitos do amor? Saberías dicir que son ou poñer algún exemplo?*
- *A palabra conflito ten connotacións violentas. Un conflito aparella necesariamente violencia física ou verbal?*

A desigual expresión dos afectos e das emocións

Aclaremos antes de nada que se entende por **afectos** e **emocións**. As emocións son sentimentos de curta duración (rabia, medo, ira, euforia...). En cambio un afecto é un sentimento duradeiro que se produce no ámbito dunha relación cunha persoa, animal, obxecto...

É fundamental comprender que non existen emocións boas e malas. Unha persoa non escolle se sente tristura ou ira fronte a unha situación ou persoa determinadas. As emocións brotan en cada persoa dun xeito diferente. Porén, o que si podemos escoller é que facemos ou como **reaccionamos ante esas emocións**. Podemos sentir rabia, pero iso non nos dá dereito a agredir ou insultar á

persoa que nola produce. Ante esta situación temos poder de decisión e polo tanto somos responsables da nosa actuación.



Representación das emocións no manga, por Sympho. Licenza CC BY-SA-3.0

Na expresión da nosas emocións xoga un papel moi importante a cultura na que nos criamos e educamos. Desde a infancia ensínasenos, por exemplo, que é bo sentirse alegre mentres que a tristura é síntoma de debilidade.

Como xa comentamos na unidade 1, a cultura na que nos criamos é **patriarcal**. Polo tanto, a educación emocional que recibimos tamén está influenciada polo sistema sexo-xénero, que tende a asociar certas emocións cos homes e outras coas mulleres. Isto lévanos a pensar que hai emocións que son propias de cada xénero. Está mellor visto que os homes expresen rabia que pena (“os homes non choran”) e as mulleres adoitan substituír emocións como a ira pola tristura, que é socialmente máis aceptable.

Modelos de relacións afectivas

No que toca ás relacións afectivas de parella o modelo patriarcal occidental impón un modelo de familia tradicional: parella heterosexual con roles de xénero diferenciados. Así, o home asume o rol de “cabeza de familia” mentres que a muller queda relegada ao coidado da casa e dos fillos e fillas. Este modelo implica ademais un rol afectivo determinado. Os homes deben ser fortes: non está ben visto que amosen os seus sentimentos de tristeza, preocupación... Porén, si teñen permitido expresar a súa ira ou rabia. As mulleres deben estar sempre dispostas a axudar aos demais, sen importar se o seu propio coidado queda relegado a un segundo lugar. Deben ser cariñosas, amables...

Dado que a familia é o máis importante **axente socializador**, nenos e nenas medran cun modelo afectivo que vai condicionar as súas relacións de parella e o modelo de maternidade e paternidade.

Nos últimos anos este segue a ser o modelo afectivo predominante. Aínda así vemos un cambio substancial dos roles afectivos de xénero grazas á incorporación das mulleres ao mundo laboral e aos **novos modelos de familia**: homoparentais, monoparentais, reconstituídas...

Mitos do amor romántico

Asociados a este modelo de parella e á existencia duns [roles de xénero](#) diferenciados xurden os [mitos do amor romántico](#). Estes mitos son ideas socialmente construídas sobre o que aceptable e o que non nunha relación afectiva.

A sociedade en xeral, e o cine, a música e a literatura especialmente, difunden estas ideas erróneas sobre a afectividade.

No seguinte cadro podedes ver os mitos do amor romántico máis estendidos e as súas implicacións a nivel afectivo. Porén, existen moitos máis. Analizarémolos no vídeo-forum.

Mito	Implicacións afectivas
O amor pode con todo: se hai amor, superaremos calquera problema.	Aturar calquera tipo de situación prexudicial en aras do amor que se sente cara outra persoa.
O amor a primeira vista: para que exista amor ten que xurdir o frechazo.	Iniciar unha relación na que se idealiza ou descoñece á outra persoa. Tamén rexeitar outras relacións que poden ser máis enriquecedoras.
A media laranxa: existe unha persoa que me completa en todas as facetas.	Frustración ao non atopar ningunha persoa que encaixe perfectamente co ideal que temos na cabeza.
Os celos son unha proba de amor: se me quere ten que sentir celos.	Angustia, ansiedade... Sensación de control e falta de liberdade dentro da parella.
O amor é exclusividade: se estou namorada/o non me podo sentir atraída/o por outras persoas.	Sentimentos de culpa por sentir atracción cara a outra persoa. A fidelidade é un acordo entre dúas persoas. Que ame a unha persoa non significa que non me poda sentir atraída/o cara outras persoas.

Estes mitos condicionan as nosas relacións de parella, pois transmiten expectativas irrealas. Ademais son perigosos, pois lévannos a establecer relacións prexudiciais que non se basean nos principios de tolerancia, respecto e autonomía, senón en comportamentos intolerables, como a violencia de xénero.

Bos tratos vs relacións tóxicas

Unha **relación tóxica** (de parella, amizade, laboral...) é aquela na que ambas persoas –ou só unha delas– sofren máis do que disfrutan polo feito de estaren xuntas. Ambas vense sometidas a un gran desgaste pensando que poden salvar a unión. As razóns polas que nos podemos ver involucrados/as nunha relación tóxica son varias: baixa autoestima, dependencia emocional...

É importante entender que calquera parella pode caer nunha relación tóxica se non se coidan certos aspectos. Falamos de **bos tratos** para referirnos a condutas que contribúen a crear un bo clima nas relacións persoais. Algúns exemplos de bos tratos dentro da parella son: confianza, respecto, comunicación...

Estratexias para a resolución de conflitos

En todas as relacións afectivas, tamén nas románticas, é necesario traballar a comunicación e a capacidade para resolver problemas ou diferenzas de intereses. Resolver un **conflito** non é doado, principalmente porque é unha situación na que as emocións están a flor de pel. Para resolveres conflitos de forma pacífica:

Pospoñer a resolución do conflito, tratándoo nun momento no que esteamos tranquilas/os e poidamos tratalo coa maior obxectividade posible.

Utilizar un **estilo asertivo** de comunicación. Debemos ser firmes á hora de expresar as nosas opinións e sentimentos, pero con respecto e tranquilidade.

Levar a acabo unha **escoita activa**, sen cuestionar nin xulgar á outra persoa.

Empregar a **empatía**, tratando de poñernos no lugar da outra persoa.

Unha vez expostas as dúas posturas debemos levar a cabo a **negociación**, buscando unha solución para ambas partes. Hai que ter en conta que teremos que ceder na nosa postura se queremos que a outra persoa ceda tamén.



PARA REFLEXIONAR:

- 1) *Por que cres que se di que non existen emocións boas e malas?*
- 2) *Como se poden xestionar as emocións de xeito que non nos afecten negativamente?*
- 3) *Os roles afectivos diferenciados por xénero afectan negativamente ás relacións de parella. De que xeito?*
- 4) *Agora que coñeces os mitos do amor romántico escolle un par de cancións de actualidade e analiza a presenza destes.*

- 5) *Os bos tratos contribúen a establecer relacións máis satisfactorias coas demais persoas. Seríades quen de elaborar un decálogo de bos tratos na parella?*
- 6) *Existen distintas formas de resolver un conflito: eu gaño-ti perdes; eu perdo-ti gañas; eu perdo-ti perdes; eu gaño-ti gañas. Poderías poñer un exemplo de cada un deles? Cal pensas que é a forma máis satisfactoria de todas elas?*

UNIDADE 5

A sexualidade: respecto e consentimento



Para comezar:

- *Como pensas que influen os roles e estereotipos de xénero na construción da nosa identidade?*
- *Cres que podemos escoller ou modificar a nosa orientación sexual?*
- *Que entendes por sexualidade? Como poden influír os roles e estereotipos de xénero na nosa sexualidade?*
- *Que entendemos por consentimento explícito á hora de manter unha relación sexual?*

A construción da identidade sexual

A partir dos tres anos construímos a nosa **identidade sexual**, é dicir, identificámonos cun dos sexos a partir da lectura que facemos do noso sexo biolóxico. O **sexo biolóxico** vén determinado polos órganos sexuais e o código xenético cos que nacemos, o que nos permite distinguir entre mulleres, homes e persoas intersexuais.

Fortemente relacionada coa identidade sexual atopamos a **identidade de xénero**, que é o sentimento subxectivo que temos as persoas de sermos homes, mulleres ou de **xénero neutro**.

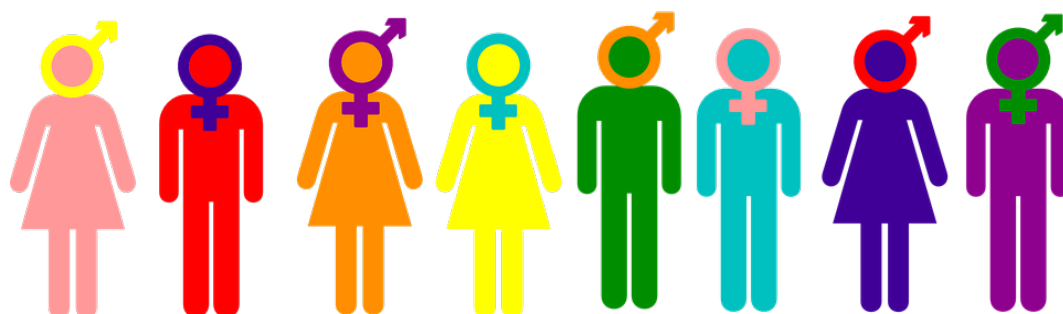
Arredor dos dous anos de idade os nenos e nenas comezan a recoñecer as características físicas que determinan o sexo biolóxico dunha persoa. Cara os tres anos, son quen de identificar o sexo ao que pertencen. Adoita ser arredor dos catro anos cando nenos e nenas desenvolven a súa identidade de xénero, comezando a interiorizar **estereotipos** e **roles**. Porén, é unha idade na que están abertos a explorar e xogar libremente, con independencia do rol que vaian adquirir nun futuro.

É fundamental, ao longo da súa nenez, pero especialmente durante a primeira infancia, ofrecer a nenos e nenas xogos, lecturas e xoguetes **igualitarios** para que poidan desenvolver a súa identidade de xénero libre de roles e estereotipos.

É importante sinalar que a identidade de xénero non se pode modificar, independentemente de se coincide ou non co noso sexo biolóxico.

As orientacións sexuais

Entendemos por **orientación sexual** a atracción afectiva e sexual que sentimos cara outras persoas. A orientación sexual xorde habitualmente na primeira adolescencia e, ao igual que a identidade de xénero, non se pode escoller nin modificar.



Identities e orientacións sexuais. Ilustración de Pixabay, con [licenza Pixabay](#).

Adoitamos recorrer a varias etiquetas que teñen como finalidade identificar mellor as diferentes orientacións sexuais. As máis coñecidas son:

- **Heterosexualidade**: atracción cara a persoas do sexo oposto.
- **Homosexualidade**: atracción cara a persoas do mesmo sexo.
- **Bisexualidade**: atracción cara a persoas de ambos sexos.
- **Pansexualidade**: atracción cara a persoas, indistintamente de cal sexa o seu sexo e o seu xénero.
- **Asexualidade**: refírese ás persoas que carecen de atracción sexual.

A sexualidade dominante e os roles de xénero

Os roles e estereotipos de xénero, dos que xa falamos na unidade 3, tamén afectan á **sexualidade** de homes e mulleres.

O **patriarcado** transmitiu un modelo hexemónico de sexualidade heterosexual no que os varóns teñen un papel activo e buscan satisfacer o seu propio pracer. Namentres, o rol sexual das mulleres é o de submisión e a reprodución.

Así, o desexo sexual masculino é aceptado socialmente. Incluso está normalizado que os varóns traten de buscar sexo fóra da parella. O desexo feminino segue a ser un tema tabú. Penalízase socialmente a aquelas mulleres que amosan sen vergoña a súa sexualidade.

Outra das consecuencias deste modelo de sexualidade é o **coitocentrismo**, que é a crenza de que a práctica sexual consiste na penetración e remata coa exaculación e o orgasmo masculinos.

Deste xeito, esquécese outras prácticas igualmente pracenteiras. Para termos unha sexualidade plena e saudable, necesitamos entender que homes e mulleres sentimos e desfrutamos da nosa sexualidade e dos nosos corpos por igual.

A pornografía como modelo de dominación sexual

Nos últimos tempos estase a cuestionar o rol educativo que xoga a **pornografía** na sexualidade de mozas e mozos. A pornografía representa as nosas fantasías sexuais, que proveñen do modelo de sexualidade patriarcal. Polo tanto, moitas destas fantasías están baseadas na dominación e a violencia cara ás mulleres.

Unha gran parte das e dos adolescentes teñen o seu **primeiro contacto coa sexualidade** a través da pornografía. Cómpre entender que cando consumimos porno, asistimos a unha ficción.

Polo tanto, ao igual que non se nos ocorrería imitar a Spiderman tratando de trepar polos edificios de Manhattan, non debemos levar a cabo ningunha práctica sexual sen contar co consentimento explícito da outra persoa implicada.

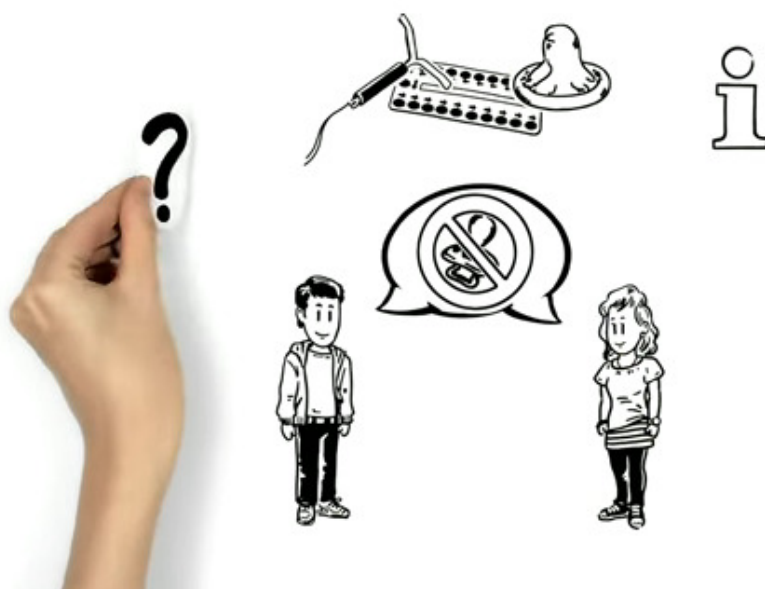
O papel das redes sociais

As redes sociais supoñen unha fiestra á nosa intimidade, a través da cal amosamos a parcela de nos que queremos que as/os demais coñezan. Porén, a imaxe que ofrecemos está **moi influenciada polos estereotipos de xénero**. Así, as mulleres acostuman empregar fotos moi sexualizadas do seu corpo e fotos familiares. Entre tanto, os varóns empregan maioritariamente fotos relacionadas cos deportes e videoxogos. Deste xeito contribuímos a estender e normalizar os estereotipos de xénero, que son un dos alicerces sobre os que se sustenta a sociedade patriarcal.

Por outra parte, [os novos códigos empregados nas redes sociais](#) e a proliferación de redes sociais de citas (Badoo, Tinder, Meetic...) están modificando a nosa forma de relacionarnos e de entender a sexualidade. A inmediatez para contactar, coñecer, e manter relacións sexuais con persoas seleccionadas (que non escollidas) mediante unha imaxe, converte a sexualidade nun produto de consumo máis dentro da [sociedade de mercado](#).

Sexo, embarazo e ETS

A pesar de que a sexualidade das mulleres segue a ser hoxe en día un tema tabú, a [revolución sexual](#) impulsada polo feminismo dos anos 70 do século XX conseguiu grandes avances.



Contracepción: como previr embarazos non desexados. Vídeo de Sabine Jaeger, con licenza CC-BY-NC-SA 3.0. Pica no vídeo e activa os subtítulos en galego para velo.

Un dos maiores logros consistiu na separación entre sexo e reprodución, coa proliferación de [métodos anticonceptivos](#) como a píldora e o DIU, que permitían ás mulleres tomar o control do seu corpo e a súa fertilidade, dándolles a oportunidade de vivir e gozar o sexo de forma libre. Porén, estes métodos contribuíron a liberar aos varóns da súa responsabilidade con respecto á anticoncepción e aumentaron o risco de transmisión de [enfermidades de transmisión sexual \(ETS\)](#).

Á hora de manter relacións sexuais o deber de usar métodos anticonceptivos é mutuo. Hoxe en día contamos con numerosas opcións, dependendo das nosas circunstancias persoais. Se temos algunha dúbida, podemos acudir aos [Centros de Orientación Familiar](#) onde persoal médico asesóranos sobre afectividade e sexualidade, anticonceptivos, aborto, ETS...



PARA REFLEXIONAR:

- 1) *Por que cres que é importante que nenos e nenas empreguen libros e xoguetes libres de estereotipos de xénero?*
- 2) *Pon exemplos de como os roles e estereotipos de xénero afectan á sexualidade de mulleres e homes.*
- 3) *Escolle dez mulleres e dez homes famosos/as que teñan perfil en Instagram. Analiza as fotos que soben. Transmiten roles e estereotipos de xénero?*
- 4) *Recolle nun cadro [información](#) sobre diferentes métodos anticonceptivos. Fai unha comparativa entre eles a partir da información que se che indica. Decide cal combina un maior grao de seguridade en todos os aspectos:*
 - *Sexo ao que se dirixe.*
 - *Tipo de método: hormonal, natural, de barreira, cirúrxico...*
 - *Anticoncepción: a capacidade para evitar un embarazo non desexado.*
 - *Capacidade para protexer dunha ETS.*

UNIDADE 6

Novas masculinidades: os homes que veñen



Para comezar:

- *Que estereotipos se asocian tradicionalmente á masculinidade en canto ao aspecto, o comportamento ou as relacións afectivas e sexuais?*
- *Estes estereotipos poden resultar prexudiciais para os homes?*
- *A conquista da igualdade depende unicamente dos organismos públicos ou é unha responsabilidade dos individuos?*
- *Deben os homes reivindicar a igualdade ou esa responsabilidade compételle exclusivamente ás mulleres?*

O papel dos homes na consecución da igualdade

Como xa sabes, vivimos nunha **sociedade patriarcal**: o poder político, económico, relixioso e cultural, reside maioritariamente nas mans dos varóns. Resulta polo tanto evidente que as mulleres por si propias non poden conseguir todos os cambios que son necesarios para construír unha **sociedade igualitaria**. Necesítase inevitablemente a participación activa dos homes. O debate está en cal debe ser o seu papel dentro da loita **feminista** pola igualdade.

As mulleres vense sometidas a diario a situacións de discriminación e violencia. Porén, son cada vez máis os homes que afirman sentirse presionados polo modelo de masculinidade que transmite o patriarcado. Esas expectativas sobre a masculinidade obrigan aos homes a demostrar constantemente poder, valentía, atrevemento ou a rivalidade, mentres deixa os **afectos** e as **emocións** nun segundo plano.

Polo tanto espérase dos homes un dobre papel: por un lado deben tomar conciencia da súa situación privilexiada con respecto ás mulleres. Por outro, deben reflexionar sobre como os prexudica ese modelo tóxico de masculinidade e dar os primeiros pasos para romper con el, construíndo novos referentes positivos e igualitarios.

Os homes ante o espello: desaprendendo vellos modelos

Falamos de masculinidade tóxica para referirnos ao estereotipo de home construído pola sociedade patriarcal e reforzado pola sociedade a través da educación, a publicidade, o cine... Trátase dun modelo de masculinidade elaborado para asegurar a dominación dos homes sobre as mulleres.



Duelo a paus, Francisco de Goya (1823). Dominio público.

A continuación amosamos algúns exemplos de masculinidade tóxica e os prexuízos que poden causar nos homes ao intentar cumprir coas expectativas que transmiten:

- *Os homes non choran.* A sociedade patriarcal ensinou aos homes a ser fortes, a reprimir as súas emocións. Así, aprenderon a non demostrar a súa tristura, preocupación, medo... Isto, unido á resistencia para buscar apoio psicolóxico profesional, poñen aos homes nun [risco real](#) de desenvolveren [trastornos mentais](#).
- *Os homes teñen que pelexar.* Aos homes apréndeselles desde pequenos que o poder conséguese pola forza. Deste xeito lexitímase a agresividade (ben sexa verbal, psicolóxica ou física) como medio para conseguir calquera fin. A agresividade convértese así nun dos atributos da [virilidade](#), en tanto se ignora a comunicación como estratexia para resolver [conflitos](#). Está demostrado que isto, entre outras cousas, [reduce a esperanza de vida dos homes](#).
- *Non sexas choromícas.* Aos homes *de verdade* gústanlles os deportes, a velocidade, a competición... Un home cuxos gustos non se correspondan con ese estereotipo acostuma a ter un castigo social en forma de [insultos normalmente asociados ao feminino ou á homosexualidade](#) (marica, choromícas, afeminado...).
- *Os homes sempre están dispostos para o sexo.* Os homes non poden desperdiciar a oportunidade de manteren relacións sexuais. Desesa presión xorden moitas [dúvidas e inseguridades relacionadas co sexo](#): a erección, a duración das relacións sexuais, o tamaño

do pene. Ademais, a necesidade de demostrar a virilidade pode derivar en actitudes como o acoso sexual ou mesmo a violación.



O Titán, Ramón Conde (2015). Foto do HombreDHojalata, [licenza CC-BY-SA 4.0](#)

- O home debe levar os pantalóns na casa. Tradicionalmente o ámbito dos coidados e o fogar foi relegado ás mulleres. Por fortuna, nos últimos tempos os homes estanse incorporando pouco a pouco ao coidado das fillas e fillos e ás tarefas do fogar. Aínda así, non é raro escoitar comentarios que cuestionan a corresponsabilidade dos homes. En galego a expresión tradicional “*ser un xan*” designa aos homes que asumen tarefas do fogar e se deixan gobernar polas mulleres. Outras expresións habituais que denigran a corresponsabilidade masculina é a de dicir que os homes “axudan na casa”.

Pistas para unha revolución masculina

O termo novas masculinidades fai referencia á necesidade de deconstruír o masculino tal e como o entendemos a día de hoxe. Homes que non se identifiquen coa forza, o poder, a violencia, a dominación.... Senón cun modelo máis positivo e igualitario.

Se queremos alcanzar unha sociedade máis equitativa, mulleres e homes debemos camiñar xuntos cara á modificación deste modelo imposto polo patriarcado. Para logralo é necesario que os homes leven a cabo unha fonda reflexión sobre o papel que deben exercer. Por iso, a revolución masculina non debe só afectar ao ámbito público, senón tamén ao persoal:

- Os homes deberían analizar os seus privilexios de xeito crítico. Isto pasa por comprender que o problema non está fora de nós, está dentro e podemos modificalo.
- Os homes deben practicar a corresponsabilidade no ámbito doméstico e familiar. Para isto é necesario que se adopten medidas políticas, pero tamén concienciarse de que a realización de tarefas do fogar forma contribúe á independencia e desenvolvemento persoal de todas e todos.

- Debemos cuestionar o mito do [instinto maternal](#) e asumir que as habilidades necesarias para o coidado dos fillos e das fillas son aprendidos. Polo tanto, os homes deben desenvolver esta aprendizaxe e gozar dos coidados das fillas/os como parte do seu dereito e deber como pai.
- Os homes deben ser educados na paz, na [escoita activa](#) e na [resolución pacífica de conflitos](#) como medio para reducir a violencia. Actitudes de dominio e submisión propias das sociedades tradicionais –e que teñen na violencia de xénero a súa expresión máis drástica– non teñen sentido nunha sociedade sen violencia.
- Os homes deberían aprender a falar abertamente dos seus sentimentos. Existe unha tendencia nos homes a fuxir do *feminino*. Porén, asumindo que hai unha parte deles fráxil e vulnerable e que é necesario exteriorizala, aprenderían a conectar mellor coas demais persoas, desenvolvendo a [empatía](#).

É necesario superar o modelo de [dominación sexual](#) para dar paso a un modelo afectivo-sexual baseado na reciprocidade, na comunicación e no consenso.



PARA REFLEXIONAR :

- 1) *A loita feminista malinterpretase a miúdo, facendo dela unha loita contra os homes. En realidade, que tipo de masculinidade se quere desterrar?*
- 2) *En que aspectos mellorará a vida dos homes a construción de novas masculinidades? E a vida das mulleres?*
- 3) *O 8 de marzo do 2018 convocouse unha folga unicamente de mulleres. O 8 de marzo de 2019 repetiuse a estratexia. Cal era a finalidade de chamar só as mulleres ao paro?*
- 4) *Nesa mobilización pedíase aos homes que ocupasen un lugar secundario nos actos de reivindicación. Cal era a razón? Que actuacións se lles pedía que realizasen para favorecer a mobilización?* UNIDADE 7

UNIDADE 7

No camiño a unha sociedade igualitaria: a longa marcha



Para comezar:

- *Canto sabes de mulleres pioneiras do feminismo? [Se picas na ligazón, accederás a un cadro](#) con dez mulleres que marcaron e marcan fitos do feminismo.*
- *Cubrirás a última columna ("Onda feminista") unha vez que remates de estudar a unidade. Trata de cubrir os demais campos. Se coñeces outras mulleres relevantes, podes engadilas.*
- *Fuches capaz a encher todos os campos?*
- *Cales fuches incapaz de rematar?*
- *Por que razón cres que non puides encher certos campos?*

Aclarando termos: feminismo, machismo, hembrismo, feminazi

O feminismo é un movemento social que persegue para as mulleres os mesmos dereitos que ostentan os homes. Nada máis. Nada menos.

Hai [homes e mulleres que se incomodan](#) ante o feminismo. Enténdeno como [o contrario do machismo](#), é dicir, a reivindicación da superioridade das mulleres sobre os homes. En castelán emprégase o termo [hembrismo](#) para denigrar ao movemento feminista. Trátase dun [termo erróneo](#), posto que non existe ningunha cultura na que as mulleres sexan consideradas superiores aos homes.

[Feminazi](#) é outro termo que pretende [ridiculizar ás mulleres feministas](#). O termo dá a entender que o feminismo é tan violento e opresor como o nazismo. Porén, o feminismo non só loita pola defensa dos dereitos da metade da poboación mundial, as mulleres, senón que, de paso, beneficia á outra metade.

Os inicios do feminismo: das precursoras ás sufraxistas

Durante séculos as mulleres tiveron grandes dificultades para acceder ao poder e a cultura na sociedade occidental. Aínda así a denuncia da subordinación foi recorrente entre as mulleres que conseguiron facer oír a súa voz. Así por exemplo, Cristina de Pizán escribiu *A Cidade das mulleres* en 1405. A través dun cento de mulleres relevantes da Antigüidade reivindicaba a valía da muller fronte a **misoxinia** da súa época.

A finais do século XVIII a Revolución Francesa supuxo o inicio da democracia. Os **dereitos civís e políticos** recoñecéronse a todos os homes. Os das mulleres foron ignorados, a pesar das **reclamacións de figuras como Olympe de Gouges**. Nesa mesma altura, en Inglaterra, Mary Wollstonecraft publicou *Vindicación dos dereitos da muller*. No libro desmontábanse os roles de xénero tradicionais e a suposta incapacidade da muller e reclamábase o seu dereito á educación, á independencia económica e á participación política.

Todas estas mulleres –e tamén os poucos homes que defenderon a igualdade– considéranse **precursoras do feminismo**. En realidade o movemento feminista non se constituíu de maneira organizada até mediados do XIX, no que denominamos a **primeira onda feminista**. Partíuse das teorías de Harriet Taylor Mill en Inglaterra ou Concepción Arenal en España, que continuaron a defensa da educación para as mulleres e o acceso aos dereitos dos homes.

A primeira onda centrouse na loita polo **sufrixio**. A finais do século XIX case todos os estados europeos recoñecían o sufraxio universal masculino (todos os homes adultos podían votar), pero negaban o voto ás mulleres. As sufraxistas mobilizaron ás mulleres na reivindicación deste dereito. Aínda que **tiveron o seu centro en Inglaterra**, con Emmeline Pankhurst como líder, a súa loita estendeuse por toda a sociedade occidental.

Na maior parte dos países europeos o voto feminino conquistouse nos anos que seguiron ao final da I Guerra Mundial (1914-1918). Dado que moitos obreiros foran mobilizados na guerra, as mulleres ocuparon o seu lugar na industria, **conquistando de paso o dereito de sufraxio**.



Rosie, a remachadora. Cartel sobre o traballo feminino nas fábricas de EE.UU. na II Guerra Mundial. Dominio público.

A segunda onda feminista

A segunda onda feminista xurdirá ao final da II Guerra Mundial (1939-1945). A figura capital deste momento é [Simone de Beauvoir](#), que publica en 1949 *O segundo sexo*, o libro fundacional do feminismo moderno.

A principal tese de Beauvoir é que a muller é unha estranxeira –a Outra– na sociedade. A muller só existe na sociedade como proxección das ideas que os homes teñen sobre ela e que definen os [roles de xénero](#). Conquistar a súa liberdade, crear a súa propia imaxe debería ser o obxectivo de toda acción feminista.

O libro de Beauvoir reactivou o movemento feminista. Os principais estados do mundo asinaron en 1948 a [Declaración Universal de Dereitos Humanos](#) (DUDH). A [DUDH](#) recoñecía explicitamente os dereitos das mulleres, das minorías étnicas e relixiosas. Con todo, a [igualdade formal](#) nas leis non se transformara en [igualdade real](#). A pesar de que legalmente o status da muller estaba equiparado ao do home, na práctica a discriminación seguía a ser un feito. Sucedía o mesmo coas persoas negras ou homosexuais, entre outras.

A terceira e cuarta onda feminista: o feminismo transversal

A partir dos anos sesenta o feminismo divídese en dúas correntes principais:

O [feminismo liberal](#). Despois da II Guerra Mundial as mulleres tiveron que retirarse novamente ao fogar. O papel de perfectas esposas e nais ao que estaban sometidas xerou un sentimento de insatisfacción en milleiros de mulleres, que caían enfermas ou suicidábanse. En 1963 Betty Friedan publicou *A mística feminina*. Friedan identificaba o problema: o rol opresivo e asfixiante que se lles impuxera ás mulleres, polo cal debían abandonarse a si mesmas en favor do coidado da familia e do fogar. Así xorde o feminismo liberal en EEUU, coa idea de que a desigualdade pódese atallar a través de decisións individuais xunto con leis e políticas que loiten pola igualdade.

O [feminismo radical](#). O termo radical provén de raíz: as feministas radicais avogaban por afondar na raíz da desigualdade. Kate Millet inaugurou esta corrente en 1969 con *Política Sexual*. Neste libro, pon enriba da mesa conceptos fundamentais como o de [patriarcado](#). Así, converteron problemas que antes pertencían á esfera do privado, como a violencia de xénero, en cuestións sociais relacionadas coa cultura e a educación.

A partir de 1975 temos que falar da coexistencia de múltiples feminismos. Entre esas correntes podemos destacar:

O [feminismo materialista](#), que asegura que o patriarcado aprovéitase do traballo gratuíto das mulleres no ámbito doméstico e de coidados.

O [feminismo das mulleres negras e racializadas](#), que denuncia a súa dobre opresión como mulleres e membros de minorías étnicas.

O [ecofeminismo](#), que xunta feminismo, pacifismo e ecoloxía.

O **transfeminismo**, que entende o xénero como unha ferramenta de opresión e, polo tanto, trata de superar o xénero binario tradicional.



Manifestación feminista en Lugo, 3 de marzo de 2019. Galiza Contrainfo, CC NC-BY-SA 2.0.

Actualmente, o **movemento #MeToo** ou os éxitos da folga feminista internacional do 8 de marzo revelan a vixencia do movemento feminista. Fálase arestora do nacemento dunha **cuarta onda feminista**, caracterizada pola loita contra o acoso e a violencia cara ás mulleres e pola súa **interseccionalidade**, é dicir, a confluencia de todos os feminismos na loita contra o patriarcado.



PARA REFLEXIONAR :

- 1) Hai xente no teu entorno que se sente agredida polas reivindicacións do feminismo? Que argumentos empregan?
- 2) Hai xente no teu entorno que se sente agredida polas reivindicacións do feminismo? Que argumentos empregan?
- 3) Resume nun cadro as posicións principais do feminismo anterior á II Guerra Mundial:

	Precursoras	Primeira onda feminista
Representantes		
Obxectivos		
Contribucións		

4) *As correntes liberal e radical do feminismo enfróntanse frecuentemente por teren argumentos contrarios. Busca a información necesaria para completar este cadro e analiza as similitudes e diferenzas.*

	Feminismo liberal	Feminismo radical
Representantes		
Obxectivos		
Contribucións		
Críticas		

5) *O feminismo radical popularizou o lema “o persoal é político”. Agora que coñeces algo máis sobre o feminismo radical, podes imaxinar que significa?*

6) *O movemento [#MeToo](#) foi contestado polo cancelo [#NotAllMen](#). A través del milleiros de homes e tamén algunha muller reclamaban que non todos os homes teñen actitudes de acoso ou violencia cara ás mulleres. Esta actitude defensiva foi moi cuestionada polo movemento feminista. Por que razóns credes que foi tan criticado o [#NotAllMen](#)?*

7) *Investiga sobre o papel de mulleres do teu entorno na procura da igualdade. Poden ser persoas da túa familia ou mulleres que admires por algunha razón. Que ideas defenderon? En que ámbito traballaban? Que logros acadaron? Que dificultades tiveron que superar? Podes reflectir as túas pescudas en forma de relato, lapbook, entrevista, redacción...*

8) *Despois da II Guerra Mundial a publicidade tivo un papel fundamental na creación da imaxe de todo o que era desexable para unha muller da época. Busca anuncios da época e analízaos.*

UNIDADE 8

Os rostros da violencia machista: cara unha sociedade sen violencia



Para comezar:

- *Como defines a violencia machista? Que a diferencia doutros tipos de violencia?*
- *A violencia de xénero non se reduce ás agresións físicas. Que outras actuacións consideras que son tamén violencia de xénero?*
- *Tes idea de cantas mulleres están a ser protexidas actualmente pola policía dos seus maltratadores en Galiza?*
- *Como axudarías a unha vítima de violencia de xénero?*
- *Que percepción tes sobre o maltrato entre adolescentes? Está a ser erradicado ou sobrevive a violencia de xénero entre a mocidade?*
- *Por que pensas que as mulleres vítimas de violencia de xénero teñen dificultades para abandonar a relación?*

Que é a violencia de xénero?

A **violencia de xénero** é un dos múltiples tipos de violencia que se viven na nosa sociedade. A loita contra ela non exclúe que se combatan outros casos, como a **violencia intrafamiliar**. Simplemente individualiza a violencia específica que se exerce sobre as mulleres para poder atallala mellor. É por iso que o estado español e a Xunta de Galicia contan con lexislación específica contra a violencia de xénero.

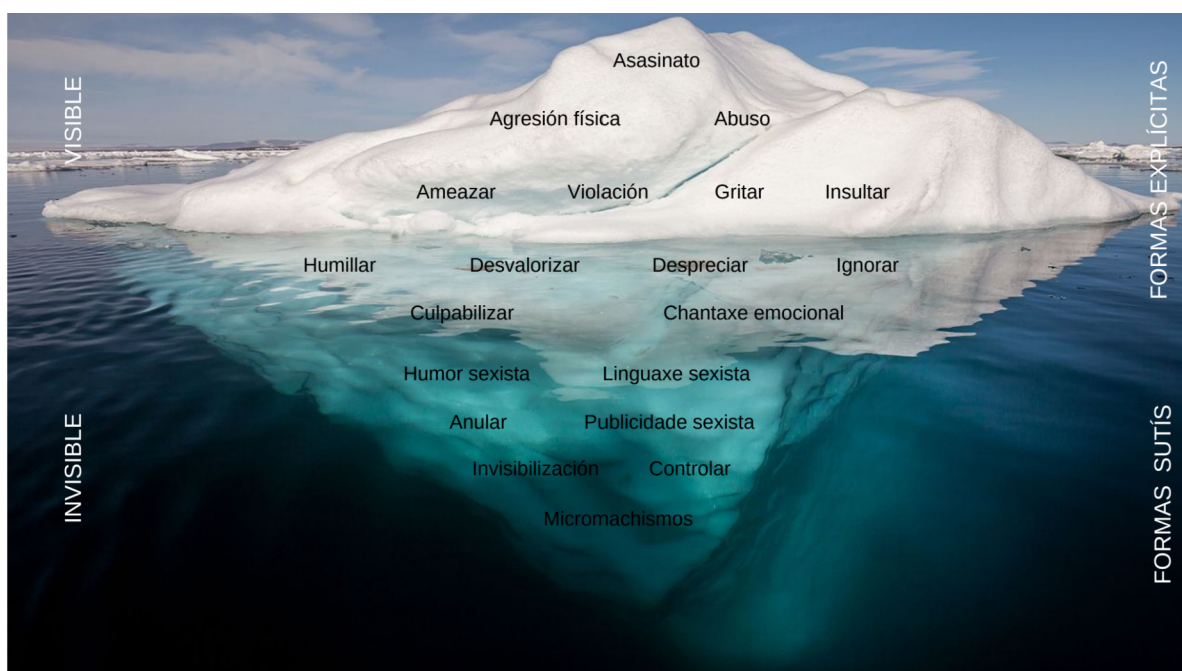
A violencia de xénero tamén se denomina violencia machista. Esta definición incide na causa do problema, que é o machismo que pervive na nosa sociedade. En ocasións escoitamos falar de **terrorismo machista**, que fai fincapé no uso sistemático do terror como medio de control por parte

dos homes sobre as mulleres: o número de vítimas por violencia de xénero nos últimos dez anos supera as mil persoas en España. Só [en Galiza prodúcense todos os anos](#) máis de cinco mil denuncias por violencia de xénero.

Ata o 2004, cando se aprobou a primeira lei contra a violencia de xénero, esta considerábase un problema familiar. As vítimas considerábanse [responsables da situación ao tempo que exculpaban aos agresores](#). Hoxe en día, por fortuna, considérase que é un problema que afecta a toda a sociedade.

O iceberg da violencia de xénero: dos micromachismos aos asasinatos machistas

Debemos entender que a violencia de xénero ten múltiples formas:



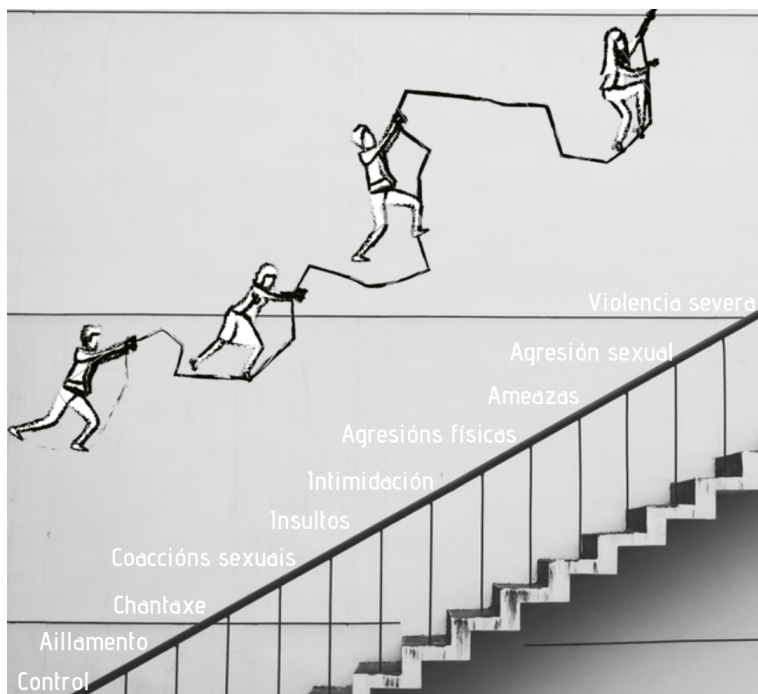
O iceberg da violencia de xénero. Elaboración propia.

- **Psicolóxica**: insultos, menosprezos, intimidacións, ameazas...
- **Física**: é a cara máis visible da violencia de xénero. Empurróns, queimaduras, golpes...
- **Sexual**: calquera acto de natureza sexual sen o consentimento expreso da muller.
- **Económica**: o control ou a privación de recursos no ámbito da parella.
- **Acoso**: intimidación que se exerce sobre as mulleres no ámbito laboral ou persoal.
- **Trata de mulleres**: aproveitamento económico do corpo das mulleres como o que se produce na **prostitución**.

A nosa educación levounos a interiorizar condutas que sustentan a violencia contra as mulleres: a **invisibilización**, a **publicidade** e o **humor sexista**, os **micromachismos**... A erradicación da violencia de xénero pasa necesariamente pola eliminación destas condutas.

O ciclo da violencia: consecuencias para as vítimas

A violencia de xénero pasa por diferentes fases dentro do que se chama a **escaleira da violencia**.



Escaireira da violencia. Elaboración propia.

Habitualmente comeza con pequenos xestos, aos que quitamos importancia e que xustificamos en nome do amor. Co tempo, vanse subindo chanzos e o grao de violencia aumenta.

Ademais, a violencia nunha relación pasa por distintas fases que se repiten: o ciclo da violencia. En primeiro lugar sucede un acontecemento que detona a crise. Esta fase de tensión vai aumentando ata que se produce a agresión na fase de explosión. Despois vén o arrepentimento durante unha etapa chamada a “lúa de mel”. Este ciclo repetirase unha e outra vez, pero a lúa de mel cada vez é máis breve, ata desaparecer.

Sinais de alerta na mocidade: control e redes sociais

As cifras de **violencia de xénero entre a poboación adolescente** están a aumentar nos últimos anos. As **redes sociais xogan un papel moi importante**, pois son empregadas como ferramenta de control dentro da parella.

Que che controlen a hora de conexión en WhatsApp, as fotos que sobes a Instagram, os “gústame” de Facebook... Son algúns dos primeiros síntomas de alerta nunha relación.



Ciclo da violencia. Elaboración propia.

Por outra banda, prácticas como o [sexting](#) contribuíron a aumentar [as cifras de acoso ou violación](#) dos [dereitos sexuais](#) nas últimas décadas. O anonimato das redes anima a insultar e ameazar en termos que poden acabar por constituír un delito de violencia de xénero.

Falsas crezas asociadas á violencia de xénero

Arredor da violencia de xénero circulan un gran número de falsas crezas que están moi estendidas entre a poboación. Estes mitos contribúen a xustificar ao [maltratador](#) e a responsabilidade da sociedade patriarcal en que somos educadas/os:

Mitos acerca dos maltratadores	A realidade
A miúdo teñen problemas psiquiátricos ou adicións.	Os datos médicos indican que só un de cada dez casos de maltrato están relacionados con problemas psiquiátricos. En canto ao alcol e as drogas, simplemente intensifican a agresividade de persoas xa predispostas ao maltrato.
Mitos acerca das vítimas	A realidade
Provocan a violencia do agresor.	Cando xustificamos a violencia nos celos ou nunha ruptura sentimental, repetimos a idea de que as mulleres nacen para seren dominadas polos homes.
Aguantan porque queren.	Cando unha muller atura unha situación de maltrata, a miúdo sofre de indefensión aprendida , baixa autoestima e dependencia do maltratador. Ademais vive coa falsa esperanza de que o seu agresor cambie.
As denuncias son falsas.	As denuncias falsas son o 0,01% do total. Inclúe as denuncias nas que o maltrato non se puido demostrar por falta de probas.
Outros mitos	A realidade
O maltrato só se dá entre as clases baixas.	A violencia de xénero dase en todos os ámbitos, culturas e clases sociais.
As mulleres tamén maltratan.	Certo, por iso existe a figura xurídica da violencia intrafamiliar. Dada a diferenza en canto ás cifras e ás causas desta violencia, o maltrato protagonizado por mulleres non pode considerar un problema estrutural.

Como actuar ante a violencia de xénero

- Se es testemuña dun delito de violencia de xénero:

Ante un caso de violencia de xénero calquera persoa pode denunciar, non só a vítima. Ao tempo é importante conseguir que a vítima se recoñeza como tal, para que as medidas de protección e axuda sexan efectivas.

Acompañar á vítima, facerlle sentir que pode contar con axuda e razoar con ela sobre as funestas consecuencias dunha situación de maltrato pode ser útil neste caso. Sexa como sexa, recorre ao asesoramento dos [Centros de Información ás Mulleres](#) (CIM), do [teléfono da muller](#) ou das asociacións de mulleres.

- Se estás a sufrir violencia de xénero.

En caso de que a situación non sexa urxente, o primeiro que se debe facer, é solicitar asesoramento legal e apoio psicolóxico en calquera dos organismos que antes mencionamos. Debes arrecadar todas as probas precisas e tomar as medidas necesarias para garantir a túa seguridade antes de denunciar.

Se a situación reviste urxencia diríxete ao centro de saúde e require un parte de lesións. No caso dunha agresión sexual esixe unha revisión específica. Desde alí podes denunciar os feitos. Solicita copia da denuncia e con ela, protección no xulgado.

Se compartes vivenda co agresor e tes que regresar ao domicilio ou recuperar algún obxecto persoal, require o acompañamento da policía ou garda civil. De refuxiarte en casa de amigas/os ou familiares, facilita a túa dirección unicamente a quen sexa estritamente necesario. Non collas o teléfono ao teu agresor, nin respondas nas redes sociais. Non confíes nos intentos de reconciliación.



PARA REFLEXIONAR:

- 1) Poderías reproducir argumentos que se pronunciasen no teu entorno que encaixarían dentro mitos sobre a violencia de xénero? Como os rebaterías?
- 2) A lei de violencia de xénero só considera vítimas de violencia de xénero ás mulleres que tiveran, no presente ou no pasado, unha relación afectiva co agresor. Cres que isto pode provocar que haxa outras vítimas de violencia pola súa condición de muller que non estean incluídas nas cifras de vítimas de violencia de xénero oficiais?
- 3) Webs como [Feminicidio.net](#) fan un relato do total de vítimas asasinadas por razón de xénero. Segundo os seus datos as vítimas do ano 2018, sería o dobre que as oficiais. Nesta web distinguen os feminicidios íntimos, non íntimos, infantís... Fas idea de que significan estas categorías?

- 4) No ano 2016 produciuse durante as festas de San Fermín de Pamplona un caso de agresión sexual moi mediático: [o caso de “A manada”](#). Cinco homes violaron a unha rapaza de dezaoito anos. Porén, a sentenza entendeu o delito como [un abuso sexual e non unha agresión](#), castigado cunha pena moito menor. Que razóns alegou o xurado para tomar esta decisión? Foi unha decisión atinada?
- 5) Un maltratador, unha vez condenado, pode acudir a [terapia psicolóxica](#). Nesta entrevista un psicólogo que traballa con agresores de violencia machista [recoñece certa polémica con que se lles destinen recursos](#). Cal é a túa opinión ao respecto? Pensas que pode curarse un maltratador?

UNIDADE 9

Mudando a pel: a práctica da igualdade



Para comezar:

- *Percibes desigualdade entre sexos no teu entorno? Dá exemplos de desigualdades no ámbito laboral, social e familiar:*
- *Hai paridade entre o profesorado do teu centro? E nos órganos de goberno?*
- *Acudiches algunha vez a mobilizacións feministas? Que se reivindicaba?*

A construción da identidade sexual

Cando falamos de igualdade de oportunidades entre homes e mulleres é importante distinguir entre **igualdade real** e **igualdade formal**.

A igualdade formal é aquela que aparece nas leis. España, como todas as democracias, recoñece a igualdade formal entre homes e mulleres. O artigo 14 da Constitución garante que «os españois son iguais ante a lei, sen que poida prevalecer **discriminación** ningunha por razón de nacemento, raza, sexo, relixión, opinión ou calquera outra condición». Alén máis, existe unha [Lei para a igualdade de homes e mulleres](#). Esta lei ten como fin a eliminación da discriminación por razón de xénero e a promoción da igualdade entre ambos sexos.

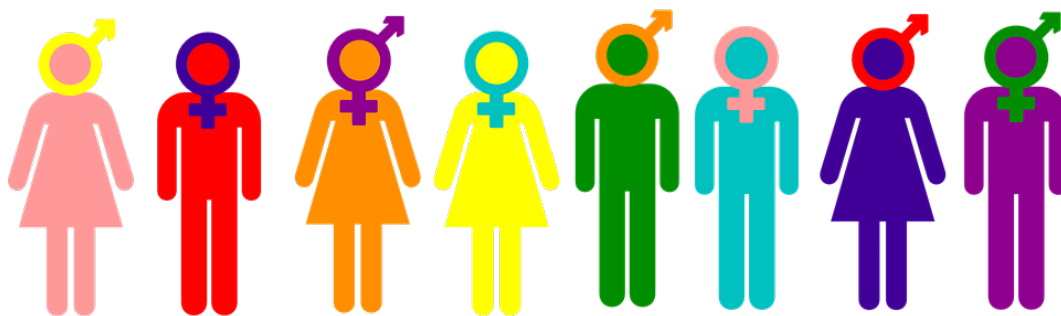
Porén, a realidade que vivimos no día a día lévanos a afirmar que a [igualdade real non se acadou](#). Só por poñer algúns exemplos:

- As mulleres ocupan a maioría dos [postos temporais e as xornadas parciais](#).
- A presenza de mulleres nos [órganos de dirección das empresas](#) é minoritaria.
- Dentro da parella son as que [piden nun 90% as excedencias](#) por coidado de menores.

Políticas sociais e accións positivas

Para reverter ás desigualdades entre mulleres e homes, acordamos unha serie de políticas sociais e accións positivas. Algunhas das medidas máis destacadas son:

- A equiparación dos permisos de paternidade e maternidade. Algúns estados europeos estableceron hai tempo a mesma duración para os permisos de paternidade e maternidade. En España, no mellor dos casos, igualáronse en 16 semanas para o 2021.
- Cotas paritarias. Teñen como finalidade asegurar unha presenza equitativa de mulleres e homes en postos de responsabilidade.
- A elaboración de plans de igualdade. Son unha folla de ruta para camiñar cara á igualdade. Desde 2007 todas as empresas con máis de 250 traballadoras/es teñen a obriga de elaboralo. Estanse a levar a cabo plans de igualdade en organismos públicos, empresas privadas, centro de ensino, entre outros.
- Subvencións para favorecer a contratación de mulleres ou o autoemprego feminino.
- A dotación de servizos de atención e coidado a dependentes. En ausencia destes servizos, estes coidados adoitan recaer nas mulleres.
- Todas estas medidas son temporais. Estarán en vigor o tempo que tarden en desaparecer as desigualdades que as xustifican.



Identidades e orientacións sexuais. Ilustración de Pixabay, con [licenza Pixabay](#).

A linguaxe inclusiva: instrucións de uso

Como observarías, ao longo dos materiais da unidade, puxemos moito empeño en empregar unha **linguaxe inclusiva**. Procuramos usar termos xenéricos (“alumnado”, “profesorado”, “persoas”, etc). Noutras ocasións optamos pola solución as/os para marcar a flexión de xénero. A linguaxe inclusiva é aquela en que se evita reproducir **roles de xénero** tradicionais e a **ocultación** das mulleres e minorías.

Trátase, en definitiva, de eliminar o machismo da linguaxe. Pode parecer unha parvada, pero os seres humanos expresamos o noso pensamento a través das palabras. Usar unha linguaxe inclusiva lévanos a ser máis conscientes da desigualdade de xénero. Así mesmo, evita problemas de **ambigüidade e malentendidos**.

A continuación ofrecémosche **unha serie de solucións** que poden axudarche a expresarte de xeito inclusivo:

- Emprega termos xenéricos e colectivos: por exemplo, usa “presidencia do goberno” en lugar de “presidentes do goberno”.
- Tamén podes acudir ás flexións de xénero: “os directores e as directoras”, “as nais e os pais”...
- Evita o uso de adverbios con marca de xénero. En lugar de “poucos alumnos suspenden” podes dicir “suspende unha minoría do alumnado”.
- Bota man de pronomes e determinantes sen marca de xénero. Podes dicir “quen fixo o traballo de lingua aprobará” en lugar de “os que fixeron o traballo de lingua están aprobados”.
- O uso da barra está limitado á escrita e debe ser utilizado con moderación: “as/os alumnas/os; o/a profesor/a”.
- Existen outras solucións inclusivas para o galego e o español que forman parte do acervo feminista. Nalgúns casos, úsase a forma feminina como xenérico. Outras persoas substitúen o morfema de xénero por “x”, “@” ou “es”. Estas formas, con todo, non son aceptadas na linguaxe formal.

Movimentos asociativos pola igualdade

Á hora de poñer en práctica o seu ideario, o movemento feminista optou por integrarse en partidos políticos, sindicatos ou asociacións de veciñas/os. Desde estas organizacións, loitaron por trasladar as principais reivindicacións do feminismo.

O feminismo tamén creou asociacións específicas para a promoción da igualdade. Unha das máis activas é a [Marcha Mundial das Mulleres](#) ou [Galegas8M](#), unha plataforma de asociacións feministas que organiza as mobilizacións do 8 de marzo. Outras asociacións centran os seus esforzos no ámbito local, como o [Observatorio da Mariña pola Igualdade](#), que traballa na Mariña de Lugo. Ademais, existen asociacións de homes feministas, como a [AHIGE](#), que organiza obradoiros para homes interesados en desenvolver modelos de masculinidade alternativa e colaborar na construción dunha sociedade igualitaria.

No ensino, o feminismo ten cada vez maior presenza. hai tempo que se conmemora o Día Internacional para a eliminación da violencia contra a muller (25 de novembro) ou o Día Internacional da Muller (8 de marzo). Na actualidade comezan a introducirse materias específicas sobre a igualdade en secundaria: ademais de *Igualdade de xénero* ou *Sociedade Inclusiva*, en 1º de Bacharelato podes cursar [Educación para o século XXI](#).

Como vimos ao longo do curso é necesario mudarmos os valores que sustentan o **patriarcado**. Para logramos este cambio é fundamental a formación en igualdade de xénero, a realización de **campañas de sensibilización**, e a formación específica en igualdade para as/os traballadoras/es. E por suposto, a participación de todas e todos nós!



PARA REFLEXIONAR :

- 1) *A linguaxe inclusiva é fortemente criticada por algúns sectores da poboación. Investiga sobre as razóns que achegan na súa contra. Estás de acordo con esas afirmacións? Que argumentos se che ocorren a favor?*
- 2) *Comproba se os teus libros de texto ou os documentos que se che entregan no centro están redactados en linguaxe inclusiva. No caso de que atopas exemplos no sentido contrario, substitúe as expresións que non sexan inclusivas.*
- 3) *A linguaxe inclusiva non só invisibiliza ás mulleres. Algúns termos teñen un significado claramente pexorativo na súa versión feminina. Por exemplo, “fulano” e “fulana”. Cales máis se vos ocorren?*
- 4) *Este uso discriminatorio da linguaxe está presente no noso acervo popular en forma de refráns e cancións. Unha boa proba para saber se se trata dun dito sexista é darlle a volta, transformándoo ao masculino. Para axudarte podes empregar a aplicación refraneirogalego.com*
- 5) *Moitas persoas cren que as accións positivas e as políticas sociais en prol da igualdade discriminan ao home. Poderías poñer algún exemplo desta argumentación?*
- 6) *Por que, en realidade, as as accións positivas e as políticas sociais en prol da igualdade non contraveñen o principio de igualdade xurídica?*

7) *Como xustificarías a necesidade de cursares materias específicas sobre coeducación e igualdade?*