



# Iguales en casa

APRENDEMOS EN IGUALDAD

GUÍA COEDUCATIVA PARA PADRES Y MADRES

AMPA Federico García Lorca – IES La Roda



Asociación de Padres de Alumnos

**FEDERICO GARCÍA LORCA**

La Roda de Andalucía (Sevilla)



**Junta de Andalucía**

Consejería de Educación y Deporte



Photo by [Kelly Sikkema](#) on [Unsplash](#)

## Contenido

PALABRAS DEL AMPA .....	3
PRESENTACIÓN DEL IES LA RODA.....	3
INTRODUCCIÓN .....	4
OBJETIVOS.....	4
TODO EL MUNDO QUIERE LA IGUALDAD.....	5
...PERO EL CAMINO NO HA SIDO FÁCIL.....	5
RECONOCER LA REALIDAD.....	6
LA FAMILIA ES UNA ESCUELA DE IGUALDAD .....	6
IGUALES Y DIFERENTES.....	7
COSAS DE NIÑOS Y COSAS DE NIÑAS.....	8
LA CORRESPONSABILIDAD .....	10
LA COMUNICACIÓN .....	11
LOS BUENOS TRATOS.....	12
... TAMBIÉN EN LA PAREJA .....	13
RECURSOS .....	14



## PALABRAS DEL AMPA

Desde la dirección del AMPA IES La Roda consideramos necesaria y fundamental nuestra contribución a la prevención de la violencia de género, a través de una formación que promocióne la igualdad.

Es por ello que hemos incluido en nuestro Proyecto de Coeducación para el curso 20/21 "APRENDEMOS EN IGUALDAD", la elaboración de una Guía dirigida a Padres y Madres como un instrumento de apoyo útil para las familias en la ardua tarea que implica la educación de los hijos e hijas, ayudándonos a introducir cambios de actitud que favorezcan la igualdad de Género.

## PRESENTACIÓN DEL IES LA RODA

*Lo importante es saber qué se puede cambiar, qué se debe cambiar y cómo hacerlo.*

José Antonio Marina

Nuestra sociedad necesita herramientas para la detección y la prevención de la desigualdad. Las familias, junto a los centros educativos, deben trabajar conjuntamente para construir las bases de una convivencia en igualdad. La Guía que se presenta a continuación pretende ser una de esas herramientas para las familias que, como agentes activos de la comunidad educativa que son, les pueda servir para avanzar en la construcción de una sociedad más justa e igualitaria. Tenemos por delante grandes retos, entre ellos están superar estereotipos, rechazar todo tipo de discriminación y conseguir una igualdad efectiva entre hombres y mujeres. Por ello, debemos aspirar a conseguir objetivos como la corresponsabilidad, la autonomía y el compromiso en nuestros hijos e hijas y en nuestro alumnado. Es por lo que esta acción coeducadora debe instalarse también en el ámbito privado, en la vida familiar. Para que la igualdad se instale a lo largo de sus vidas, dentro y fuera del entorno escolar, el profesorado, las familias y el resto de la comunidad educativa en coordinación con las entidades locales, debemos crear las condiciones, los modelos y el acompañamiento necesario para que estos cambios se produzcan.

APRENDEMOS EN IGUALDAD



M<sup>a</sup> Isabel Muñoz Páez

Coordinadora del Plan de Igualdad

IES La Roda

## INTRODUCCIÓN

La educación es ese proceso socializador por el que las personas desarrollamos plenamente nuestras capacidades y aprendemos a vivir en sociedad.

Durante siglos las mujeres no tenían acceso a la escuela -ni a muchas otras cosas- mientras que los hombres -unos más que otros- sí podían. Con esto se enseñaba que hombres y mujeres tienen diferentes derechos y que juegan papeles diferentes en la familia y en la sociedad.

Los tiempos avanzan y tenemos leyes en las que hombres y mujeres tienen formalmente los mismos derechos. Este gran logro social aún es insuficiente hasta que consigamos la igualdad real: tener las mismas oportunidades, superando estereotipo y, prejuicios por sexo, orientación sexual, raza o procedencia, etc.

Las pequeñas personitas de nuestra familia, que desde edad muy temprana acuden al colegio y después al instituto, aprenden viendo nuestras actitudes y nuestro comportamiento, se educan siguiendo nuestro ejemplo. Por eso es tan importante que reflexionemos cómo estamos educándoles, si somos un buen modelo, si estamos llenando su mochila de herramientas que le van a ayudar a caminar por la vida con felicidad o, por el contrario, estamos cargándoles de prejuicios y mandatos limitantes.

La profesora Elena Simón dice que la Coeducación es "la buena educación". Es decir que COEDUCAR es EDUCAR BIEN, es hacerlo en condiciones de igualdad para ambos todas las personas, sin poner límites al aprendizaje en el escuela y en casa.

## OBJETIVOS

- ◉ Apoyar a padres y madres en su tarea educativa a través de la aportación de recursos concretos.

APRENDEMOS EN IGUALDAD



- ◉ Fomentar el sentido de pertenencia al grupo que transforma la sociedad "Yo estoy con la Igualdad".
- ◉ Favorecer el bienestar de la familia. Tener relaciones saludables con el entorno de una misma y uno mismo.

## TODO EL MUNDO QUIERE LA IGUALDAD...

En la últimas décadas se han producido grandes cambios en la lucha por la igualdad y contra la violencia machista. En un gran número de países se promulgan leyes que acaban con la desigualdad formal y se enfrentan a la violencia contra las mujeres que estaba "normalizada".



En España, la constitución de 1978 abre un camino hacia la igualdad que se va completando con leyes para que las mujeres tengan los mismos derechos que los hombres, así como que otros colectivos dejen de estar discriminados por su orientación sexual:

- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.
- Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.
- Ley 13/2007, de 26 de noviembre, de medidas de prevención y protección integral contra la violencia de género. (de Andalucía)

***En estas normativas se refleja la necesidad de la educación como un instrumento necesario para el cambio de mentalidad de las nuevas generaciones.***

## ...PERO EL CAMINO NO HA SIDO FÁCIL.



No fue hasta mediados del siglo XX que las Naciones Unidas proclamaron la Declaración Universal de los Derechos Humanos, documento que han

**OS EN IGUALDAD**



firmado todos los países. Es el primer documento que declara la plena igualdad de hombres y mujeres, esto quiere decir que la igualdad de todas las personas es un principio que lleva apenas unos instantes en la larga Historia de la humanidad.

Pincha en el enlace para ver un vídeo: <https://youtu.be/ljHx 5g BHw>

## RECONOCER LA REALIDAD

Es cierto que el mundo ha avanzado gracias a aquellas personas, especialmente mujeres, que no se conformaron con el mundo en que nacieron y quisieron dejarlo un poco mejor para sus hijos e hijas, pero aún queda mucho por hacer.

Lo primero es ver la realidad:

### *Preguntas para la reflexión:*

- Imaginando el mundo de tu abuela ¿Crees que ha habido avances en la igualdad de derechos entre hombres y mujeres?
- ¿Crees que ya se ha conseguido la igualdad real? (En derechos, salarios, responsabilidades, obligaciones, seguridad, etc.)
- ¿En qué cuestiones se podría avanzar en igualdad en el mundo, en el pueblo, en el colegio, en tu casa?

## LA FAMILIA ES UNA ESCUELA DE IGUALDAD

*"La Tierra no es una herencia de nuestros padres, sino un préstamo de nuestros hijos"* dice un proverbio indio.

Esto quiere decir que depende de las personas de hoy lo que les quede a nuestros hijos e hijas, no sólo en cuanto a los recursos





naturales, sino también cultura, los valores, las libertades y las oportunidades. Padres y madres jugamos un papel imprescindible en la educación de las criaturas: si la escuela es su segunda familia, la familia también es su escuela.

Pincha en el enlace para ver un vídeo: <https://youtu.be/82eoG9sixnQ>

## IGUALES Y DIFERENTES

En casa y en el instituto todas las personas somos IGUALES en derechos y responsabilidades - adaptadas a su edad y situación - sea cual sea su sexo, su raza, su procedencia, su nivel económico, etc. Y al mismo tiempo, cada persona es única, como nos recuerda este poema de Virginia Satir:

*En el mundo no hay nadie como yo.*

*Me pertenecen mi cuerpo incluyendo lo que hace,  
mi mente, incluyendo mis ideas y pensamientos,  
mis sentimientos, incluyendo mis angustias, mis alegrías,  
mis frustraciones, mis amores, mis decepciones.*

*Me pertenecen mis fantasías y mis sueños,  
mis esperanzas y mis temores.*

*Me pertenecen mis triunfos y mis éxitos,  
mis fracasos y mis errores.*

***Soy responsable de lo que siento y lo que  
pienso.***

*Tengo herramientas para sobrevivir y encontrar armonía y orden  
en el mundo de la gente y de las cosas.*

*Tengo herramientas para convivir, ser productiva.*

**APRENDEMOS EN IGUALDAD**



*Me pertenezco y, por*

*tanto, puedo construir y construirme.*



## COSAS DE NIÑOS Y COSAS DE NIÑAS

Tenemos claro que las personas somos iguales y, aunque en cualquier tema del que hablemos, automáticamente, clasificamos en cosas de



niños y cosas de niñas, vamos aprendiendo que no hay fundamento para esas clasificaciones:

Ni las faldas son de mujer, ni el traje con corbata de hombre, y una chica puede llevar el pelo corto y un chico el pelo largo: la



persona está más allá de la apariencia.

Incluso vamos comprendiendo que los sentimientos no tienen sexo:



# APRENDAMOS EN IGUALDAD





## Los niños

*pueden desahogarse llorando, y las niñas no "se ponen feas" cuando se enfadan.*

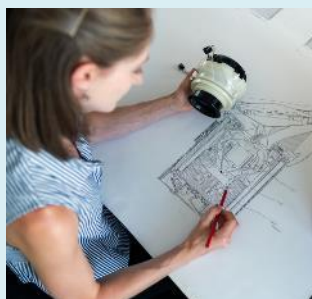
### Imagina



Si eres mujer ¿Cómo sería tu vida si en lugar de ser una mujer fueras un hombre?

Si eres hombre ¿Cómo sería tu vida si en lugar de ser un hombre fueras una mujer?

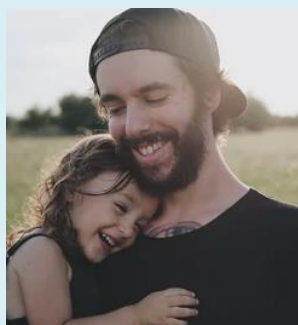
Las diferencias que encuentres te ayudarán a ver los diferentes mensajes que transmites a tu hijo o a tu hija sobre CÓMO DEBE SER por ser un hombre o una mujer.



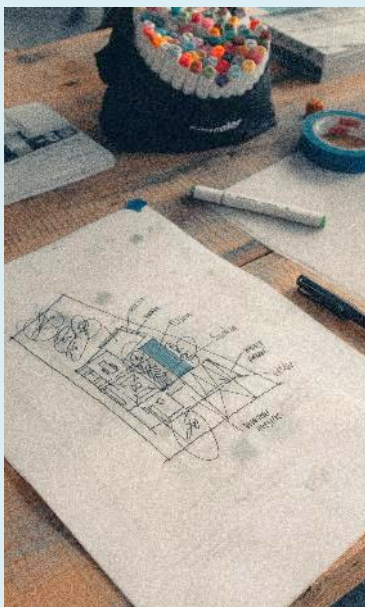
Actualmente, una mujer puede llegar a ser médica o ingeniera porque muchas de las barreras legales y formales ya no existen. Sólo quedan las barreras culturales: las que están en

nuestra mente si nos cuesta confiar en una mujer mecánica, o arquitecta; o si lo que le deseamos a nuestra hija para su vida es, principalmente, que encuentre un buen marido.

También los niños pueden hacer sus sueños realidad si su pasión es la danza, o si se imagina su futuro como un padre cuidador, que sabe escuchar a sus criaturas, limpiar o hacer la comida.



***Porque cuidar es la primera forma de amar.***



## El plano de la casa

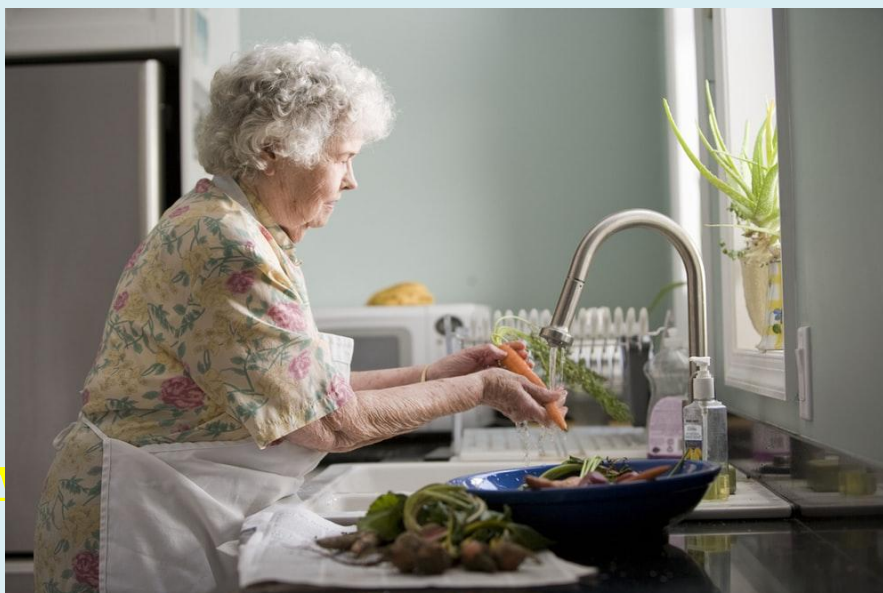
Un ejercicio para observar la realidad familiar:

- a) En primer lugar, se trata de trazar en un folio o una cartulina un plano de la casa en la que vive la familia, tratando que estén bien representados las diferentes habitaciones.
- b) El siguiente paso es dibujar a cada persona en los lugares en los que suele estar y/o pasa más tiempo. Vemos así el reparto de espacios.
- c) Después anotamos qué actividades son realizadas en cada espacio. Aquí se aprecia el reparto de tareas, y los acontecimientos más significativos o que más se repiten.
- d) Anotamos también qué emociones se viven en cada habitación: dónde hay más alegría, dónde ocurren los conflictos, etc. Así, tomamos conciencia de la vida emocional.

## LA CORRESPONSABILIDAD

Quizás encontramos en ese plano de la casa que todas las personas colaboran para que la familia funcione ¡FENOMENAL!

Pero, a veces, puede ser que el peso de las tareas de casa no esté bien repartido y una o varias personas se ocupan de la mayoría de las tareas básicas: la organización, la relación con el profesorado, las citas médicas, la compra, la comida, la ropa, la limpieza, etc. Sin estas tareas la casa no puede funcionar pero, al ser un trabajo





que nadie paga, no nos  
cuenta de su importancia.

Repartir equitativamente las tareas de la casa es cuestión de justicia. Al compartir la responsabilidad, chicos y chicas aprenden por igual el valor del trabajo que sirve para cuidar a la familia. También aprenden que no es justo explotar a nadie ni dejarse explotar por nadie, y además...

*... las tareas domésticas enseñan a hijos e hijas a ser responsables de sus propias vidas y a convivir respetando a las demás personas.*



## LA COMUNICACIÓN

Los principales mensajes familiares los transmitimos con nuestro comportamiento. Decíamos que los niños y las niñas hacen lo que ven. También comunicamos con los gestos cotidianos o en los momentos especiales: regalar una muñeca o un balón en el cumpleaños enseña cosas diferentes: mientras que con una muñeca se aprende a cuidar, un balón nos anima a practicar deporte, casi seguro fútbol. Compartir los juegos sin prejuicios sexistas amplía los horizontes, enseña muchas habilidades a chicos y chicas, y les presenta un futuro sin límites.



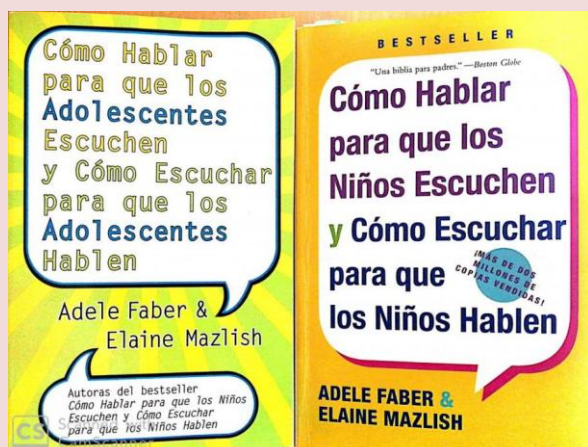
APRENDEMOS EN IGUALDAD



Las tareas asignadas a cada persona también enseñan cuál "debe ser" su posición en la sociedad:

### **También nuestra forma de hablar crea la realidad:**

- Usando un lenguaje igualitario, en el que todas las personas se sientan incluidas, hacemos que todas las personas sientan que son tenidas en cuenta.
- Utilizando un tono respetuoso enseñamos que el respeto es importante en la familia. Podemos criticar un comportamiento, e incluso imponer una sanción, sin descalificar o humillar a los hijos e hijas.



Nunca recibimos clases donde nos enseñaran a ser padres y madres. Hemos ido aprendiendo con la práctica, a veces acertando y a veces equivocándonos.

Tenemos la posibilidad de seguir aprendiendo con sistemas clásicos como los libros o las escuelas de familia, y con las nuevas tecnologías que nos permiten

hacer cursos online. ¡NUNCA ES TARDE!

## LOS BUENOS TRATOS...



La familia también es la escuela de BUENOS TRATOS. El diálogo, la valoración y el respeto que aprenden en casa les sirven para toda su vida.

Esa es la importancia de aprender a comunicarse. Quien sabe escuchar y sabe explicarse puede resolver mejor los conflictos y no se acumulan hasta que la casa es un infierno.

# EMOS EN IGUALDAD



Una de las primeras estrategias es que nuestras criaturas se sientan respetadas porque escuchamos sus necesidades, les ponemos límites cuando se pasan, nos disculpamos cuando nos equivocamos. Y usamos siempre las PALABRAS MÁGICAS:

***por favor, perdón, gracias, te quiero***

Si queremos que tengan límites tenemos que ponérselos diciéndoles que no y manteniéndonos firmes. Y también tenemos que respetar cuando se niegan a algo (siempre que su salud o su seguridad no esté en juego). Encajar su NO les ayudará a defenderse cuando alguien les quiera hacer daño.

Resolver los conflictos es un arte difícil que precisa de mucha atención y paciencia porque, a menudo, todo el mundo tiene su parte de razón. Por eso es imprescindible entender que es mejor perder un



poco para que todo el mundo gane. Mejor negociar que derrotar.

## ***... TAMBIÉN EN LA PAREJA***

Vivir los buenos tratos es la familia es la mejor manera de prevenir la violencia en el futuro. Queremos que vivan una vida feliz con otras personas, que respeten y que les respeten, que vivan en igualdad.

***Hay que hablarles de los "temas difíciles"***

Probablemente nuestro padre o nuestra madre no nos hablaron demasiado de los temas complicados: del amor en la pareja, de cómo

**APRENDEMOS EN IGUALDAD**



convivir, de la sexualidad, los celos o de cómo criar a los hijos e hijas. Y puede ser que nos cueste porque sentimos que no tenemos la preparación o que no nos quieren escuchar.

Pero es muy importante: si no le hablas tú, les hablará la tele, internet, las películas o las canciones, y puede ser que aprendan las cosas de una forma que no te guste.

Así que vamos a seguir aprendiendo para seguir dándoles la educación que queremos que tengan. Son las mujeres y los hombres del mañana, y serán felices con tu ayuda.



Para la vida en pareja es importante enseñarles a detectar los mitos del amor romántico, que puedes revisar en el siguiente vídeo de la experta Carmen Ruiz Repullo.

<https://www.youtube.com/watch?v=zFPt0esIlnQ>

En la página siguiente adjuntamos enlaces a diferentes recursos que te pueden ayudar en tu responsabilidad como madre y como padre.

**¡Ánimo!**

## RECURSOS

Otras Guías de Coeducación:

- Guía de Coeducación. Síntesis sobre la Educación para la Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres. <https://bit.ly/2TQ4g2b>

**APRENDAMOS EN IGUALDAD**



- VIVIR EN IGUALDAD.

didáctica sobre coeducación.. <https://bit.ly/3ipQLsI>

#### Sobre corresponsabilidad:

- Guía de corresponsabilidad. La corresponsabilidad también se enseña.

<https://bit.ly/3pwOAoN>

- Vídeo Corresponsabilidad en las tareas del hogar.

<https://www.youtube.com/watch?v=3cXXiPE1qE>

- Vídeo Conciliación y corresponsabilidad:

<https://www.youtube.com/watch?v=Bjrvl5UM7KQ>

#### Prevención de violencia de género en la adolescencia:

- Vídeo *Pepa y Pepe*. La escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia. Carmen Ruiz Repullo.

<https://www.youtube.com/watch?v=IpaabDdQN08>

- Cómic: *Pillada por ti, la historia de Olivia y Martín*.

<https://bit.ly/3iq6qbK>

-Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género.

<https://bit.ly/3pwrezx>

#### Sobre las nuevas Tecnologías:

- JÓVENES, OCIO Y TIC. Una mirada a la estructura vital de la juventud desde los referentes del tiempo libre y las tecnologías-

<https://www.coeducacion.es/wp->

[content/uploads/2020/02/jovenes ocio tic.pdf](https://www.coeducacion.es/wp-content/uploads/2020/02/jovenes_ocio_tic.pdf)

#### Sobre lenguaje igualitario:

- ¿Piensas como hablas? Guía didáctica para un uso igualitario del lenguaje.

<https://www.coeducacion.es/wp->

[content/uploads/2020/04/Guia Piensas como hablas.pdf](https://www.coeducacion.es/wp-content/uploads/2020/04/Guia_Piensas_como_hablas.pdf)

#### Sobre resolución de conflictos:

- Educar desde el conflicto. Guía para la Mediación Escolar.

<https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portalaverroses/documents/10306/1513789/educardesdeelconflicto.pdf>

APRENDAMOS EN IGUALDAD



Legislación:

- Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.

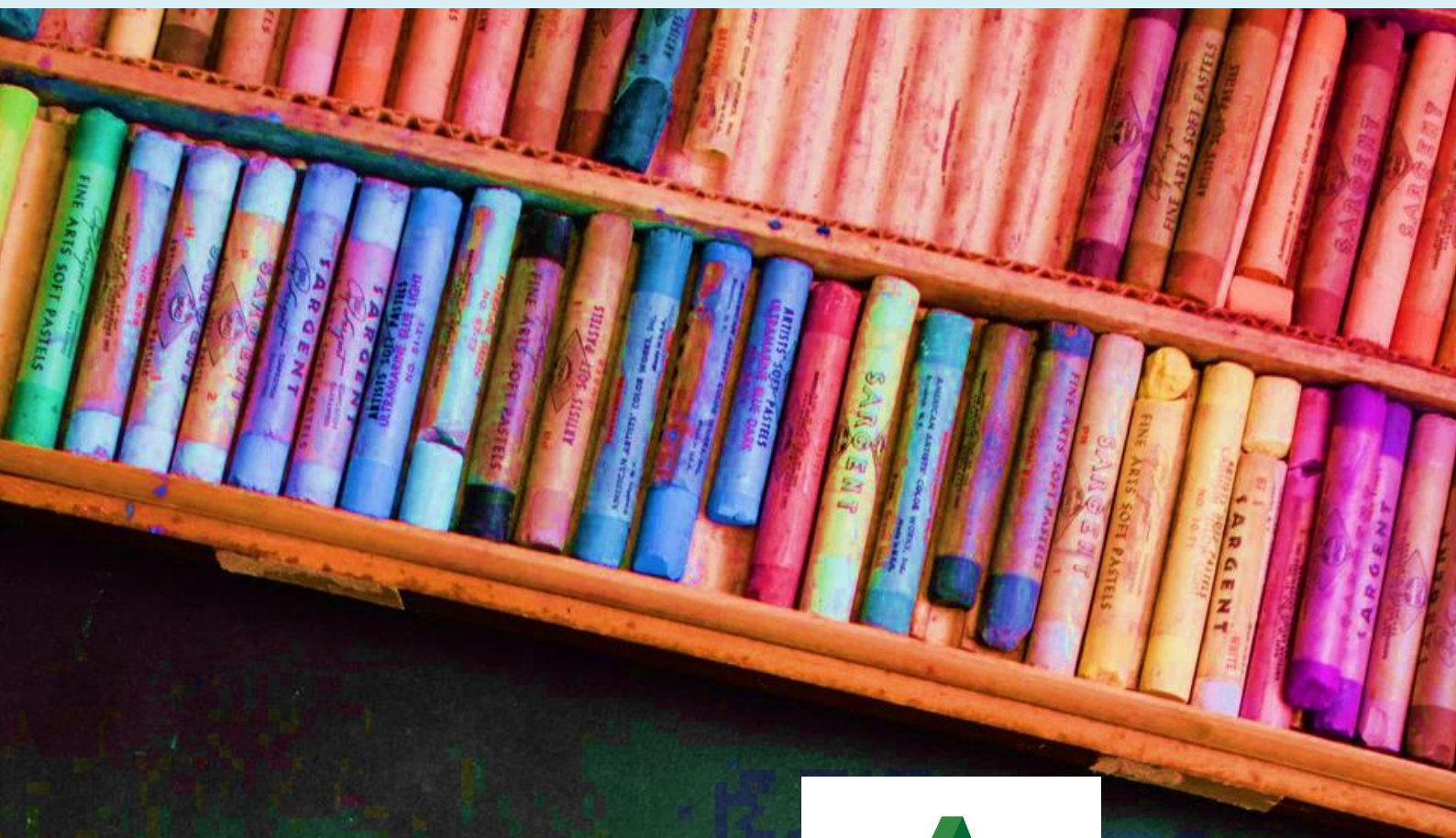
[https://noticias.juridicas.com/base\\_datos/Admin/lo1-2004.html](https://noticias.juridicas.com/base_datos/Admin/lo1-2004.html)

- Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.

[https://noticias.juridicas.com/base\\_datos/Admin/lo3-2007.html](https://noticias.juridicas.com/base_datos/Admin/lo3-2007.html)

- Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía.

[https://noticias.juridicas.com/base\\_datos/CCAA/an-112-2007.html](https://noticias.juridicas.com/base_datos/CCAA/an-112-2007.html)



Asociación de Padres de Alumnos

**FEDERICO GARCÍA LORCA**

La Roda de Andalucía (Sevilla)



**Junta de Andalucía**

Consejería de Educación y Deporte