

2. Antropología y sociología.

2026-2027

Saberes básicos.

1. La antropología.	25
¿Qué es la antropología?	25
2. Concepto antropológico de cultura.	26
¿Qué es la cultura?	26
El ser humano como ser cultural.	26
3. Diversidad cultural.	28
4. La sociología.	30
El ser humano como ser social.	30
5. Concepto de sociedad.	31
Estrategias de inclusión y cohesión social.	31
6. El adolescente y sus relaciones.	33
Asunción progresiva de responsabilidades.	33
Conductas prosociales y antisociales.	34
7. Igualdad de género.	36
¿Por qué conseguir la igualdad de género es importante?	36
Problemas en la consecución de la igualdad de género.	36
Visibilidad de los estereotipos sexistas.	36
Modelos y relaciones de género igualitarios.	37
8. El poder del grupo.	39
Desarrollo personal dentro del grupo.	39
Influencia del grupo en el individuo.	39
Diversidad y convivencia positiva.	40
9. Procesos de transición a la vida adulta.	42
Ritos de paso y variaciones culturales.	42
Factores que influyen en la transición a la vida adulta y en la adquisición de autonomía.	42

ACTIVIDADES

DIAPPOSITIVAS

www.econosublime.com

Situación de Aprendizaje.

ACTIVIDAD 1. COMPRENDIENDO LA CULTURA.

ACTIVIDAD 2. ENTENDIENDO NUESTRAS DIFERENCIAS.

ACTIVIDAD 3. ANALIZANDO LA SOCIALIZACIÓN.

ACTIVIDAD 4. APRENDIENDO A RELACIONARNOS.

ACTIVIDAD 5. ROMPIENDO EL MOLDE DE LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO.

ACTIVIDAD 6. NOS RELACIONAMOS EN GRUPOS.

PRODUCTO FINAL 1. EL IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES EN LAS RELACIONES ADOLESCENTES.

PRODUCTO FINAL 2. LA PRESIÓN DE GRUPO Y LA CONFORMIDAD SOCIAL.



Material elaborado por:

Material editado por:



 @Econosublime



@Economarina



@Economyriam



Vídeos explicativos de cada clase en

www.youtube.com/c/econosublime

1. LA ANTROPOLOGÍA.

Era 2014 y estábamos en Cádiz, cuando a mi amiga Mary, nacida en Wisconsin, se le cambió la cara. Un grupo de encapuchados paseaban por la calle, algunos de ellos tocando el tambor, y otros trasladando una enorme figura. Era la Semana Santa, y las procesiones simplemente no forman parte de la cultura de los americanos. A Mary le costaba entender por qué una ciudad se paralizaba durante días para dicho acontecimiento. – Sois muy raros – decía ella. En realidad, no hace falta irse tan lejos. A mí, al principio, también me extrañaba la increíble importancia de la Semana Santa en Andalucía. En mi Albacete natal, las procesiones apenas duran una hora y los nazarenos van dando caramelos, algo que les hace explotar la cabeza a los gaditanos, los malagueños o los sevillanos (entre otros). La cuestión es que cada sociedad tiene su propia cultura y sus tradiciones, cuestiones que influyen en la manera en que pensamos, actuamos y nos relacionamos. Y eso es lo que estudia la antropología.

• ¿Qué es la antropología?

La **ANTROPOLOGÍA** es una ciencia social que estudia el ser humano de una manera integral (estudia la cultura, sociedad, costumbres, formas de organización y relaciones)

A diferencia de otras disciplinas que pueden centrarse en un aspecto específico del ser humano, la antropología busca comprender al ser humano en su totalidad. Esto incluye estudiar aspectos como la cultura, la biología, la historia y las relaciones sociales, y cómo estos influyen en nuestra forma de vivir, pensar y relacionarnos.



Visión y conocimiento del ser humano desde la perspectiva antropológica.

En sus inicios la antropología estudiaba sociedades consideradas exóticas o primitivas, por lo que los antropólogos viajaban a lugares lejanos para estudiar las formas de vida de estas comunidades. En la actualidad, los antropólogos estudian muchos temas, como:

- **La cultura.** La antropología considera a la cultura como uno de los aspectos claves de la humanidad. La cultura incluye costumbres, creencias, lenguaje, arte, normas sociales, prácticas religiosas y tradiciones que distinguen a los grupos humanos. La cultura ayuda a una sociedad a entender el mundo y supone una guía de la forma de vivir.



- **Relación de la cultura con la biología.** Nuestra biología, es decir, nuestra genética y nuestra constitución física, determina ciertas capacidades y limitaciones, pero la cultura también tiene un papel importante. *Por ejemplo, investigaciones antropológicas han estudiado*



cómo la dieta mediterránea, característica de España, Grecia y el sur de Italia, contribuye a aumentar la esperanza de vida.

- **Diversidad y universalidad.** Los antropólogos estudian la diversidad cultural, es decir, las diferencias culturales y sociales entre diferentes pueblos y sociedades. Pero al mismo tiempo, estudian la universalidad, es decir buscan aspectos comunes en toda la humanidad. *Por ejemplo, todas las culturas realizan algún rito para enfrentarse a la muerte de un ser querido. Pero mientras algunas culturas hacen "entierros", en otras incineran los cuerpos.*

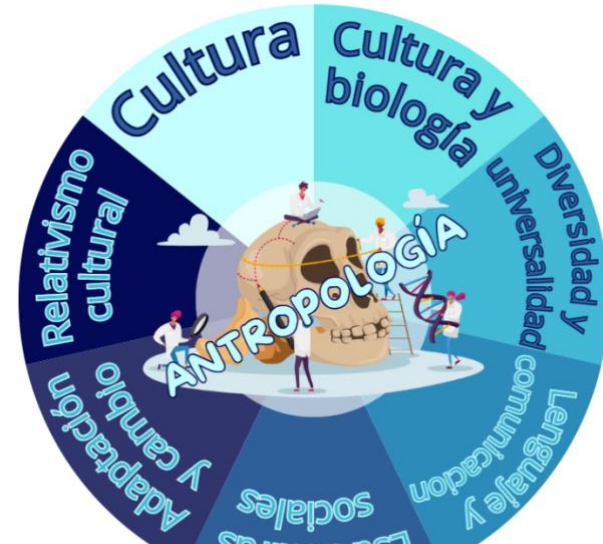
- **Lenguaje y comunicación.** La antropología lingüística estudia el lenguaje y la comunicación, incluyendo los idiomas y la relación entre lenguaje, pensamiento y cultura. *Estudios recientes han analizado cómo los emojis se han convertido en una herramienta de comunicación global, que ayuda a reflejar emociones e intenciones. Mi favorito es este:* 😊

- **Estructuras sociales.** Los antropólogos examinan cómo se organizan las sociedades, desde las familias y comunidades hasta los países. Esto implica el estudio de las diferencias existentes entre géneros, clases sociales o raza. *Por ejemplo, en la cultura islámica, muchas mujeres cubren su cabeza con un velo al salir al exterior.*



- **Adaptación y cambio.** La antropología estudia cómo los humanos se adaptan a diversos entornos y cómo manejan el cambio, ya sea a través de la evolución o de cambios culturales. *Por ejemplo, la capacidad de digerir lactosa en la edad adulta se desarrolló en poblaciones que domesticaron ganado y consumieron leche regularmente.*

- **Relativismo cultural.** Muchos antropólogos defienden el relativismo cultural, la idea de que las creencias y prácticas de una cultura deben entenderse en su propio contexto cultural, evitando juzgarlas desde los ojos de otra cultura. *Por ejemplo, en algunos lugares toman insectos para alimentarse, algo que escandaliza en el mundo occidental. Pero, sin embargo, en la India no toman carne de vaca y se escandalizan cuando nosotros lo hacemos. No somos mejores ni peores. Simplemente tenemos costumbres diferentes.*



2. CONCEPTO ANTROPOLÓGICO DE CULTURA.

Eran las 8:05 de la mañana en Puerto Real, Cádiz, y mi alumno Tomás se levanta y se dirige a mí y se inicia la siguiente conversación:

Tomás: Profesor, tengo fatiga.	Yo: ¿Tienes fatiga a las 8:05 de la mañana?
Tomás: Claro, ¿qué tiene que ver la hora?	Yo: Bueno ¿y qué quieres que haga yo?
Tomás: Nada, ¿puedo ir al servicio?	Yo: ¿Qué quieres ir al servicio?
Tomás: Claro, tengo fatiga.	Yo: (flipando en colores): Vale pues ve al servicio.
Tomás vuelve del servicio con mala cara.	Yo: Qué, Tomás ¿ya has descansado?
Tomás: ¿Descansado? No. He vomitado.	Yo: ¿Qué has vomitadoooooo?

Recuerdo mirar incrédulo a Tomás y a todos sus compañeros. Ellos me miraban incrédulos a mí. Meses más tarde me enteré que “tener fatiga” significaba en Cádiz tener ganas de vomitar (y en más sitios de Andalucía). En Albacete, solo significa “estar cansado”. Nuestras diferencias culturales nos impidieron entendernos. La moraleja es que es clave conocer y comprender la cultura de los demás.

• ¿Qué es la cultura?

En la antropología, la **CULTURA** es un conjunto aspectos que determinan las formas de vida de un grupo o sociedad. No se limita solo a las artes o las tradiciones, sino que abarca todos los aspectos de la vida humana.

La cultura de una sociedad incluye:

- **Normas y valores.** Las normas son el conjunto de reglas y expectativas que determinan cómo se espera que las personas actúen en determinadas circunstancias. Los valores son los principios fundamentales sobre lo que es bueno, justo y deseable. Por tanto, normas y valores guían los comportamientos de una sociedad. *Por ejemplo, en EEUU se le da gran importancia al éxito personal, por lo que las personas tienen un comportamiento más individualista. En Japón le dan valor al éxito colectivo, por lo que trabajan más en equipo.*

- **Creencias.** Son las convicciones de que algo es cierto o de que existe. Incluyen creencias religiosas, espirituales y filosóficas. *Por ejemplo, en la cultura hindú se cree en la reencarnación, y la calidad de esta dependerá de los actos en su vida. Así, las personas desean realizar buenas acciones para tener una mejor reencarnación. Obviamente esta creencia determina la forma de vida de la sociedad.*

- **Lenguaje.** El lenguaje no solo permite la comunicación, sino que también influye en cómo pensamos y percibimos el mundo. Permite compartir ideas, tradiciones, y conocimientos. Además del lenguaje verbal, la comunicación no verbal (como gestos, expresiones faciales y lenguaje corporal) también varía en las culturas y sirve para transmitir información.



- **Arte y símbolos.** El arte en todas sus formas (pintura, música, literatura, danza, teatro, etc.) es una expresión de la cultura y sirven como medio de comunicación. Los símbolos son objetos o acciones que son claves en la comunicación de los valores y creencias culturales. *Los carnavales de Cádiz, el festival de cine de San Sebastián, o el festival de teatro de Mérida son ejemplos de cómo el arte puede transmitir la cultura de un lugar.*

- **Costumbres y tradiciones.** Las costumbres son actividades y comportamientos que son rutinarios o ceremoniales (por ejemplo, la costumbre de echar la siesta en España).

Las tradiciones son prácticas heredadas que se transmiten y mantienen dentro de una cultura. Así, las diferentes fiestas son momentos de celebración que refuerzan la cultura y fortalecen la unión entre ciudadanos (como la Semana Santa o la Navidad).

- **Cocina y gastronomía.** La comida es un elemento central de la cultura, reflejando la geografía, la historia y las creencias de una sociedad. Las técnicas culinarias, ingredientes, platos típicos y rituales asociados con la comida nos dicen mucho sobre los valores y la forma de vida de una comunidad.

- **Moda y vestimenta.** La ropa que usamos también está influida por la cultura, a través de estilos, colores, y lo que se considera apropiado para diferentes ocasiones.



• El ser humano como ser cultural.

La cultura es algo que distingue a la humanidad. A diferencia de otros seres vivos, los humanos crean, aprenden y transmiten cultura, lo que influye en todos los aspectos de su vida, desde el comportamiento hasta las creencias y valores. Desde el momento en que nacemos, la cultura comienza a influir en cómo percibimos y nos relacionamos con el mundo. Este proceso, conocido como socialización, es fundamental para nuestro desarrollo.

Aquí hay algunas razones clave por las cuales el ser humano es considerado un ser cultural:

A Aprendizaje y transmisión cultural. A través de la socialización, aprendemos las normas, los valores, las creencias y las expectativas de nuestra sociedad. Esto incluye desde las normas básicas de cómo relacionarnos hasta aspectos más complejos como la ética. Este aprendizaje cultural se transmite de generación en generación. *Por ejemplo, en algunas culturas hay gran respeto por las personas mayores. Si un adolescente va sentado en un autobús y entra una persona mayor, el joven sabe que se debe levantar y ceder el asiento.*



B Percepciones y comportamientos. La cultura influye en nuestra percepción de cómo vemos el mundo y en cómo reaccionamos ante diferentes situaciones. Esto puede verse en aspectos como nuestros comportamientos, nuestros gustos en comida y arte, y nuestras expectativas en las relaciones personales. *Por ejemplo, en Alemania la falta de puntualidad es una gran falta de respeto, algo que no ocurre en algunos países latinoamericanos. Estas diferencias culturales influyen en cómo las personas gestionan su tiempo.*



C Construcción de la identidad y la personalidad. La cultura es clave en la construcción de nuestra identidad. A través de relaciones con la familia, los amigos, la educación y los medios de comunicación, desarrollamos una idea de quiénes somos y de nuestro lugar en la sociedad. Cada cultura tiene un conjunto de roles sociales definidos que dictan cómo se espera que nos comportemos según edad, género, o posición social y que influye en nuestra personalidad. *En muchos países, los roles de género tradicionales todavía marcan las expectativas hacia hombres y mujeres, influenciando en la identidad personal. Por ejemplo, en algunas culturas, se espera que los hombres sean el principal sostén económico de la familia y muestren cualidades como la fortaleza y la decisión, mientras que las mujeres deben priorizar el matrimonio y la maternidad, y valorar la empatía y la sensibilidad. Estas expectativas pueden moldear los comportamientos de las personas.*

ACTIVIDAD 1. COMPRENDIENDO LA CULTURA.

Tarea 1. La antropología en nuestra vida cotidiana.

Para esta actividad vamos a elegir un objeto, una práctica, una historia familiar o una tradición de nuestra vida cotidiana y analizar cómo estos reflejan elementos culturales, como valores, creencias o normas sociales y explicando por qué es significativo para nosotros.

Ejemplo. Podríamos explicar la celebración de Navidad de nuestra familia. Aquí podríamos destacar cómo estas celebraciones reflejan valores como la importancia de la familia, la generosidad y la tradición. Podríamos detallar aspectos específicos, como qué platos se suelen elaborar en las comidas, cómo se decora la casa, cómo es el intercambio de regalos, y/o la asistencia a determinados lugares, destacando cómo cada una de estas prácticas transmite y refuerza valores culturales.

TAREA. Elige un objeto, una práctica, una historia familiar o una tradición de tu vida cotidiana y analiza cómo refleja elementos culturales, como valores, creencias o normas sociales. Explica también por qué es significativo para ti (lo siento, pero el tema no puede ser la Navidad, tendrás que pensar en otra cosa).

Tarea 2. Entrevistas antropológicas.

En esta tarea vas a realizar una entrevista a una persona mayor que tú (de más de 40 años) o bien de otra cultura (por ejemplo, de otro país con tradiciones diferentes). La entrevista debe ser sobre un tema específico relacionado con la cultura (por ejemplo, la comida, las redes sociales, la música, el uso del móvil etc.) Las preguntas deben ser acerca de la cultura de la otra persona en ese tema específico, y acerca de sus opiniones sobre el uso que hacen los adolescentes hoy en día.

Por ejemplo, si el tema específico es el uso del teléfono móvil:

1. ¿Cómo te ha afectado el uso del móvil a las relaciones con amigos y familia?
2. ¿Qué aplicación móvil consideras que es indispensable para ti y por qué?
3. ¿Existen normas específicas sobre el uso del móvil en lugares públicos o situaciones sociales en tu cultura?
4. ¿Cómo ha cambiado el uso del móvil la forma en que trabajas/estudias/te relacionas?
5. ¿Crees que el móvil ha tenido un impacto positivo o negativo en el mundo que te rodea? ¿Por qué?
6. ¿Crees que los adolescentes hacemos un buen uso del móvil? ¿por qué?



TAREA. Realizar una entrevista sobre un tema específico relacionado con la cultura e indica las respuestas. Debe haber al menos 5 preguntas (lo siento, pero el tema no puede ser el teléfono móvil, tendrás que pensar en otra cosa).

Después, compartiremos lo aprendido con la clase, destacando cómo los puntos de vista pueden variar según el contexto cultural y generacional.

Tarea 3. Explorando la cultura a través de imágenes.

A continuación, puedes ver 4 imágenes que reflejan la cultura de sus países.



Fiesta de días de los muertos en México



Gastronomía de Oriente Medio



Senderismo en Canadá



Deporte Sepak Tekraw en Tailandia

TAREA. Responde las siguientes preguntas

- a) ¿Qué crees que estas imágenes nos dicen sobre las creencias o valores de la cultura representada?
- b) ¿Cómo se compara lo que ves en la imagen con tu propia cultura?
- c) ¿Hay algún detalle en la imagen que te sorprenda o te intrigue? ¿Por qué?

3. DIVERSIDAD CULTURAL.

En 2017 y 2018 mi instituto participó en el programa Erasmus, de manera que profesores y alumnos viajamos para pasar varias semanas en países como Italia, Polonia, Finlandia, Inglaterra o Alemania. Allí convivíamos con el resto de profesores y de primera mano veíamos cómo llevaban a cabo las clases. Recuerdo que me sorprendió la frialdad de los profesores alemanes, siempre marcando distancia y dando las clases con una seriedad tremenda. Los finlandeses, por el contrario, se sorprendían del trato que yo tenía con mis alumnos, donde habitualmente hacía bromas en un ambiente de clase mucho más distendido. Recuerdo que una vez le di unas palmaditas en el hombro a un alumno para animarle por un mal examen y varios profesores de otros países se escandalizaron.

Sin embargo, a veces nos quedamos en estos estereotipos “los alemanes son fríos y serios” “los italianos son pasionales” “los españoles son...”. Pero si rascamos un poco en la superficie, podemos aprender mucho. De mi experiencia en Italia aprendí lo importante que es alejar a los alumnos de los móviles durante las clases, y vi de primera mano muchas estrategias que luego yo puse en práctica. De los finlandeses comprendí cómo los alumnos pueden aprender mucho haciendo proyectos que partan de sus intereses personales. De Francia, que es imprescindible enseñar a los alumnos a tener un pensamiento crítico.



Importancia de la diversidad cultural.

En el mundo hay una increíble variedad de culturas, cada una con sus propias tradiciones, lenguajes, creencias, prácticas y formas de vida. Cada cultura ofrece una manera de ver aspectos fundamentales de la vida, como la familia, el trabajo, la religión, etc.

La diversidad cultural es una de las mayores riquezas de la humanidad. Nos enseña que hay múltiples formas de vivir, pensar y sentir, y cada una de ellas aporta algo valioso. Reconocer, apreciar y aprender de esta diversidad es esencial para fomentar un mundo más inclusivo, tolerante y enriquecedor para todos.

La existencia de diversidad cultural es positiva por las siguientes razones:

A Enriquecimiento personal. La diversidad cultural enriquece nuestro mundo. El contacto con diferentes culturas permite el intercambio de ideas, conocimientos y experiencias. Todo ello, amplía nuestra perspectiva, nos ayuda a comprender mejor el mundo y fomenta la creatividad. *La fusión de géneros musicales, como el reguetón, que combina influencias del reggae, hip-hop, y música latina, es un ejemplo de cómo la diversidad cultural enriquece la industria musical.*



B Empatía. Aprender sobre otras culturas puede mejorar nuestra capacidad para entender a otras personas, ayudándonos a superar prejuicios y estereotipos. *Por ejemplo, los programas como Erasmus,*



permiten conocer otras culturas. Los estudiantes regresan a menudo con una perspectiva más amplia, capaces de empatizar mejor con personas de diferentes lugares y superar sus propios prejuicios.

C Resolución de problemas. La diversidad cultural aporta diferentes enfoques y soluciones a los problemas comunes, lo que es esencial en un mundo cada vez más interconectado. *Por ejemplo, empresas como Google, Apple y Facebook se han beneficiado de la diversidad cultural, atrayendo talento de todo el mundo, lo que ha fomentado la innovación tecnológica y el desarrollo de productos que venden en todos los lugares del mundo.*



Valoración de la diversidad cultural.

Reconocer, apreciar y aprender de la diversidad cultural implica entender que no hay una única forma correcta de vivir, pensar o sentir. Para ello debemos:

A Reconocer que todos somos iguales. A pesar de nuestras diferencias culturales, todos los seres humanos comparten necesidades, esperanzas y sueños similares. Reconocer esta igualdad es esencial para fomentar el respeto mutuo.



B Apreciación de la diversidad. Aprender sobre otras culturas puede ser una experiencia increíblemente enriquecedora. Nos permite apreciar la belleza y la sabiduría que cada cultura aporta al mundo.



C Evitar el etnocentrismo. Es importante evitar el etnocentrismo, la creencia de que nuestra propia cultura es superior a las demás. En cambio, debemos esforzarnos por adoptar una perspectiva más relativista, entendiendo que cada cultura tiene su propio contexto. Si nosotros hubiéramos nacido en Marruecos, en Tailandia o en Estados Unidos, nuestra manera de comportarnos o de ver el mundo sería muy diferente. No somos mejores ni peores, simplemente hemos crecido en otra cultura.



En definitiva, el objetivo es fomentar la inclusión y la tolerancia para crear una sociedad que no solo acepte la diversidad, sino que también se enriquezca con ella.

ACTIVIDAD 2. ENTENDIENDO NUESTRAS DIFERENCIAS.

Tarea 1. Debate cultural.

Vamos a leer las siguientes tradiciones en diferentes lugares del mundo:

Ghana: Funerales Coloridos.

En Ghana, los funerales son eventos vibrantes y coloridos que celebran la vida del difunto. Es común que los ataúdes sean elaborados en formas únicas que reflejen la vida o la profesión del fallecido, como peces para los pescadores o coches para los conductores. Estos funerales pueden durar varios días, con música, danza y un gran banquete.



España: La Tomatina.

Celebrada en Buñol, Valencia, La Tomatina es una fiesta que se realiza el último miércoles de agosto. Miles de participantes se reúnen para lanzarse tomates unos a otros, convirtiendo las calles en ríos rojos de puré de tomate. Este evento único comenzó en 1945 y ahora atrae a visitantes de todo el mundo.



Los Himba de Namibia: Cuidado del Cabello y del Cuerpo.

Los Himba, un pueblo indígena de Namibia, utilizan una pasta llamada "otjize", hecha de grasa de mantequilla, ceniza, y el pigmento ocre para limpiar su piel y cabello, ya que el agua es muy escasa. Esta práctica les da a su piel y cabello un tono rojizo distintivo.



Caminar sobre brasas en Fiji.

Una práctica ceremonial en la que las personas caminan descalzas sobre piedras calientes o brasas sin sufrir quemaduras, como parte de un ritual de limpieza o para demostrar fuerza espiritual.



Festival Vegetariano de Phuket en Tailandia.

Un festival que incluye rituales extremos de purificación del cuerpo, como perforaciones faciales y corporales con objetos no convencionales, caminar sobre brasas, y ascetismo para invocar a los dioses.



El Año Nuevo del Agua en Tailandia (Songkran).

Celebrado en abril, este festival marca el Año Nuevo budista con una masiva batalla de agua en las calles, simbolizando la limpieza y la purificación para el año nuevo.

A continuación, vamos a realizar un debate:

1. ¿Podemos decir que todas estas tradiciones son únicas de su sociedad, o tienen algunos aspectos comunes con otras culturas?
2. ¿Te parece bien que personas de otros lugares puedan participar en estas tradiciones?
3. ¿Por qué crees que hay gente que no respeta la cultura y las tradiciones de otros países?
4. ¿Crees que si una persona viene a vivir a nuestro país debe abandonar sus tradiciones y adoptar las nuestras?

TAREA. Haz una redacción donde expliques las principales conclusiones obtenidas.

Tarea 2. Copiando tradiciones.

A continuación, se muestran una serie de tradiciones que, aunque su origen no es español, muchos españoles las festejan:



TAREA. Responde las siguientes preguntas:

- a) ¿Cómo se llama cada una de estas tradiciones? ¿Sabes en que país se originaron?
- b) ¿Celebras algunas de estas tradiciones? Explícalo.
- c) ¿Conoces alguna tradición española que se celebre en otro país? Explícalo.

4. LA SOCIOLOGÍA.

¿Alguna vez te has preguntado por qué las personas actúan de cierta manera en grupos, o cómo nuestras sociedades cambian con el tiempo? Aquí es donde entra la sociología, una ciencia apasionante que busca responder a estas preguntas y muchas más.

La **SOCIOLOGÍA** es la ciencia que estudia cómo las personas se relacionan entre sí, cómo se organizan en sociedades y cómo estas relaciones y organizaciones afectan el comportamiento humano.

• El ser humano como ser social.

Los seres humanos son por naturaleza sociales, y están orientados hacia la relación con otros individuos. Esta característica es fundamental para la supervivencia y el desarrollo humano. Algunas razones clave por las cuales el ser humano es considerado un ser social:

- **Necesidades emocionales y psicológicas.** Los seres humanos tienen la necesidad de pertenencia, afecto y conexión emocional. Las relaciones sociales satisfacen estas necesidades y contribuyen al bienestar emocional y psicológico.
- **Aprendizaje social.** La mayor parte del aprendizaje humano ocurre a través de la observación y la interacción con otros (aprendizaje por imitación). Las personas pueden aprender habilidades, valores, normas sociales y comportamientos mediante la observación y la relación con otras personas.
- **Cooperación y supervivencia.** La cooperación ha sido crucial para la supervivencia de la especie humana a lo largo de la evolución. La capacidad de trabajar juntos en grupos permitió a los humanos cazar, construir refugios y protegerse de depredadores.
- **Construcción de identidad.** La forma en que nos percibimos a nosotros mismos y cómo somos percibidos por los demás está influenciada por nuestras relaciones sociales.

El proceso de socialización.

Desde el nacimiento somos moldeados por la sociedad en la que vivimos, ya que tenemos una gran cantidad de relaciones sociales que influyen en todos los aspectos de nuestra vida. La sociedad nos moldea a través de la socialización.

La **SOCIALIZACIÓN** es un proceso mediante el cual aprendemos normas, valores, habilidades y comportamientos que son esenciales para vivir en comunidad.

Aunque la sociedad influye en el individuo, las personas también contribuyen y modifican su sociedad. A través de sus acciones y decisiones, los individuos pueden influir en el cambio social, cultural y político.

Por ejemplo, España es uno de los países que más avances ha hecho en igualdad de género. Algunas actitudes y comportamientos que eran vistos como "normales" hace unos años ya no lo son tanto hoy en día. Ahí tenemos el caso de Rubiales, que al besar a la jugadora de fútbol Jenni Hermoso fue duramente criticado y obligado a presentar su dimisión. Como ves, las personas también pueden provocar cambios en las sociedades.

Los agentes de la socialización.

La familia, la educación, los amigos, la escuela, la religión y el gobierno afectan y moldean nuestras vidas, nuestras creencias y nuestros comportamientos. Veamos cómo influyen estos agentes en nuestra socialización:

- **La familia.** Es la primera influencia social que todos tenemos. Desde el nacimiento, la familia influye en nuestros valores, comportamientos y expectativas. *Por ejemplo, mi amigo Martín nació en una familia donde su padre y madre eran médicos y esperaban que él también lo fuera. Esto influyó mucho en cómo afrontaba el instituto donde necesitaba obtener una nota muy alta y le condicionó mucho en la forma de comportarse.*

- **Educación.** Las escuelas no solo nos proporcionan conocimientos académicos, sino que también enseñan habilidades sociales. *Por ejemplo, en el colegio aprendemos la importancia de respetar los turnos de palabra o cómo tratar con personas que tienen autoridad sobre nosotros.*

- **Amigos.** Los grupos de amigos permiten aprender y practicar habilidades sociales. Por ejemplo, con los amigos aprendemos a negociar cuando uno quiere hacer una cosa y otro quiere hacer otra. También aprendemos a desarrollar la empatía cuando un amigo tiene un problema o a resolver conflictos cuando hay discusiones. Aprendemos el valor de la lealtad y la fidelidad y de tener respeto para ser respetados.

- **Religión.** La religión ha sido una fuerza poderosa a lo largo de la historia. Las prácticas religiosas y las creencias pueden influir en aspectos de la vida cotidiana, desde decisiones personales y familiares hasta cuestiones sociales y políticas. *Por ejemplo, hay personas que están en contra del aborto por motivos religiosos.*

- **Gobierno y leyes.** Son fundamentales para mantener el orden en la sociedad. Estas instituciones establecen normas, administran recursos, proveen servicios y toman decisiones que afectan todos los aspectos de nuestra vida. *Por ejemplo, en Alemania las tiendas te cobran el envase de vidrio y plástico de las botellas, por lo que luego las personas deben reciclarlos para recuperar el dinero. Esto hace que los alemanes tengan mayor sensibilidad por proteger el medioambiente.*

- **Medios de comunicación y redes sociales.** Tienen una gran influencia, mostrando normas de comportamiento y estilos de vida. Desde noticias hasta entretenimiento, los medios no solo nos informan sobre lo que sucede, sino que también influyen en cómo percibimos el mundo. Además, los influencers de las redes sociales afectan las decisiones de compra y las tendencias de estilo de vida de sus seguidores.



La socialización no se frena nunca, sino que continúa a lo largo de toda la vida. Como personas, nos adaptamos según los cambios ocurridos o nuestra propia experiencia.



5. CONCEPTO DE SOCIEDAD.

Una **SOCIEDAD** se puede definir como un grupo de individuos que comparten un espacio o territorio común y están sujetos a las mismas leyes políticas, normas y valores culturales.

¿Cómo se forman las sociedades? Las sociedades se forman cuando las personas forman grupos para satisfacer necesidades básicas como alimentación, seguridad y pertenencia. Con el tiempo, estos grupos se vuelven más complejos, desarrollando sistemas de gobierno, leyes, economías, prácticas culturales etc.

Componentes clave de la sociedad.

- **Cultura.** Cada sociedad tiene su propia cultura, que incluye costumbres, prácticas, idiomas, creencias, arte y valores compartidos. La cultura da forma a la forma en que los miembros de la sociedad interpretan y responden al mundo en el que viven.

- **Instituciones sociales.** Las sociedades están compuestas de diversas instituciones, como la familia, la escuela, la religión o el gobierno que influyen en las formas de vida de la sociedad.



- **Normas y valores.** Las normas son reglas y expectativas no escritas sobre el comportamiento de los miembros de una sociedad. Por ejemplo, en España se suele comer entre las 2 y las 3:30 de la tarde, y por ello muchos negocios cierran durante ese horario. Los valores son creencias compartidas sobre lo que es deseable, justo y correcto. Los españoles valoran la hospitalidad hacia los visitantes. Invitar a amigos a casa para compartir una comida es una práctica común que refleja este valor.

- **Leyes.** Mientras que las normas no son escritas, las leyes son reglas escritas y formales que determinan el comportamiento en la sociedad. Por ejemplo, en España la ley que prohibió fumar en lugares de trabajo o espacios públicos cerrados llevó a una menor exposición al tabaco, lo que contribuyó a que muchas personas dejen de fumar.

- **Estratificación social.** Es la forma en que una sociedad se clasifica en diferentes categorías a través de diversos criterios, como el estatus económico, el poder, la raza o la educación. Estas cuestiones pueden afectar a las oportunidades y las experiencias de las personas, y puede llevar a diferentes formas de desigualdad social.

Por ejemplo, por estatus económico podemos hablar de clase alta, media o baja. En España, las personas de clase baja tienen más dificultades para alcanzar altos niveles de estudios y por tanto tienen complicado acceder a buenos empleos. Todo esto lleva a que la pobreza se traslade de padres a hijos, ya que el 80% de las personas que nacieron en una clase baja, no consiguen ascender a la clase media y menos aún a la clase alta.

- **Roles sociales.** Los roles sociales son los comportamientos esperados de una persona en una posición. Podemos distinguir roles familiares (padre, madre, hijo), roles de género (masculino, femenino), roles profesionales (médico, profesor). Cada sociedad espera un comportamiento de cada una de estas figuras. Por ejemplo, en algunas sociedades se espera que los profesores sean autoritarios y en otras que sean cercanos con los alumnos.



• Estrategias de inclusión y cohesión social.

La inclusión y la cohesión social son esenciales para el bienestar y la estabilidad de cualquier sociedad. Pero ¿qué son exactamente?

A La **inclusión** implica garantizar que todos los miembros de la sociedad tengan acceso a oportunidades, recursos y derechos iguales. Implica eliminar las barreras que causan exclusión y discriminación, asegurando que nadie quede marginado debido a factores como su género, edad, discapacidad, orientación sexual, estatus socioeconómico o creencias religiosas.



B La **cohesión social** se refiere a la fuerza de las relaciones y la solidaridad entre los miembros de una sociedad. Una sociedad cohesionada es aquella donde los individuos se sienten comprometidos con el bienestar de todos, trabajando juntos para lograr un bien común.



Estas son algunas estrategias para fomentar la inclusión y la cohesión social:

- **Educación inclusiva y accesible.** Se debe garantizar que todos los miembros de la sociedad tengan acceso a una educación de calidad, independientemente de su origen, capacidades, género o etnia. En España, por suerte, todo el mundo tiene acceso a una educación gratuita y existen becas para los más desfavorecidos.

- **Acceso a servicios básicos.** Se trata de garantizar que todos los miembros de la sociedad tengan acceso a servicios esenciales como la salud, la vivienda y otros servicios sociales.



- **Fomentar la equidad en el empleo.** Se trata de asegurar que todos los individuos tengan las mismas oportunidades para obtener empleo digno y justo. Para ello, se puede invertir en programas de formación para las personas menos cualificadas, así como aprobar medidas que luchen contra la discriminación en el trabajo. Todavía hoy, mujeres o discapacitados sufren discriminación en el trabajo.

- **Integración de grupos marginalizados.** Son iniciativas específicas para integrar a grupos que históricamente han sido excluidos o marginados, como minorías étnicas, personas con discapacidades y comunidades LGBTQ+. Por ejemplo, se pueden crear servicios de salud especializados en personas LGBTQ+, realizar campañas de concienciación y entendimiento o leyes de matrimonio igualitario.



- **Participación comunitaria.** Fomentar la participación activa de los ciudadanos en la vida comunitaria permite que estos se impliquen más en la comunidad. Por ejemplo, con "decide Madrid", los ciudadanos pueden hacer propuestas al ayuntamiento de Madrid, votar en consultas, plantear, y decidir en qué gasta parte del presupuesto.

- **Fortalecimiento de los lazos de la comunidad.** El objetivo es construir comunidades fuertes y cohesionadas donde todos los miembros se sientan valorados y conectados. Para ello se pueden promover eventos que unan a la comunidad, y crear espacios públicos que fomenten las relaciones. Por ejemplo, celebrar fiestas locales, crear espacios verdes o recreativos públicos donde las personas pueden reunirse etc.

ACTIVIDAD 3. ANALIZANDO LA SOCIALIZACIÓN.

Tarea 1. La influencia social.

Vamos a ver el siguiente experimento sobre la influencia social.



<https://www.youtube.com/watch?v=jvft6GXrRQk>

TAREA. Realiza una reflexión sobre el vídeo visto. A continuación, indica cómo los distintos agentes de socialización (familia, escuela, amigos, religión, gobierno y redes sociales) han influido en diferentes aspectos de tu vida. Puedes usar ejemplos concretos, como decisiones tomadas, comportamientos aprendidos o valores adoptados.

Tarea 2. El debate de las redes sociales.

El impacto de las redes sociales en todos nosotros es algo que no podemos negar. Las redes nos aportan mucho: nos permiten acceder a información, formar comunidades y contactar con nuestros amigos. Sin embargo, también tienen sus aspectos negativos: la información falsa (fake news) que solo desinforma, la presión social e incluso el acoso en algunos casos.



Vamos a dividir la clase en dos: un lado argumenta a favor de la influencia positiva de las redes sociales (y el otro lado discute las posibles influencias negativas).

TAREA. Haz una redacción donde incluyas por un lado los efectos positivos de las redes sociales y por otro lado los efectos negativos. Acaba la redacción con tu opinión personal.

Tarea 3. Diario de observación social.

Muchas veces la sociedad nos influye y ni siquiera nos damos cuenta. Durante la próxima semana vamos a mantener un diario de observación social. Deberás anotar situaciones de tu día a día en las que identifiques claramente la influencia de los agentes de socialización (familia, escuela, amigos, religión, gobierno y redes sociales) en tu comportamiento.



TAREA. Al final de la semana, haz una lista de todas las situaciones en las que has visto que has tomado decisiones influido por otros agentes.

Tarea 4. Análisis de roles sociales.

En esta tarea vamos a examinar cómo los roles sociales afectan a los individuos.

Para empezar, vamos a crear tarjetas de roles sociales (por ejemplo: padre, estudiante, hijo, médico, etc.) y las vamos a repartir aleatoriamente entre todos. Cada uno de vosotros debe describir cómo creen que es percibido su rol por la sociedad, qué expectativas existen sobre ellos y cómo esto influye en su comportamiento.



TAREA. Ahora llega el turno de examinar nuestro rol.

- ¿Cómo crees que esperan nuestros amigos que os comportemos? ¿Y nuestra familia? ¿y la escuela?
- ¿Cómo influyen estas expectativas en nuestro comportamiento?
- ¿Cómo nos gustaría comportarnos en realidad? ¿por qué no lo hacemos?

Tarea 5. Inclusión social.

Vamos a ver el siguiente vídeo:



https://www.youtube.com/watch?v=AfjKrRnNoxk&ab_channel=eh%21

TAREA. Responde las siguientes preguntas

- ¿Por qué crees que los niños mayores preferían la sala vacía?
- ¿Cómo crees que se sintió el niño en la sala de juego solo?
- ¿Qué mensaje crees que el experimento intenta transmitir sobre la inclusión?
- Indica varias experiencias personales en la que hayas vivido situaciones en las que tú mismo u otra persona ha sido excluido por los demás. Explica las razones por las que esto sucedía.
- ¿Qué puedes hacer para que otros compañeros o amigos no se sientan excluidos?

6. EL ADOLESCENTE Y SUS RELACIONES.

El período de la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo humano, marcada por cambios importantes y rápidos, tanto físicos como psicológicos. Las relaciones sociales durante esta etapa juegan un papel clave en la formación de la identidad, la autoestima y las habilidades de los adolescentes.

Durante la etapa de la adolescencia las relaciones de los jóvenes experimentan cambios importantes entre los que podemos destacar:

- Cambios en las relaciones familiares. Los adolescentes comienzan a buscar mayor independencia y autonomía de sus padres y empiezan a formar sus propios puntos de vista, que pueden ser diferentes de los de sus familias.

Los padres pueden tener que adaptarse y ser más una guía y apoyo, en lugar del control y dirección al que estaban acostumbrados con niños pequeños. Sin embargo, aunque haya más independencia, el apoyo de la familia sigue siendo muy importante.



- Importancia de las relaciones con amigos y compañeros. Los amigos y compañeros de la misma edad asumen una importancia creciente. Los adolescentes suelen pasar más tiempo con sus amigos y menos con su familia. Las amistades permiten descubrir nuevas ideas, intereses, etc.

Los adolescentes comienzan a depender más de sus amigos para formar su autoestima. Estas relaciones también son cruciales para el desarrollo de habilidades sociales, como la negociación, la empatía y la resolución de conflictos.



Hay que tener en cuenta que los adolescentes suelen ser muy influenciados por sus compañeros. Las amistades pueden afectar comportamientos, elecciones de estilo de vida y decisiones. En esta etapa, la presión de grupo puede ser fuerte.

- Inicio de relaciones románticas y sexualidad. Muchos adolescentes comienzan relaciones románticas. Estas relaciones son muy importantes para aprender de las propias emociones, pero también pueden suponer desafíos y confusiones. Aprender a manejar los aspectos emocionales y físicos de las relaciones románticas es una parte importante del desarrollo durante la adolescencia.



- Influencia de las redes sociales y la tecnología en las relaciones. La tecnología y las redes sociales han transformado la forma en que los adolescentes se comunican y establecen relaciones. Estas herramientas pueden facilitar la conexión y el apoyo entre amigos, pero también pueden crear problemas, como el ciberacoso, la presión por la comparación social y la sobreexposición. De hecho, desde que los adolescentes tienen acceso a redes sociales en el móvil, la cantidad de ellos que sufren depresión ha ido en aumento. [Aquí puedes ver un enlace de la OMS.](#)

• Asunción progresiva de responsabilidades.

En el año 2000 estaba deseando empezar la universidad. Recuerdo las ganas que tenía de empezar a salir los jueves, día en el que reunían todos los universitarios. Pero había dos problemas: el primero, que para poder salir de manera regular necesitaba dinero, y el segundo, que los viernes las clases empezaban a las 8:30 de la mañana.

Mis padres me dijeron que no había problema (todavía vivía con ellos), pero que debía asumir mis responsabilidades. Podría salir todos los jueves siempre y cuando el viernes fuera a clase. Además, me puse a entrenar baloncesto a niños pequeños con los que obtener un dinerillo. Y así, empecé a organizar mis gastos para poder salir jueves, viernes y sábado (una vida ociosa intensa la de Albacete). Por supuesto, todos los viernes por la mañana estaba en esa clase de Microeconomía que nunca olvidaré, más que nada, porque iba sin apenas dormir a clase. Pero iba, vaya que si iba. A eso se le llama apechugar.

A medida que los adolescentes van creciendo, comienzan a asumir responsabilidades más adultas. Este proceso es clave para su desarrollo y transición hacia la vida adulta. Algunas de las responsabilidades que empiezan a sentir los adolescentes son:



- Responsabilidades personales. Incluyen cuidar de tu higiene personal, manejar tu tiempo y dinero, y tomar decisiones sobre tu educación y carrera.

- Preparación para el futuro. Parte de la asunción de responsabilidades implica planificar y prepararse para el futuro. Esto puede incluir decisiones sobre estudiar en la universidad, la formación profesional o empezar a trabajar.



- Responsabilidades en casa. A medida que creces debes contribuir más en casa, lo que puede incluir tareas como cocinar, limpiar, y cuidar de hermanos menores. ¿Quieres que traten como un adulto no? Eso incluye unos derechos, sí, pero también obligaciones.



- Tomar la responsabilidad de tus decisiones. Otro paso importante es que debes comenzar a aceptar las consecuencias de tus actos. No has estudiado para el examen y has suspendido, has faltado el respeto a un profesor o compañero y te han sancionado. No has prestado atención en clase y no comprendes cómo hacer la tarea. Deja de buscar culpables. La culpa no es del profesor por suspenderte ni de los motivos que te hayan impedido estudiar. La culpa no es de tu compañero por provocarte o por despistarte en la clase. La culpa es tuya, que siempre puedes organizar tu tiempo mejor, puedes no entrar en provocaciones o decir a tu compañero que no te moleste. *A eso se le llama apechugar.*



• Conductas prosociales y antisociales.

Cuando iba al instituto con vuestra edad me tocó una clase con muy malos estudiantes. Mi amigo Chema y yo éramos de los pocos que aprobábamos todas, especialmente Chema que era alumno de sobresaliente. Recuerdo que en la primera evaluación todos los demás chicos suspendieron 5 o 6 materias y estaban presumiendo a ver quién suspendía más - ¿Se puede ser más tonto? - Complicado.

Estos chicos eran especialmente duros con Chema del que se reían porque sacaba muy buenas notas - Pues sí, confirmado que se puede ser más tonto - Muchas veces como adolescentes no nos damos cuenta de que lo que hacemos o decimos puede influir en otros. Por eso, es importante que diferencias entre conductas prosociales y antisociales.

Durante la adolescencia, los jóvenes debéis tomar decisiones que pueden influir en vuestro propio bienestar y en el de las personas que os rodean. Es importante que los adolescentes comprendan la diferencia entre conductas prosociales y antisociales, y cómo estas afectan a la sociedad.

- **Conductas Prosociales.** Son acciones que benefician a otros y contribuyen al bienestar de la sociedad en general. Ejemplos de conductas prosociales incluyen: ayudar a un amigo en dificultades, ser empático y considerado, y respetar las normas sociales.



- **Conductas Antisociales.** Son acciones que perjudican a otros o que van en contra de las normas y valores de la sociedad. Esto puede incluir el comportamiento agresivo, el acoso a compañeros (bullying), el vandalismo y el incumplimiento de leyes y reglas.



Normas sociales, roles de género y estereotipos: su impacto en el comportamiento adolescente.

Las normas sociales, los roles de género y los estereotipos desempeñan un papel importante en la formación del comportamiento adolescente.

A Normas sociales. Son reglas no escritas que guían el comportamiento en la sociedad. Por ejemplo, cómo se espera que los adolescentes se comporten en la escuela, en casa o en sus relaciones sociales. Los adolescentes se enfrentan a la presión de conformarse a estas normas, lo que puede influir en sus elecciones y acciones. Por ejemplo, los adolescentes pueden sentirse presionados para iniciar su vida sexual debido a la idea de que "todos lo están haciendo". Otro ejemplo es el uso de las redes sociales, donde la necesidad de obtener "likes" y aprobación de los demás puede influir en las decisiones que se toman o en cómo los adolescentes ven su cuerpo.

· **Impacto de las normas.** Las normas sociales pueden influir en todo, desde la forma de vestir de los adolescentes hasta sus intereses y comportamientos. Es importante que los adolescentes aprendáis a cuestionar las normas injustas o perjudiciales, así como las que no se ajustan a vuestros intereses.



B Roles de género. Son las expectativas sociales sobre cómo deben comportarse los individuos según su género. Esto incluye ideas sobre cómo deben actuar, vestirse y expresarse los chicos y las chicas. También puede influir en la elección de aficiones o actividades. Por ejemplo, las chicas pueden enfrentar críticas por vestir de manera "demasiado masculina" o "demasiado provocativa", mientras que los chicos pueden recibir burlas si su apariencia no es lo que se considera tradicionalmente masculino.



· **Impacto de los roles de género.** La conformidad con estos roles puede limitar la expresión personal y el desarrollo, mientras que desafiarlos puede llevar a conflicto o rechazo social. Es esencial defender la igualdad de género y desafiar los roles de género que puedan limitar las opciones y oportunidades.

C Estereotipos. Los estereotipos son creencias simplificadas y a menudo incorrectas sobre un grupo de personas. Por ejemplo, aquellos adolescentes que están interesados en obtener notas altas se les etiqueta de "empollones" y automáticamente se les considera como poco interesantes. Todo lo contrario de aquellos a los que le gusta "salir de fiesta", que se les considera "populares".

Por cierto, mi amigo Chema era considerado como un empollón y era marginado por muchos compañeros de clase. Como burla, Chema me decía que todos los "populares" acabarían limpiándole los zapatos cuando no encontraran ningún trabajo. Hoy Chema es un importante empresario con varios cientos de empleados. Se limpia los zapatos él solo, pero como ves, muy a menudo los "populares" acaban trabajando de adultos para los "empollones". Ten cuidado la próxima vez que te rías de un empollón, lo mismo acabas pidiéndole trabajo.



· **Impacto de los estereotipos.** Los adolescentes debéis ser conscientes de cómo los estereotipos pueden influir en cómo vemos y nos comportamos con los demás, y cómo pueden contribuir a la discriminación y el prejuicio.



A menudo, hay una presión para conformarse con estas normas, roles y estereotipos lo que puede llevar a los adolescentes a actuar de ciertas maneras para ser aceptados o para cumplir con las expectativas de otros.

ACTIVIDAD 4. APRENDIENDO A RELACIONARNOS.

Tarea 1. Dinámica de Grupo: "Mapa de mis relaciones".

En esta primera tarea vamos a reflexionar sobre la importancia de las diferentes relaciones en nuestra vida.



TAREA. Debemos dibujar un mapa que representa nuestra red de relaciones, incluyendo familia, amigos, compañeros, y relaciones románticas. Luego, debemos hacer una redacción reflexionando sobre cómo estas relaciones nos influyen.

Tarea 2. Role-playing.

En esta tarea vamos a realizar un role-playing donde trataremos de desarrollar habilidades de comunicación y empatía para resolver conflictos.

El profesor elegirá a 2 o 3 estudiantes (según la situación) que deberán improvisar cómo se resolvería cada situación (el profesor podría dar una tarjeta a cada estudiante donde le explica de manera más detallada cómo debe actuar inicialmente su rol, pero el desenlace debe ser improvisado y a elección de los estudiantes).

Situación 1. El malentendido de las redes sociales.

Dos amigos han tenido un malentendido a través de las redes sociales. El "amigo 1" publicó algo que el "amigo 2" interpretó de manera negativa, creyendo que era un comentario indirecto acerca de él. El "amigo 2" sintiéndose herido y molesto, respondió de manera defensiva, lo que llevó a un intercambio de mensajes cada vez más tenso. Ambos están ahora cabreados y se ven en persona por primera vez desde la publicación.

Roles:

Amigo 1: Publicó el mensaje original. No tenía la intención de herir al "amigo 2", pero ahora está molesto por su respuesta.

Amigo 2: Se sintió ofendido por el post del "amigo 1" y respondió defensivamente. Puede que se equivocara, pero luego no le gustó lo que le dijo el "amigo 1" en el intercambio de mensajes.



Situación 2. El conflicto familiar.

Un adolescente y el padre/madre discuten sobre cómo el adolescente planea emplear su tiempo durante el fin de semana. Un hermano mayor ayuda a que puedan llegar a un acuerdo, asegurando que ambas partes sean escuchadas y trabajando hacia una solución que contente a todos.

Roles:

Adolescente: Quiere pasar más tiempo con amigos durante el fin de semana, y evitar acudir a la celebración familiar.

Padre/Madre: Quiere que su hijo/a pase más tiempo con la familia debido a que tienen una celebración importante

Hermano mayor: intenta ayudar a encontrar un equilibrio.



Situación 3. El rechazo de la relación romántica.

La situación comienza con Adolescente 1 expresando sus sentimientos y deseos de romper con su pareja. El Adolescente 2 explica sus propios sentimientos y se niega a que se produzca la ruptura. Después, y por separado, una vez que se ha confirmado la ruptura, ambos discuten con el consejero/Amigo cómo manejar sus emociones y mantener una amistad saludable con su expareja.

Roles:

• **Adolescente 1:** Quiere romper con el adolescente 2.

• **Adolescente 2:** No quiere que se rompa la pareja

Consejero/Amigo: Ofrece apoyo emocional a ambos después de la conversación.



TAREA. Después de cada actuación, entre toda la clase haremos una breve discusión en grupo sobre lo que se hizo bien y qué se podría mejorar.

Tarea 3. Carta a "Mi yo futuro".

TAREA. Vamos a escribir una carta a nuestro "yo" futuro, describiendo nuestras esperanzas, miedos y las responsabilidades que estamos comenzando a asumir.

Tarea 4. Luchando contra los estereotipos.

Comenzamos viendo este vídeo danés que nos recuerda lo fácil que es encasillar a las personas según estereotipos



https://www.youtube.com/watch?v=fXBXOaLcMZg&ab_channel=verne

TAREA. Responde a las siguientes preguntas

- ¿Qué te hizo sentir el vídeo y por qué?
- ¿Qué mensaje crees que el vídeo intenta transmitir sobre las diferencias y similitudes entre las personas?
- ¿De qué manera crees que las "etiquetas" afectan nuestras relaciones con los demás en la escuela, en casa, o en las redes sociales?
- El vídeo menciona distintos grupos, incluidos roles de género y estereotipos. ¿Cómo crees que estos roles y estereotipos afectan nuestras relaciones diarias?
- Después de ver el vídeo, ¿qué acciones específicas podrías tomar para eliminar estos estereotipos en tu vida y en tu entorno más cercano?

7. IGUALDAD DE GÉNERO.

La **IGUALDAD DE GÉNERO** se refiere al principio de dar a mujeres y hombres los mismos derechos, responsabilidades y oportunidades en todas las facetas de la vida. Es una meta fundamental para lograr una sociedad justa y equitativa, y abarca aspectos como la igualdad en el trabajo, la educación, la salud y la representación política, entre otros.

• ¿Por qué conseguir la igualdad de género es importante?

En primer lugar, porque es un derecho humano. Todos los individuos, independientemente de su género, deben tener la misma capacidad para tomar decisiones sobre sus vidas y las mismas oportunidades para poder cumplir sus sueños y proyectos.

En segundo lugar, las sociedades que promueven la igualdad de género suelen ser más desarrolladas y estables. La participación equitativa de mujeres y hombres en todos los aspectos de la vida conduce a un mayor desarrollo social y económico.

• Problemas en la consecución de la igualdad de género.

Aunque se han hecho grandes avances en materia de igualdad de género, todavía hay una serie de problemas que está dificultando que se llegue a una igualdad efectiva.

- **Brecha salarial.** Las mujeres a menudo ganan menos que los hombres por el mismo trabajo, lo cual es un indicador de la desigualdad de género en el ámbito laboral. Se estima que en España las mujeres ganan de media un 15% menos que los hombres por el mismo trabajo.

La **BRECHA SALARIAL** es la diferencia existente entre los salarios recibidos por hombres y por mujeres.

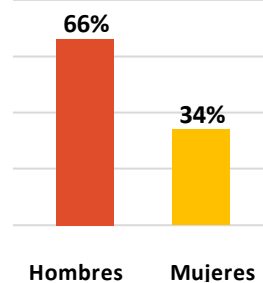
REGIÓN	PARÁMETRO DE CÁLCULO	
	RETRIBUCIÓN ANUAL	RETRIBUCIÓN POR HORA
MUNDO	23%	16%
EUROPA	15,7%	14,1%
ESPAÑA	19,5%	11,9%

Fuentes: Organización Internacional del Trabajo (OIT) Eurostat e Instituto Nacional de Estadística

- **Menor representación en puestos de poder (techo de cristal).** En 2024, las mujeres suponían solo el 34% de los miembros de juntas directivas de las mayores empresas de España (las que más pagan). Además, de las 35 principales empresas de España, la presidencia solo está ocupada por 3 mujeres.

El **TECHO DE CRISTAL** son las dificultades con las que se encuentran las mujeres para ascender en sus trabajos y llegar a puestos de más responsabilidad.

Miembros en las juntas directivas



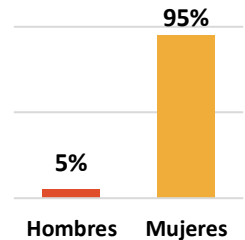
- **Violencia de género.** La violencia de género, incluido el acoso sexual, el abuso y la discriminación, sigue siendo un problema grave en todo el mundo. Esta violencia impide que las mujeres y las niñas alcancen su pleno potencial y participen de manera igualitaria en la sociedad. Según la OMS se estima que un 30% de las mujeres en todo el mundo han sufrido violencia física y/o sexual por parte de una pareja íntima en algún momento de su vida.



- **Desigualdad ante la ley.** Todavía en algunos países (afortunadamente no en España), las leyes y políticas discriminan a las mujeres. Por ejemplo, entre otras muchas cuestiones, las mujeres no pueden acudir a un evento deportivo en Arabia Saudí.

- **Estereotipos sexistas o roles de género.** Son las expectativas sociales sobre cómo deben comportarse las mujeres y hombres. En ocasiones, estos estereotipos suponen barreras que dificultan llegar a la igualdad de género. Por ejemplo, la creencia de que "la mujer debe cuidar de la casa y de los hijos" supone que en muchas ocasiones estas renuncien a toda o parte de su vida profesional. De todas las personas que decidieron reducir su jornada tras tener un hijo, el 95% eran mujeres. El primer año de maternidad el salario femenino se recorta un 11% mientras que el de los hombres no sufre cambios y a largo plazo la brecha se agranda hasta el 28% tras el nacimiento del primer hijo.

Decisión reducción jornada tras tener un hijo



• Visibilidad de los estereotipos sexistas.

Como acabamos de explicar, los estereotipos son las expectativas sociales sobre cómo deben comportarse las mujeres y hombres. Estos estereotipos están muy aceptados en muchas sociedades y tienden a limitar las acciones de las personas según su género.

Algunos ejemplos de estereotipos femeninos son:

- **Emotividad y sensibilidad.** Existe el estereotipo de que las mujeres son naturalmente más emocionales y sensibles que los hombres, lo que puede llevar a la idea de que son menos racionales o menos capaces de manejar situaciones de alta presión. Este puede ser uno de los motivos por los que tienen más dificultades para llegar a puestos de liderazgo.



- **Cuidado del hogar.** Se espera tradicionalmente que las mujeres sean responsables de las tareas del hogar y el cuidado de los niños. De media, las mujeres españolas dedican 5 horas al día a estas tareas frente a las 2 horas y media de los hombres. Esta mayor carga de tareas familiares deja a las mujeres con menos tiempo para trabajar y ganar dinero o para poder formarse y aspirar a mejores salarios, siendo una de las causas de las diferencias de salario.

- **Interés en la moda y la belleza.** A menudo, se asume que todas las mujeres tienen un interés muy grande en la moda, la belleza y el cuidado personal, lo que puede subestimar sus intereses en otros campos.

- **Pasividad y sumisión.** Los estereotipos de género a veces pintan a las mujeres como pasivas y sumisas, lo cual también dificulta que lleguen a puestos de liderazgo.

Algunos ejemplos de estereotipos masculinos son:

- **Fuerza y agresividad.** Se tiende a asumir que los hombres deben ser fuertes, agresivos y valientes. Este estereotipo puede presionar a los hombres para que se comporten de manera dominante y competitiva. “Llora como mujer lo que no supiste defender como hombre”, cuenta la leyenda que le dijo su madre a Boabdil, después de perder Granada.



- **Escasa expresión emocional.** Existe la idea de que los hombres no deben expresar emociones abiertamente, especialmente aquellas que se perciben como signos de vulnerabilidad, como el llanto. ¿Cuántas veces hemos oído “los hombres no lloran”?

- **Independencia.** Los estereotipos de género promueven la idea de que los hombres deben ser independientes y la figura principal o “sostén” de la familia. Eso puede hacer que muchos hombres consideren que el trabajo es lo más importante, y descuiden tareas del hogar y el cuidado de hijos.



- **Sexualidad.** La actividad sexual en los chicos puede ser vista y celebrada como un logro, mientras que en las chicas puede ser muy cuestionada.

Conclusiones.

Es importante que los adolescentes aprendáis a identificar y cuestionar los estereotipos de género en el entorno, como en la familia, la escuela, los medios de comunicación y los amigos. No te dejes influir por estos estereotipos que limitan las elecciones de cómo debes comportarte, vestirte o expresarte, ya seas hombre o mujer.

Combatir estos estereotipos es un paso esencial para conseguir una sociedad más igualitaria y libre de prejuicios, donde todos puedan tomar decisiones sin limitaciones basadas en su género.

• Modelos y relaciones de género igualitarios.

Los **MODELOS Y RELACIONES DE GÉNERO IGUALITARIOS** son un enfoque que busca que las relaciones humanas se basen en la igualdad de derechos, oportunidades y responsabilidades para todos los individuos, independientemente de su género.

Estos modelos buscan acabar con los estereotipos de género tradicionales para que hombres y mujeres puedan participar y contribuir en igual medida.

Algunas condiciones para llegar a estos modelos y relaciones igualitarios son:

- **Igualdad de derechos y oportunidades.** Tanto hombres como mujeres tienen acceso equitativo a recursos, oportunidades laborales, educación, salud y participación política.



- **Reparto equitativo de responsabilidades.** Esto incluye compartir responsabilidades en casa y la participación activa de ambos géneros en la crianza de los hijos.

- **Reconocimiento y respeto mutuo.** Se valora y respeta la contribución de cada género en igual medida.

- **Comunicación y relaciones respetuosas.** Se fomenta una comunicación abierta y respetuosa en las relaciones personales, profesionales y públicas, basada en el respeto mutuo y la igualdad.

- **Eliminación de estereotipos de género.** Los roles tradicionales basados en el género son eliminados a favor de la libertad individual de elección.



Para conseguir estas condiciones, debemos abordar la igualdad en diferentes ámbitos:

- **En el ámbito familiar.** En las familias con relaciones de género igualitarias, las decisiones son tomadas conjuntamente, respetando las opiniones y necesidades de todos los miembros. Las tareas se reparten de manera equitativa independientemente del género.



- **En el ámbito de las relaciones románticas.** Las relaciones románticas se basan en el respeto mutuo y la comunicación abierta. No hay comportamientos que puedan ser juzgados en función de si algo lo hace un hombre o una mujer (debemos eliminar frases como “si lo hace un hombre no pasa nada, pero una mujer no lo puede hacer”).

- **En el ámbito laboral.** Las empresas fomentan igualdad en la contratación y en el ascenso, con independencia del género. Además, ayudan a la conciliación familiar de tanto padres como madres, para que estos puedan tener tiempo para el cuidado de sus hijos.



- **En el ámbito educativo.** El sistema educativo evita los estereotipos de género en las materias y las actividades, y se enseña la igualdad de género desde una edad temprana (como en esta materia, por ejemplo).

- **En la sociedad.** Los medios de comunicación tienen una representación equitativa de hombres y mujeres y buscan desafiar los estereotipos tradicionales.

- **En el ámbito de la política.** Hay leyes que garantizan la igualdad de derechos y protegen contra la discriminación basada en el género. Además, las leyes ayudan a la conciliación de la vida laboral y familiar.



Las relaciones de género igualitarias son fundamentales para el desarrollo de sociedades más justas y una mejor convivencia. Alcanzar este ideal requiere un esfuerzo de todos y continuo para acabar consiguiendo la igualdad y el respeto mutuo entre los géneros.

ACTIVIDAD 5. ROMPIENDO EL MOLDE DE LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO.

Tarea 1. Debate de los roles de género en la sociedad.

A continuación, te presento varios escenarios que te pueden resultar familiares. Vamos a hacer un debate en clase sobre cada uno de estos escenarios, expresando nuestra opinión sobre cada uno de ellos.

Escenario 1: La elección de carrera.

Carlos quiere estudiar enfermería, pero su familia insiste en que elija una carrera "más apropiada para hombres", como una ingeniería.



Escenario 2: Reparto de tareas en casa.

En el hogar de Sara y Lucas (hermana y hermano), se espera que Sara haga la mayoría de las tareas de casa porque es la chica de la familia, mientras que a Lucas se le dan más tareas al aire libre.



Escenario 3: Liderazgo en el proyecto.

Durante un proyecto, automáticamente se asume que Mario será el líder del grupo porque es el único chico.



Escenario 4: Elecciones deportivas.

En la clase de educación física, los chicos son animados a jugar al fútbol mientras que a las chicas se les sugiere jugar al voleibol.



Escenario 5: Expresión emocional.

Leo, un chico en la escuela, es ridiculizado por sus amigos después de mostrar emociones abiertamente al llorar durante una película en clase. Se siente avergonzado sobre cómo debe comportarse para cumplir con las expectativas de "ser hombre".



Escenario 6: Ropa y apariencia.

Juan recibe comentarios negativos de compañeros por no vestir de manera "masculina". A Mirian la critican por vestir muy "provocativa".



Escenario 7: Relaciones con amigos y amigas.

El novio de Paula se enfada mucho con ella porque esta habla con sus amigos que son chicos. Cuando ella le dice que no pasa nada y que además él habla con sus amigas, él le dice que "un hombre lo puede hacer, pero una mujer no".



Escenario 8: Relaciones íntimas.

César ha tenido ya varias relaciones íntimas, y sus amigos le dicen que es un "campeón", a Mireya, que ha hecho lo mismo, le dicen que es una "facilona".

Tarea. Haz una redacción sobre las principales conclusiones que has extraído del debate.

Tarea 2. Diario de observación.

Si miramos un poco a nuestro alrededor podemos ver que todavía estamos rodeados de estereotipos de género y de cierta desigualdad.

TAREA. Vamos a llevar un diario durante una semana, donde registraremos cualquier ejemplo de desigualdad de género o estereotipos que observemos en nuestra vida cotidiana, en los medios de comunicación o en la publicidad.

Tarea 3. Hazlo como una niña.

En muchas ocasiones se usa la frase "lo haces como una niña" cuando se quiere humillar a alguien (curiosamente la frase "lo haces como un niño" no es tan habitual). ¿Cuándo empezamos a decir ese tipo de frases? ¿qué entienden las niñas cuando se usan esas frases como un insulto? El siguiente vídeo te sorprenderá:



https://www.youtube.com/watch?v=wSNYYThX5-g&ab_channel=UpsociVideo

TAREA. Haz una lista de frases del tipo "corres como una niña" o "los hombres no lloran" que contribuyen a mantener estereotipos masculinos o femeninos acerca de cómo hombres o mujeres deben comportarse.

Tarea 4. Viñetas.

Observa la siguiente viñeta:



TAREA. Responde las siguientes cuestiones:

- Explica qué crees que significa la viñeta que se muestra, realizando una breve reflexión al respecto.
- Crea en un folio una viñeta que represente alguno de los conceptos vistos a lo largo de esta unidad, escribiendo tras el folio (y en pequeño) al concepto al que te referías.
- Por último, se mostrarán las viñetas en clase, y entre todos trataremos de adivinar el concepto al que se hace referencia.

8. EL PODER DEL GRUPO.

Imagina un mundo donde cada persona es una isla, completamente aislada de los demás. Bastante aburrido, ¿verdad? Pero también imposible. Desde que nacemos, los demás juegan un papel fundamental en nuestras vidas. Familia, amigos, compañeros de clase, equipos deportivos... todos estos grupos moldean quiénes somos y quiénes llegaremos a ser. En la adolescencia, esta influencia aumenta. Los grupos a los que perteneces pueden cambiar tu forma de vestir, hablar, e incluso pensar. Son como espejos que reflejan diversas versiones de ti mismo, y a través de ellos, comienzas a ver y a entender quién eres realmente. Cada risa compartida, cada desafío enfrentado en equipo, y cada nuevo descubrimiento contribuye a tu identidad.

Pero, ¿alguna vez te has detenido a pensar en cómo estos grupos influyen en ti? ¿O cómo tu presencia influye en ellos? Sigue leyendo, pequeño Padawan.

• Desarrollo personal dentro del grupo.

Descubriendo el Yo en el Nosotros.

¿Alguna vez te has sentido diferente dependiendo de con quién estás? Tal vez eres el cómico en tu grupo de amigos, pero en casa, te conviertes en el hermano responsable. O quizás en el equipo de fútbol eres el estratega silencioso, mientras que en la clase, tu creatividad habla por ti. Esto no significa que estés fingiendo, o como decís vosotros “que seas un falso”, es todo parte de descubrir las muchas facetas del diamante que eres.

Los grupos son muy importantes para descubrir nuestro verdadero “yo”:

- Los grupos son como laboratorios para el autodescubrimiento. Ofrecen un espacio seguro donde puedes probar nuevas ideas, explorar diferentes intereses y conocer talentos ocultos. Al compartir ideas, enfrentarlos a proyectos en grupo y simplemente pasar tiempo juntos, empiezas a entender tus pasiones, tus miedos, tus fortalezas y tus áreas de mejora. Tal vez descubras una paciencia que no sabías que tenías, o un coraje que surge solo cuando alguien más lo necesita. Es como mirarte en un espejo de 360 grados, donde ves reflejadas todas tus facetas.

- Los grupos te permiten experimentar con estas identidades. Aquí, en la seguridad de tus compañeros, empiezas a probar diferentes máscaras, no para esconderte, sino para revelar quién eres realmente. ¿Eres el cómico, el pensador profundo o el líder natural?

- Los grupos permiten desempeñar roles y responsabilidades. Cada grupo viene con un reparto de personajes, y tú desempeñas uno de esos roles principales. Al hacerlo, aprendes mucho más que a desempeñar una tarea. Aprendes a negociar, a escuchar y a hacer que tu voz sea escuchada. Como capitán del equipo, por ejemplo, no solo guías la estrategia de juego, sino que aprendes a motivar a tus compañeros. Como delegado de clase, descubres cómo escuchar opiniones mientras negocias con los profesores. En cada rol que asumes, desarrollas un conjunto de habilidades—como liderazgo, comunicación, empatía—que te acompañarán mucho después en la vida.



- Los grupos proporcionan apoyo y suponen desafíos. Los grupos son una red de seguridad. Te atrapan cuando caes y te empujan hacia arriba para que saltes más alto. Pero también pueden ser una pista de obstáculos. En el deporte o en los proyectos de grupo, enfrentas desafíos, a veces, la dinámica del grupo puede ser complicada—diferentes personalidades chocan, y los conflictos surgen. Sin embargo, estos desafíos son oportunidades disfrazadas, es a través de estos momentos difíciles donde realmente creces. Aprendes a resolver conflictos, a defender tus ideas y a hacer compromisos. Y lo más importante, aprendes a confiar en tu propia capacidad para enfrentar y superar desafíos.

• Influencia del grupo en el individuo.

La presión de grupo.

La presión de grupo no es solo un topicazo de las películas de adolescentes; es una realidad que puede sentirse en los pasillos de la escuela, en las canchas deportivas y en las pantallas de nuestros teléfonos. Pero ¿qué es exactamente?



La **PRESIÓN DE GRUPO** es esa sutil (y a veces no tan sutil) fuerza que hace que los individuos se sientan obligados a mantener las opiniones o comportamientos del grupo para ser aceptados o valorados.

Gestionar la presión de grupo es complicado. Por un lado, seguir lo que piensan o hacen los demás puede ser cómodo, y puede hacerte sentir parte de algo. Sin embargo, también puede acabar con tu personalidad y hacer que te comportes de manera que no quieres.

¿Cómo reconocer la presión de grupo? Debes aprender a distinguir cuándo tus decisiones están siendo influenciadas por otros. ¿Te sientes cómodo con tus elecciones o estás cediendo a lo que los demás esperan que hagas?

¿Cómo mantener tu personalidad? Reflexiona sobre tus valores, creencias y objetivos. Observa cómo tu grupo puede llevarte a comportamientos que no coinciden con tus valores o intereses personales.



¿Cómo resistir a la presión? Antes de tomar decisiones, especialmente en situaciones de grupo, tómate un momento para reflexionar. Pregúntate si esta decisión refleja quién eres y lo que realmente quieres. Si no quieres hacer algo, no lo hagas. Debes desarrollar la habilidad de asertividad, saber decir “NO” de manera firme pero respetuosa.

¿Qué pasa si me excluyen? Debes aprender a manejar el rechazo. No siempre es fácil ir en contra de la corriente. Puede haber momentos en que te sientas excluido o rechazado. Aprende a manejar estos sentimientos recordando que tu autorrespeto es más valioso que la aprobación temporal de otros.



Si todo esto no funciona: encuentra tu Tribu. Busca y conecta con personas que compartan tus intereses y valores. Encontrar tu grupo puede llevarte a relaciones más auténticas y satisfactorias. Rodéate de personas que respeten y apoyen tu derecho a ser diferente.

Celebrando la diversidad: más allá de las etiquetas.

La diversidad en los grupos se refiere a las diferencias entre sus miembros, que pueden incluir variaciones en términos de cultura, raza, género, orientación sexual, edad, capacidades físicas y mentales, nivel económico de la familia y mucho más. Pero la diversidad va mucho más allá de algunas diferencias obvias, incluye una variedad de experiencias, creencias, personalidades, habilidades y sueños.



- **Beneficios de la diversidad.** La diversidad enriquece los grupos al aportar una gran variedad de puntos de vista, habilidades, experiencias etc. Como adolescente puedes beneficiarte de aprender al formar parte de un grupo con personas muy diferentes, lo que te permite ampliar tu mentalidad.

- **Respeto y apreciación.** Aprender a respetar y apreciar las diferencias es clave para el desarrollo de una sociedad. Como adolescentes debéis aprender a respetar y valorar las diferencias en culturas, religiones, razas y orientaciones sexuales. Esto incluye el reconocimiento de que cada persona es única y merece ser tratada con dignidad y respeto, independientemente de sus diferencias.

Estrategias para manejar conflictos y llegar a una convivencia positiva.

Donde hay diversidad, puede haber tensión. Pero aquí está el secreto: el conflicto no tiene que ser destructivo. Puede servir para el crecimiento.

Para llegar a una convivencia positiva dentro de las diferencias del grupo es necesario:

- **Comunicación abierta.** Comunicarse cuando existen diferencias y hacerlo de forma respetuosa es crucial. Esto implica escuchar activamente, expresar pensamientos y sentimientos de manera clara y constructiva, y evitar malentendidos.



- **Empatía.** Animar a los miembros del grupo a ponerse en el lugar del otro y considerar diferentes puntos de vista. Comprender los sentimientos y motivaciones de los demás puede reducir las tensiones y fomentar la tolerancia.

- **Identificar intereses comunes.** En lugar de centrarse en los aspectos que te separan de los otros miembros del grupo, es mejor enfocarse en aquello que os une. Es decir, en encontrar intereses comunes o metas compartidas que puedan unir al grupo, incluso cuando existan diferencias.



- **Tolerancia.** Fomentar la tolerancia implica aceptar y convivir con personas que son diferentes a nosotros. Esto no significa necesariamente estar de acuerdo en todo, sino respetar las diferencias y aprender a convivir.

- **Inclusión activa.** Incluir activamente a todos los miembros del grupo en las actividades y asegura que todos se sientan valorados. Si organizas una fiesta o una actividad, lo normal es que incluyas a todos los miembros del grupo, a pesar de que puedan existir diferencias. Incluso, puedes abrir las puertas a nuevas personas que quieran unirse a tu grupo.

Un grupo verdaderamente inclusivo no solo abre sus puertas a todos, sino que también invita a todos a bailar.



- **Toma de decisiones colaborativa.** Involucrar a todos los miembros del grupo en el proceso de toma de decisiones puede aumentar el compromiso y la satisfacción, así como disminuir la probabilidad de conflictos. Esto demuestra que se valora la aportación de todos.

- **Resolución de Conflictos.** Aprender a manejar y resolver conflictos de manera pacífica y constructiva es fundamental para la convivencia. Esto incluye reconocer las causas de los conflictos, buscar soluciones justas y restaurar relaciones dañadas. Si has discutido con un amigo, ¿no sería mejor tratar de solucionarlo? ¿tiene sentido que por un conflicto dejéis de hablaros?



Una convivencia positiva en los grupos no solo mejora la calidad de vida de sus miembros, sino que también fortalece a toda la sociedad. Al valorar la diversidad y el respeto mutuo, los adolescentes podéis contribuir a un mundo más justo y armonioso.



ACTIVIDAD 6. NOS RELACIONAMOS EN GRUPOS.

Tarea 1. Mapa de identidades.

En esta actividad vamos a reflexionar sobre las diversas identidades que cada uno asume en diferentes contextos.

TAREA. Vamos a crear un "mapa de identidades" donde representaremos las diferentes facetas de nosotros mismos según el grupo en el que nos encontremos (familia, amigos, equipo deportivo, etc.). Debemos indicar cómo la identidad que tengo en cada grupo influye en mi comportamiento.



Tarea 2. El espejo de 360 grados.

Ahora vamos a comprobar cómo los demás ven nuestras múltiples facetas. En grupos pequeños, todos vamos a dar nuestra opinión de los aspectos positivos que tiene cada uno del grupo. Es importante que destaquemos fortalezas, talentos y aspectos únicos.

TAREA. Una vez acabado, haremos una reflexión sobre cómo nos ven los demás y explicamos si esto coincide con lo que nosotros pensábamos o si nos ha sorprendido.

Tarea 3. Role-playing de presión de grupo.

Vamos a comprobar la clásica presión de grupo que se ejerce sobre un compañero o amigo. Para ello tenemos diferentes escenarios:

Escenario 1. Un grupo de amigos empiezan a beber alcohol en una fiesta y empiezan a presionar a otro amigo que no quiere beber para que lo haga.



Escenario 2. Un grupo de amigos acuerdan que van a dejar de invitar a otro porque les cae mal y presionan a otro amigo que se niega para que él también le excluya.

Escenario 3. Un grupo de compañeros de clase decide hacerle una broma pesada a otro estudiante. Un miembro del grupo se siente incómodo y no quiere hacerlo, pero los demás le insisten en que lo haga.



Vamos a simular en clase estos 3 escenarios realizando un role-playing. En grupos pequeños varios de vosotros ejerceréis de "presionadores" intentando convencer a la persona que se niega a realizar la acción que vosotros queréis hacer.

En todas las situaciones aquellos que ejercen la presión deben dar argumentos de por qué está bien llevar a cabo su acción. La persona presionada debe mantenerse firme dando argumentos de por qué no quiere realizar dicha acción.

TAREA. Responde las siguientes cuestiones.

a) Reflexiona sobre ejemplos de tu vida donde hayas experimentado algo similar (ya sea como presionador o como presionado) y explica como actuaste en esas situaciones. ¿Actuarías ahora igual?

b) ¿Qué estrategias se pueden usar para resistir a la presión?

Tarea 4. La presión de grupo y la conformidad social.

Veamos los siguientes vídeos:



Experimento de conformidad social | Sesgo de arrastre | Neuronas espejo.

Agustín Blanco - Podca...
707 suscriptores

Suscribirse

137

Compartir

https://www.youtube.com/watch?v=GaU8ngstOS8&ab_channel=Agust%C3%ADnBlanco-PodcastLibertas



Influencia Social

Disaster Drawer
3,82 K suscriptores

Suscribirse

2,8 K

Compartir

https://www.youtube.com/watch?v=aaAqNXsW9A4&ab_channel=DisasterDrawer

TAREA. Vamos a debatir sobre por qué creemos que ocurren estas situaciones. Podemos compartir con nuestros compañeros las experiencias de algunas veces en las que nos hemos sentido presionados a actuar de cierta manera para encajar, y cómo manejamos esa situación.

Tarea 5. Celebramos nuestra diversidad.

Ahora toca sentirnos orgullosos de nuestra diversidad.

TAREA. Responde a las siguientes preguntas:

a) Vamos a compartir historias personales donde resaltemos aspectos únicos de nuestra identidad, cultura, o experiencias de vida.

Una vez acabado, vamos a crear de un mural colectivo donde cada uno aportará un elemento que nos represente. Puede ser un objeto, una foto representativa, etc.

b) Entre todos, vamos a crear un acuerdo de convivencia para nuestra clase, destacando normas y compromisos concretos que ayuden a tener un ambiente positivo y respetuoso (por ejemplo: algunas normas pueden ser: no interrumpir cuando otro habla, ayudar al compañero que me lo pida, mantener limpia la clase, etc.).

9. PROCESOS DE TRANSICIÓN A LA VIDA ADULTA.

La transición de la adolescencia a la adultez es un período crucial en la vida. Sin embargo, este camino no se recorre de la misma manera en todas partes del mundo. La transición está muy influenciada por la cultura y la sociedad en la que creces.

• Ritos de paso y variaciones culturales.

Muchas culturas tienen ritos de paso que marcan la transición a la adultez. Estos pueden incluir ceremonias, pruebas o iniciaciones que simbolizan el final de la infancia y el comienzo de las responsabilidades adultas.

Por ejemplo, en Japón, la ceremonia del "Seijin Shiki" celebra a los jóvenes que alcanzan la mayoría de edad a los 20 años, vistiéndose con trajes tradicionales y participando en ceremonias locales. En contraste, los jóvenes amish en Estados Unidos y Canadá experimentan el "Rumspringa", un período de exploración y libertad antes de decidir comprometerse con la vida comunitaria amish. En varios países de América Latina existe el rito de la quinceañera, una celebración tradicional que marca la transición de una niña a la mujer adulta al cumplir 15 años.



En otras culturas, la edad adulta está asociada con la edad legal de la mayoría, mientras que en algunas otras, está más relacionada con eventos sociales o económicos, como el matrimonio o el inicio de una carrera profesional.

Impacto de la globalización.

A medida que el mundo está más conectado, **la globalización ha comenzado a reducir las diferencias entre culturas en esta transición.** La mayoría de edad legal, por ejemplo, tiende a ser alrededor de los 18 años en muchos países, marcando un punto de transición reconocido globalmente.



Sin embargo, incluso en esta era de conexión global, las tradiciones culturales continúan desempeñando un papel crucial. La globalización no ha borrado estas prácticas; en muchos casos, ha reforzado la importancia de mantener vivas las tradiciones como un medio para mantener la cultura.



Además, no podemos olvidar las diferencias entre personas. Algunos jóvenes pueden enfrentar esta etapa con un claro sentido de dirección, mientras que otros pueden sentirse abrumados por las posibilidades y presiones.

• Factores que influyen en la transición a la vida adulta y en la adquisición de autonomía.

La autonomía, ese dulce sabor de la libertad combinado con la responsabilidad de tomar tus propias decisiones, es un momento clave en el camino hacia la adultez. En el mundo actual, varios factores influyen en cómo los jóvenes transitan hacia la vida adulta y adquieren autonomía.

- Más y mejor educación. La educación obligatoria se ha visto aumentada en los últimos años, así como la expectativa de permanecer más años recibiendo formación (con carrera universitaria, formación profesional o incluso másteres). Los jóvenes pueden sentir presión para tomar decisiones educativas y profesionales importantes desde muy jóvenes. La duración y el enfoque de la educación pueden afectar el camino hacia la adultez, ya que se considera que acabar los estudios es un paso importante para llegar a la vida adulta.



• Impacto en la autonomía. En algunos países se espera que los jóvenes empiecen a trabajar cuanto antes, incluso combinando sus estudios, lo que puede adelantar su transición a la vida adulta. En otros países se espera que los jóvenes tengan una educación superior, lo que retrasa la búsqueda de empleo y la independencia económica.

- Menos oportunidades de empleo y vivienda. Las oportunidades de empleo han cambiado, influenciando cuándo y cómo los jóvenes se consideran adultos. Muchos jóvenes de hoy se enfrentan a la dificultad de encontrar un empleo bien pagado, además de la escasez de vivienda asequible.



• Impacto en la Autonomía. En algunos casos, las dificultades para encontrar empleo o vivienda pueden retrasar la independencia financiera y la formación de un hogar propio, algo que en muchas ocasiones se considera clave para llegar a la adultez.

- Redes sociales y tecnología. Las redes sociales y la tecnología han transformado las formas de relacionarnos. Estos medios también ofrecen nuevas vías para expresarnos o incluso de aprender por nosotros mismos a través de internet. Sin embargo, con grandes poderes vienen grandes responsabilidades. La tecnología también puede ser una espada de doble filo, presentando desafíos de privacidad, seguridad y bienestar mental.

• Impacto en la Autonomía. El aumento en el acceso a la información y en la capacidad de aprender por uno mismo puede contribuir a llegar antes a la adultez, pero también puede generar dependencia y desafíos en la gestión del tiempo, lo que podría retrasarla.



- Cambios socioculturales. Cambios en las normas sociales y culturales, como la postergación del matrimonio y la paternidad, también han influido en cómo se define y se experimenta la adultez.

• Impacto en la Autonomía. Algunos jóvenes pueden vivir con sus familias durante más tiempo debido a factores económicos o culturales.