

AUTONOMÍA PERSONAL Y ÉTICA DEL CUIDADO

EDUCACIÓN INFANTIL

ALGUNAS IDEAS PARA ACTIVIDADES CON EL ALUMNADO

Estas ideas para realizar actividades con el alumnado son propuestas abiertas, modificables y recombinables entre sí. Son actividades fácilmente adaptables e incorporables a diversas áreas curriculares y programaciones existentes en los centros, así como desarrollables independientemente como sesiones autónomas o como parte de una programación específica para la igualdad.

Las ideas se presentan y sugieren por etapas educativas determinadas en base a la edad del alumnado que ha realizado experiencias similares. No obstante, todas ellas **pueden adaptarse y trasladarse a las características e intereses de alumnado de otras edades.**

"UN DÍA EN LA VIDA DE..."

Juego simbólico sobre proyectos y modos de vida diferentes. Se trata de jugar a ser una y uno mismo, o jugar a ser una familia como la nuestra o una diferente (de otro país, cultura...), o jugar a ser una anciana, un chico joven, etc. De manera que por medio de estas vidas conozcan y realicen diferentes actividades humanas interrelacionadas entre sí como el cuidado, el empleo, el ocio...

Veremos que en esos días y vidas pueden faltar y variar muchas cosas según los casos, pero en todos esos días, por diferentes que sean, está presente el cuidado. Cuidado de una y uno mismo, cuidado que recibe de otras personas, cuidado que ofrece a otras personas...

Se trata pues de que imiten, vivan, revivan, conozcan y reflexionen especialmente sobre las **actividades de cuidado** y la importancia que éstas tienen en la vida de las personas. Para ello, debemos:

- ▶ Asegurarnos de que los niños, **los chicos, también participan en los juegos de cuidado** y que éstos no sean considerados como juegos de chicas, de niñas. Para ello, puede ser necesario trabajar aparte con quienes tengan dificultades para jugar bien por desconocimiento o por prejuicios previos.
- ▶ **Elaborar listados** de palabras, verbos, murales, imágenes, etc. relacionadas con responsabilidades y tareas de cuidado de personas que surjan jugando a ser los distintos personajes en los diferentes ámbitos y actividades que realicen.
- ▶ **Interrelacionar el cuidado con el desempeño de otro tipo de actividades**, tareas y responsabilidades personales, tanto laborales o profesionales (empleo, formación, etc.) como personales (tiempo y gustos personales) y sociales de ocio, diversión, participación, representación social, etc.

cambio de roles

Es muy importante que en las distintas actividades, cuentos, juegos, etc. que realicemos propongamos a nuestras alumnas y alumnos modelos y situaciones no estereotipadas en las que vean y experimenten mediante el juego un cambio de roles de género.

En el caso del cuidado, **es importante que los alumnos jueguen a cuidar y las alumnas a ser cuidadas.** Y viceversa, por supuesto. Pero dado que este juego es más frecuente y "normal" entre las niñas y el modelo social más numeroso es el de mujeres cuidando a otras personas, debemos equilibrar proponiendo y posibilitando la experiencia y el aprendizaje menos frecuente y "normal": hombres responsabilizándose del cuidado de personas, del cuidado de hombres y mujeres.

se aprende cuidando

El cuidado es un rasgo fundamental del ser y la especie humana y, además de imprescindible para nuestra supervivencia, una necesidad individual y social para la calidad de vida y el bienestar. A cuidar se aprende cuidando. Es decir, **asumiendo la responsabilidad del cuidado y aprendiendo a hacerlo adecuadamente** (planificación, procesos, materiales, herramientas, destrezas, economía...).

Desde el punto de vista de la autonomía personal y desde el de la educación para la igualdad y los derechos humanos, este aprendizaje es **necesario y conveniente, tanto para los alumnos como para las alumnas.**

jugando a cuidar

Nuestras alumnas y alumnos aprenden jugando. El juego les permite aprender a vivir sin riesgo, con la tranquilidad de que es un juego, sólo un juego nada más. Y nada menos. Jugando a cuidar, **tanto si se es chica como si se es chico**, se puede:

- Aprender a cuidar, jugando, o no aprender.
- Jugar y cuidar mal o jugar y cuidar bien. Acertar o equivocarnos.
- Mejorar nuestro juego, nuestra forma de cuidar, nuestras decisiones y elecciones al respecto.
- Volver a jugar y cuidar de otra manera.
- Probar qué podemos hacer, sentir, decir... y qué no cuando cuidamos.
- Conocernos mejor, conocer nuestras posibilidades y nuestros límites.
- Ganar y perder, el cuidado puede salir mal o salir bien.
- Ganar y ganar, que nos vaya mejor si todo el mundo está bien cuidado.

jugando a como si...

El juego de "ser como si fuéramos..." permite revivir y reinventar la propia vida y, sobre todo, experimentar otras vidas. Da **permiso, tiempo y herramientas para la empatía**:

- Podemos imitar a otras personas, vivir sus situaciones vitales y así conocerlas y entenderlas mejor.
- Podemos aprender de otras personas otros sentimientos, deseos, necesidades, posibilidades, etc.
- Podemos probar a ser diferentes, a ser otra persona, otro yo, etc. para elegir y decidir el que preferimos.

juegos significativos

El aprendizaje del cuidado es fundamental en la **educación para la autonomía**. Los primeros pasos autónomos y las primeras situaciones de toma de decisiones del alumnado están directamente relacionadas con el cuidado. Por eso, **los juegos de cuidado son significativos** para:

- La vida cotidiana del alumnado: sus necesidades, hábitos, salud, bienestar.
- Las relaciones del alumnado con su entorno y las personas del mismo.
- Sus primeras elecciones y actuaciones autónomas.

"YO CUIDO, TÚ CUIDAS, ELLA CUIDA, ÉL CUIDA...":

A través de cuentos, imágenes, narraciones, murales, fotografías, vídeos, etc. identificar las funciones del **cuidado familiar y social** necesarias para el desarrollo y el bienestar de cada persona, de manera que conozcan los diversos **procesos, herramientas, tiempos de dedicación, lugares, máquinas, etc.** del cuidado de personas.

Debemos de tener cuidado de que los materiales utilizados representen siempre **modelos tanto de mujeres como de hombres** asumiendo todas estas responsabilidades y quehaceres, de manera que se transmita el aprendizaje de que el cuidado no es trabajo exclusivo de las mujeres, sino que debe ser asumido por mujeres y hombres.

En los propios materiales y en las reflexiones al hilo de los mismos debemos incidir fundamentalmente en los siguientes aspectos:

- ▶ El cuidado de las personas **no es sólo responsabilidad de la familia**, de las personas individualmente, sino de toda la sociedad, es decir, también de las instituciones, empresas, etc. que deben corresponsabilizarse del cuidado con las familias y las personas.
- ▶ Destacar y subrayar en los cuentos a los **personajes que cuidan de otros** en distintos sentidos, formas, necesidades, ámbitos, momentos, etc. y de la importancia de ello para los demás.
- ▶ Incidir en los **recursos sociales de cuidado** como escuelas infantiles, residencias para la tercera edad, hospitales, etc. de forma que conozcan cómo funcionan, quién trabaja en ellos, quién acude o se beneficia de ellos, etc.

"YO TE MIMO, TÚ ME MIMAS":

Juegos y actividades **por parejas** y en grupos de pocas personas que impliquen hacerse compañía, darse apoyo, hacer algo conjuntamente, estar al lado, interesarse, escuchar, hablar, tocarse, abrazarse, reír... Por ejemplo:

- ▶ **Permanecer** durante un tiempo determinado en el interior de un aro, en una misma silla o sillón, en una casita, iglú o túnel, en una colchoneta como si fuera una balsa, etc.
- ▶ **Compartir** durante un tiempo establecido un juguete, una cartulina (con pinturas, pegatinas...), un correpasillos o un triciclo, un puzle, un cuento, una manta, un disfraz, una linterna, etc.
- ▶ **Realizar** por parejas juegos o actividades como peluquería, fisioterapia, masaje, acrobacias, la playa, el baño, el afeitado, etc.

En las propias actividades y en las reflexiones realizadas en el curso de las mismas debemos incidir fundamentalmente en que **el cuidado de personas es más que la realización de las tareas** domésticas (comprar, cocinar, lavar, etc.). Incluye también la atención, cercanía, compañía, empatía, tiempo y vida compartida, interés, conversación...

Un buen recurso es **contar historias que deben ir representando** por parejas o pequeños grupos. Por ejemplo:

- ▶ "Es de noche, (las chicas) nos vamos a acostar. A cada una se nos acerca nuestro padre (los chicos) y nos arropa, nos acaricia y calienta la espalda, nos habla, nos retira el pelo, nos cuenta un cuento, nos da un beso y se va", etc.

AUTONOMÍA PERSONAL Y ÉTICA DEL CUIDADO

EDUCACIÓN PRIMARIA

ALGUNAS IDEAS PARA ACTIVIDADES CON EL ALUMNADO

Las señaladas para Educación Infantil pueden realizarse con el alumnado de esta etapa muy fácilmente si:

- ▶ Se adaptan a la edad y al currículo de Primaria.
- ▶ Se incluyen o añaden especialmente **visitas y entrevistas** a madres y padres que sean corresponsables en el cuidado y las responsabilidades familiares, recursos sociales de cuidado de personas...

También pueden realizarse las ideas que recogemos a continuación. Son propuestas abiertas, modificables y recombinables entre sí, fácilmente adaptables e incorporables a diversas áreas curriculares y programaciones existentes en los centros, así como desarrollables independientemente como sesiones autónomas o como parte de una programación específica para la igualdad.

"LAS 10 COSAS MÁS IMPORTANTES DE MI VIDA"

Se trata de que chicas y chicos se autoanalicen y reflexionen sobre los valores más importantes para cada cual. Para ello cada alumna y alumno debe escribir **una lista con las diez cosas más importantes en su vida** hoy en día y otra con las diez cosas más importantes en su vida cuando sea mayor.

- ▶ Para no personalizar, hacemos una lista común media con todas las de los chicos por un lado y con las de las chicas por otro lado. Hablamos en general, no de la lista de cada persona.
- ▶ ¿Son iguales la lista común de las alumnas y la de los alumnos tanto en la lista actual como en la de futuro? ¿Cuáles son las diferencias? ¿Por qué? ¿Está el cuidado en el Top 10 de los chicos? ¿Y el empleo en el Top 10 de las chicas? ¿Por qué?
- ▶ ¿Hay chicas cuya lista individual es más parecida a la común de los chicos que a la de las chicas? ¿Por qué? ¿Y chicos con lista individual parecida a la de las chicas? ¿Por qué?
- ▶ En una segunda parte, deberán añadir a sus listas una columna con el tiempo diario que le dedican actualmente y que creen que dedicarán en el futuro a cada una de ellas.
- ▶ ¿Hay cosas importantes a las que no se les dedica tiempo? ¿Por qué? Entonces, ¿son importantes? ¿Son las mismas cosas en el caso de las chicas y de los chicos? ¿Por qué?
- ▶ ¿Hay cosas a las que dedicamos mucho tiempo y no están en la lista? ¿Por qué? ¿Son las mismas cosas en el caso de las chicas y de los chicos? ¿Por qué? ¿Qué consecuencias tiene esto?

oír, ver y actuar

Nuestras alumnas y alumnos no aprenden sólo lo que oyen, lo que les decimos. Aprenden también:

- **Lo que ven:** quién hace qué, quién cuida y quién no, etc.
- **Lo que hacen,** lo que juegan, lo que experimentan: quién puede jugar a qué, quién puede estudiar qué, quién puede trabajar en qué, etc.
- **Lo que enseñan** a otra persona, lo que explican, argumentan, comunican, comparten...

Todo ello en casa, en la escuela, en la televisión, en la prensa, en la publicidad, en los juegos, en internet, etc.

modelos y referentes

Por lo tanto, en la escuela podemos:

- Hacer que oigan, vean, hagan, experimenten, vivan y enseñen o reproduzcan modelos igualitarios para el cuidado: **modelos para imitar.**
- Hacer que analicen y reflexionen sobre los modelos de cuidado que pueden estar viendo en todos los demás ámbitos de socialización y educación: **modelos para evitar.**
- Hacer que analicen ventajas e inconvenientes, consecuencias y formas de vida derivadas de unos y otros modelos, hacer que los valoren y elijan el que desean para sus vidas: **autonomía y toma de decisiones.**

disfraces

Jugar a ser otros yo posibles y jugar a ponerse en el lugar (en la piel, en los zapatos) de otras personas es más fácil si se cuenta con algunos **elementos de caracterización y juego:** sombreros, telas, gafas, pelucas, narices, bolsas,

herramientas, collares, cinturones, corbatas, pañuelos... Todo ello permite inventar personajes y **sentir simpatía y empatía** por ellos. Permite además inventarse a una y uno mismo, probar, mirarse en el espejo de otras posibilidades y, por ejemplo, verse en el papel de cuidadora y cuidador.

cuéntame

Nuestro alumnado quiere saber, conocer, entender, saber... Tiene una curiosidad enorme por entender el funcionamiento del mundo, las máquinas, los animales y, sobre todo, **las vidas de la gente, las relaciones y formas de vida humana**.

Desde la más próxima y cercana hasta la más lejana y exótica, quiere saberlo todo con detalle, con muchos detalles, con todos los detalles. También en lo referente a la parte de la vida relacionada con el cuidado.

- Las **visitas** de personas cuidadoras al centro o del alumnado al lugar donde se encuentren, trabajen, etc, esas mujeres y hombres es fundamental.
- Las **historias y narraciones** que recogen distintas situaciones y organizaciones, distintos problemas y soluciones de cuidado.
- Todo tipo de **libro, cine, televisión o vídeo forum** en torno a las series y programas que ven, personajes y héroes que conocen, etc. es un buen recurso para reconocer y valorar las actitudes de respeto y cuidado.

instrucciones para vivir

Ante todos estos modelos que conforman un verdadero manual de instrucciones para vivir, debemos siempre preguntarnos y analizar con nuestro alumnado:

- Si hay modelos para chicas y modelos para chicos y porqué. Es decir, si hay una forma de ser persona siendo chica y otra forma de ser persona siendo chico, o si unas y otros pueden elegir su forma de **ser persona independientemente de su sexo**.
- Si se puede ser una persona autónoma y responsable, íntegramente desarrollada, una persona familiarmente justa y feliz, y socialmente integrada y activa sin ser **un hombre cuidador o una mujer cuidadora**.

"LA LISTA DEL BIENESTAR Y LA CALIDAD FAMILIAR"

Cada alumna y alumno elaborará el listado de las distintas responsabilidades y tareas que conforman el cuidado familiar necesario para conseguir un buen nivel de bienestar y calidad de vida familiar. El objetivo es que se percaten de que **el cuidado es más que las tareas domésticas** como comprar, lavar, cocinar, planchar... Que vean que también es bienestar y calidad de vida individual y colectiva, ventajas para cada persona, para la familia y para la sociedad en su conjunto.

- ▶ El cuidado de personas es más que trabajos del hogar. Incluye también atención, cercanía, compañía, empatía, tiempo y vida compartida, interés, conversación y diálogo... Para hacer la lista deberán repasar todos los cuidados que reciben en sus familias.
- ▶ Una vez completadas las listas, haremos una única lista común entre todas y todos los alumnos para trabajar con ella: ¿Cuáles de esas tareas las realizan habitual o/y mayoritariamente las mujeres? ¿Cuáles los hombres? ¿Por qué?
- ▶ ¿Podría ser de otra manera? ¿Por qué? ¿Podría organizarse de otra manera? ¿Cómo? ¿Puede aprenderse a cuidar? ¿Por qué? ¿Cómo se aprende? ¿Es necesario aprender?

"TALLER DE MANCHAS" (DE RECETAS, DE CAMISETAS...)

Durante una semana, se buscan, identifican y recogen **diferentes objetos escolares que precisen una limpieza**: batas, cortinas, sillas, mesas, libros, material de psicomotricidad, encajables, ordenadores, impresoras, plantas, lámparas, material de laboratorio, mascotas, relojes, radiocasetes, pinceles, caballetes, paletas, juguetes, ropa y material deportivo... de forma que haya diferentes materiales y tipos de manchas que requieran limpiezas diferenciadas.

- ▶ Se reparten las piezas entre el alumnado, a ser posible que haya una para cada alumna y alumno. Durante el fin de semana deben **preguntar en casa, y/o en su entorno, con qué y cómo puede lavarse esa mancha**. Para el día acordado deberán traer los productos y utensilios necesarios para hacer en el aula/taller la limpieza que les ha correspondido.
- ▶ ¿**A quién** han preguntado? ¿Por qué? ¿Más a mujeres que a hombres? ¿Por qué? ¿Sabían la respuesta? ¿Por qué? ¿Cómo habían aprendido? ¿Con quién? ¿Cuándo?
- ▶ ¿**Es útil** e importante tener esos conocimientos para quitar manchas? ¿Qué ventajas tiene saber hacerlo? ¿Qué inconvenientes no saber hacerlo? ¿Puede aprenderse? ¿Cómo? ¿Pueden aprender tanto los chicos como las chicas? ¿Lo hacen? ¿Por qué?

Este tipo de actividad puede hacerse también con:

- ▶ **Recetas de cocina**. Cada alumna y alumno debe aprender en casa a hacer un plato. Debe cocinarlo y sacar algunas fotos mientras lo va haciendo para luego explicar la receta a todas sus compañeras y compañeros. Puede hacerse una degustación de los resultados.
- ▶ **Camisetas planchadas**. Cada alumna y alumno debe planchar una camiseta en casa y traerla para la exposición de camisetas planchadas, donde se elegirán las mejores y se explicarán las experiencias, dificultades, aprendizajes, trucos, etc.

AUTONOMÍA PERSONAL Y ÉTICA DEL CUIDADO

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA - ESO

ALGUNAS IDEAS PARA ACTIVIDADES CON EL ALUMNADO

Las señaladas para Educación Primaria pueden realizarse con el alumnado de esta etapa muy fácilmente si:

- ▶ Se adaptan a la edad y al currículo de Secundaria.
- ▶ Se incluyen o añaden especialmente **datos estadísticos** escolares y laborales, itinerarios académicos, datos sobre usos del tiempo... de forma que puedan confrontar la realidad actual con los mitos y estereotipos de género transmitidos por inercia y costumbre.

También pueden realizarse las ideas que recogemos a continuación. Son propuestas abiertas, modificables y recombinables entre sí, fácilmente adaptables e incorporables a diversas áreas curriculares y programaciones existentes en los centros, así como desarrollables independientemente como sesiones autónomas o como parte de una programación específica para la igualdad.

"MI VIDA DENTRO DE... 15 AÑOS"

Cada alumna y alumno debe escribir su proyección a, por ejemplo, 15 años vista (dependiendo de la edad) en dos partes:

- ▶ Una **presentación o introducción general** breve de quién es y como vive (su situación vital).
- ▶ La **narración pormenorizada con detalle de un día laboral** (un miércoles, por ejemplo) de su vida dentro de 15 años.

Después trabajaremos estas proyecciones sin personalizar:

- ▶ Hacer un resumen de las proyecciones vitales de los chicos por un lado y de las chicas por otro. Analizar y comparar los resúmenes resultantes. ¿Hay diferencias? ¿Cuáles? ¿Por qué?
- ▶ ¿Aparece en ambos resúmenes la ética del cuidado y la centralidad del empleo? ¿Por qué? ¿Qué consecuencias pueden tener estas diferencias en sus vidas?
- ▶ ¿Hacen un uso similar del tiempo durante ese día narrado con detalle? ¿Qué diferencias hay? ¿Por qué? ¿Qué consecuencias pueden tener esas diferencias?

"DIARIO DE UN FIN DE SEMANA DE..."

Se trata de que anoten detalladamente todas las actividades realizadas durante un fin de semana por:

- ▶ **Ellas y ellos mismos.**
- ▶ **Su madre u otra mujer** de la familia.

buscar datos

Las alumnas y alumnos de ESO tienen pasión por investigar, les encanta jugar a ser detectives o/y periodistas: buscar, preguntar, fijarse en el detalle escondido, curioso, escabroso... Podemos apoyarnos en esta característica evolutiva y proponerles desafíos y preguntas que impliquen la búsqueda de información y datos en torno al cuidado y sus muchas facetas utilizando para ello:

- Datos estadísticos.
- Medios de comunicación.
- Campañas de publicidad.
- Informes de ONGs, instituciones...

descifrar datos

La recogida de datos exigirá unos mínimos **criterios** metodológicos de búsqueda y también criterios de valoración sobre la significancia y pertinencia de los mismos respecto a la cuestión planteada. Desde el punto de vista de la coeducación, estos criterios deben incorporar: necesariamente la **segregación de datos por sexo**, de forma que pueda visualizarse sistemáticamente a las mujeres y a los hombres y, si las hubiera, sus diferentes situaciones, recursos, compromisos, etc.

responder preguntas

Otro criterio importante es que acompañemos la investigación de una serie de preguntas con **perspectiva de género** que permitan ver si los datos, valoraciones y conclusiones de tipo general pueden aplicarse o no de la misma manera a mujeres y hombres: ¿Son estos datos iguales en el caso de las mujeres y en el de los hombres? ¿Esta situación que viven las mujeres, la viven también los hombres?

dar respuestas

Los trabajos de investigación de alumnas y alumnos deben culminar con la **elaboración y exposición** de:

- Esloganes, frases, pareados...
- Carteles, pancartas...
- Estribillos, canciones, nanas...
- Fotografías, vídeos...
- Objetos, utensilios, ropas...
- Debates, coloquios, mesas redondas...

Es decir, resultados visibles que permitan a alumnas y alumnos plasmar en público el recorrido de búsqueda realizado, su proceso de aprendizaje sobre el cuidado, los temas y cuestiones investigadas y, según el caso, bien las respuestas encontradas, bien las preguntas reformuladas.

invertir "lo normal"

La **prueba de la inversión** es otro recurso adecuado para aprender a interpretar los datos desde la perspectiva de la coeducación y la igualdad de mujeres y hombres. Consiste en preguntar si la interpretación que damos por "normal" y "evidente" nos lo sigue pareciendo cuando cambiamos el sexo de las o los protagonistas de dichos datos.

Por ejemplo, a menudo se interpretan y presentan como "normales" los altos porcentajes de abuelas o jubiladas que se hacen cargo de la casa de sus hijas o hijos, además de la suya propia, y los altos porcentajes de abuelos o jubilados que dedican una parte considerable de su tiempo a las amistades y actividades de sociedad, bar o similar en compañía de otros hombres.

Podemos interpretar esta realidad diciendo que "es normal", "es lo que hay", "es lo que les gusta", "es lo que quieren", "es la costumbre", "es lo que les hace sentirse bien", "se confirman las diferencias naturales", etc. O podemos enunciar los datos cambiando el sexo de las y los protagonistas y si nos choca, nos parece raro y poco adecuado, **sin duda**, también nos debería chocar, parecer raro y poco adecuado en su versión real actual y **esta extrañeza debería formar parte de la interpretación y conclusiones** de nuestra investigación.

- ▶ **Su padre u otro hombre** de la familia.

Comparar los tres diarios del fin de semana.

- ▶ ¿En qué actividades coinciden las tres personas? ¿Con igual dedicación de tiempo? ¿Qué cosas ha hecho cada persona que no hayan hecho las otras dos? ¿Con qué dedicación de tiempo? ¿Hay diferencias? ¿Por qué? ¿Por razón de su sexo? Buscar e introducir en el debate **datos estadísticos sobre usos del tiempo y hábitos de ocio por sexo y por edad**.
- ▶ Trabajando en grupos de cuatro personas, elijen un fin de semana de cada uno de los tipos observados y los representan simultáneamente delante del resto de la clase: una alumna o alumno narra el fin de semana conjunto (tal hora, la madre hace... el padre... la hija... el hijo... Una hora más tarde,...) y el resto lo va escenificando. Coloquio y comentarios al respecto.

"TENGO UNA PREGUNTA PARA USTED"

Cada alumna y alumno escribe una pregunta sobre cualquier aspecto o tema relacionado con el cuidado de personas que desee conocer. El profesorado también puede incluir preguntas. Por ejemplo:

- ▶ ¿Cómo se ducha una alumna o alumno que necesita moverse con **silla de ruedas**? ¿Qué obstáculos puede tener para vivir y moverse por su casa? ¿Y para ir a la escuela? ¿Qué podría hacer y qué no podría hacer, a dónde podría ir y a dónde no en la escuela? Etc.
- ▶ ¿Cada cuánto tiempo se le da el **biberón** a una criatura durante el primer mes? ¿Cómo se prepara un biberón? ¿Qué componentes tiene? ¿Se prepara siempre con los mismos componentes y en las mismas proporciones y cantidades? Etc.
- ▶ ¿Cada cuanto tiempo hay que cambiar el **pañal** a una criatura durante el primer año de vida? ¿Hasta qué edad usan pañal? ¿Cómo se les enseña a no usar el pañal? Etc. ¿Qué personas mayores necesitan usar pañal? ¿Por qué? ¿Puede ocasionarles problemas su uso?
- ▶ ¿Puede vivir sola una persona anciana que empieza a perder la **memoria**? ¿Puede vivir sola una persona a la que nadie visita, habla, acompaña, saluda, escucha...? Etc. ¿Cómo? ¿Por qué? ¿Qué puede pasarle? ¿Cómo puede mejorarse esta situación? Etc.
- ▶ ¿Qué es un **centro de día**? ¿Cómo funciona? ¿Cómo funciona una residencia para personas ancianas, incapacitadas...? ¿Hay visitas a esas personas? ¿Salen a la calle? ¿Van alguna vez con sus familiares y amistades? Etc.
- ▶ ¿**Cuántas** escuelas infantiles o guarderías, centros de día, etc. hay? ¿Son suficientes para las necesidades de la gente?

Se hacen **grupos de trabajo**. Se mezclan las preguntas y se reparten al azar entre los grupos. Cada grupo estudia las preguntas que le han correspondido y busca la respuesta a las mismas en los medios disponibles en el centro, en internet, preguntando en casa, en el ayuntamiento, a personas conocidas, consultando estadísticas...

Por último, se escenifican las preguntas y sus respuestas por grupos. Cada alumna y alumno deberá **responder** a una de las preguntas de su grupo y, luego, todo el grupo a cualquier otra duda o cuestión complementaria que pudiera surgir en ese momento.

AUTONOMÍA PERSONAL Y ÉTICA DEL CUIDADO

EDUCACIÓN SECUNDARIA NO OBLIGATORIA

ALGUNAS IDEAS PARA ACTIVIDADES CON EL ALUMNADO

Las señaladas para Educación Secundaria Obligatoria pueden realizarse con el alumnado de esta etapa muy fácilmente si:

- ▶ Se adaptan a la edad y al currículo de Secundaria correspondiente.
- ▶ Se incluyen o añaden especialmente **datos laborales de mujeres y hombres** por tipo de actividad, contrato, jornada, categoría laboral, paro..., perfiles profesionales, datos de formación profesional por ramas, convenios laborales, datos de usos del tiempo de mujeres y hombres...de forma que puedan confrontar la realidad actual con los mitos y estereotipos de género transmitidos por inercia y costumbre.

También pueden realizarse las ideas que recogemos a continuación. Son propuestas abiertas, modificables y recombinables entre sí, fácilmente adaptables e incorporables a diversas áreas curriculares y programaciones existentes en los centros, así como desarrollables independientemente como sesiones autónomas o como parte de una programación específica para la igualdad.

"CAMBIO DE ROL"

Proponemos al alumnado la siguiente situación: cada alumna y alumno se ha despertado y ha descubierto que ahora ella o él **son las personas adultas de la familia**, que son, por así decirlo, una madre o un padre respectivamente, y que deben hacerse cargo de los trabajos, familia, amistades, etc. de dichas personas. Para ello:

- ▶ Ponemos al alumnado **por parejas**. Cada pareja deberá organizarse para sacar adelante su familia en la situación descrita. Cada pareja tendrá tantos hijos e hijas como la suma de sus hermanas y hermanos. Estas hijas e hijos serán de la misma edad que sus respectivos hermanos y hermanas. En cuanto a sus empleos, podrán elegir el que deseen de entre los empleos reales de sus padres y/o madres con las mismas condiciones laborales de desplazamientos, horarios, etc.
- ▶ ¿Cómo se repartirán las **tareas** de cuidado (criaturas, salud, educación, atención y compañía...) para poder mantener el resto de sus actividades como el empleo, el tiempo libre, las amistades, la actividad social, etc.?
- ▶ Cada pareja explicará al resto su **organización** respondiendo a las dudas y preguntas que pudieran surgir al respecto.
- ▶ Se agruparán los casos con organizaciones similares de forma que queden unos pocos modelos que resuman y representen los planteamientos de todas las parejas.

juegos de rol

Los juegos son un **espejo** en el que poder mirarse sin personalizar o exponerse excesivamente. Son un buen recurso para que nuestras alumnas y alumnos no se cierren a la defensiva por miedo a que las cuestiones planteadas se personalicen en exceso en su caso particular.

Otras opciones son hablar en general, referirnos a estadísticas y tendencias sociales, buscar resúmenes y **perfiles genéricos, tipos y modelos** de comportamiento con los que puedan identificarse y de los que, a la vez, puedan alejarse. El juego de rol posibilita todos estos recursos. La **cercanía y lejanía simultáneas** que proporciona el juego de rol son imprescindibles para evitar los estériles y tensos enfrentamientos, recriminaciones, etc. que surgen en las y los adolescentes a menudo cuando el tema se plantea de forma excesivamente directa y cercana.

empatía

Los juegos y cambios de rol son también un gran taller de empatía, una rica posibilidad de conocer las situaciones, circunstancias, decisiones y actuaciones de otras personas. Es la posibilidad de entender sus porqués y sentir compasión, respeto, solidaridad... hacia otros proyectos y comportamientos vitales, así como para aprender de ellos. Todo ello es fundamental en el aprendizaje de la ética del cuidado. **Tomar el rol de persona cuidada y de persona cuidadora** es la única manera de que alumnas y alumnos aprendan a incluir en su vida, además de algunos conocimientos, actitudes y compromisos éticos de cuidado de personas.

cuidadores-cuidadoras

Dado que a cuidar se aprende queriendo cuidar y cuidando, debemos ofrecer a nuestro alumnado posibilidades de **ser efectivamente cuidadoras y cuidadores**. Serlo no ya sólo en los juegos de rol, sino en la realidad.

En este sentido, todo tipo de **experiencia real** que podamos ofrecerles, por breve y limitada que sea, supondrá una oportunidad de aprendizaje muy significativo:

- Hacerse responsables del cuidado de **personas de menor edad** en alguna actividad o momento concreto, bien en el propio centro o en algún otro centro (entradas, salidas, comedor, recreos, etc) bien en actividades locales no escolares (asociaciones, clubes deportivos, ongs, instituciones municipales, etc).
- Hacerse responsables del cuidado de **personas de su edad, de su centro**, en aquellos servicios que pudieran existir o ponerse en marcha en el mismo: grupos de estudio, equipos deportivos, actividades de ocio (montaña, cine, teatro...), biblioteca, servicio de guardería en las reuniones de familias, grupos de escucha y apoyo para situaciones personales determinadas (adicciones, duelo...), grupos o redes de orientación profesional, etc.
- Colaborar en el cuidado de **personas enfermas o de mayor edad** de su propia familia, centro, localidad, entorno... con aquellos servicios y grupos que pudieran ya existir: asociaciones, ongs, instituciones, fundaciones, residencias, centros hospitalarios... en los aspectos de acogida, aceptación, acompañamiento, escucha, gestiones, desplazamientos, actividades de ocio, bienestar, etc.

cuidar a quien cuida

- Colaborar en el cuidado de las **cuidadoras y cuidadores** de su propia familia, centro, localidad... procurándoles descanso, recursos, estima, reconocimiento, apoyo, agradecimiento... Lo que incluye su propio cuidado, descanso, autoestima, reconocimiento, satisfacción... Aspectos deseables y necesarios en el aprendizaje de toda alumna y alumno.

- ▶ Se analizará cada uno de estos modelos generales, sin personalizar, tanto desde el punto de vista de la aplicabilidad real de la organización como, especialmente, desde el punto de vista de la igualdad.
- ▶ ¿Es una organización **justa e igualitaria**? ¿Permite por igual el desarrollo personal integral de todas las personas de la familia? ¿Assumen equivalentes responsabilidades y dedicaciones?
- ▶ ¿Dicha organización potencia relaciones de **igualdad y autonomía** o relaciones de jerarquía y dependencia? ¿Gozan de los mismos derechos y obligaciones, de las mismas oportunidades y recursos?
- ▶ ¿Qué pasaría si en lugar de ser dos personas fuera sólo una la encargada de todo? ¿Cómo podría organizarse?

"LOS CUARENTA PRINCIPALES"

Trabajaremos en cuatro grupos mixtos. Cada grupo deberá elaborar una lista de "Los 10 principales de cuidado" en uno de estos ámbitos y formatos:

- ▶ **Instrucciones:** guías, libros, manuales, recetarios, listados, páginas web, cds, etc. para aprender a cuidar personas, para saber qué y cómo hacer, para consultar y solucionar dudas, etc.
- ▶ **Equipo:** instituciones, organizaciones, ONGs, asociaciones, fundaciones, etc. que destaquen a nivel local, nacional, internacional... en el cuidado de personas en general o en algún aspecto en particular.
- ▶ **Líder:** personas concretas, conocidas y populares o no, que destaquen a nivel local, nacional, internacional... en el cuidado de personas en general o en algún aspecto en particular.
- ▶ **Acción:** películas de ficción, documentales, audiovisuales, etc. que recojan, desarrollen, reflexionen, reflejen, planteen, etc. cuestiones, situaciones, temas, aspectos, dificultades, recursos, etc. en torno al cuidado de personas en general o en algún aspecto en particular.

Cada grupo presentará su **lista** al resto exponiendo brevemente:

- ▶ Qué contenido, quién es, qué hace, cómo se utiliza, dónde trabaja... cada una de sus diez opciones seleccionadas.
- ▶ Las razones por las que lo han seleccionado e incluido en su lista de 10 principales.

En otra sesión, cada grupo presentará más detallada y extensamente **una de sus opciones seleccionadas**. El resto podrá preguntar, aclarar dudas, comentar, debatir, etc. Por ejemplo:

- ▶ Enseñarán el libro, cd, página web, etc. o parte del mismo y realizarán algún ejemplo o demostración práctica de cuidado, limpieza, cocina, acompañamiento, juego, fisioterapia, rehabilitación, etc.
- ▶ Conseguirán alguna de las películas, audiovisuales, presentaciones en power point, fotografías, etc. sobre organizaciones, personas o acciones y prepararán la presentación previa y la reflexión y debate posterior a la proyección.
- ▶ Invitarán a alguna persona y la entrevistarán delante del resto sobre su actividad, la del equipo al que pertenece o el trabajo de cuidado que realiza, etc.

Por último, se elaborará y difundirá en distintos soportes la lista de los 40 principales en el centro, familias, municipio, etc.