



Las emociones en tiempos

PANDEMIA



CUIDAR
ES OTRA HISTORIA

Guía didáctica

InteRed
por una educación transformadora



.....

Título: Emociones en tiempos de Pandemia.
Cuidar es otra historia.Guía Didáctica.

Edita: Fundación inteRed.

Coordinación de la publicación: Teresa Pineda Sánchez-Garrido

Idea original del juego: Malén Álvarez Ruiz.

Adaptación de la versión “Emociones en tiempos de Pandemia”: Teresa Pineda Sánchez-Garrido

Ilustración cartas: Joly Navarro Rognoni.

Maquetación y Diseño: Joly Navarro Rognoni.

ISBN: 978-84-121198-4-8



Este recurso ha sido realizado con el apoyo financiero de la Junta de Andalucía a través de la Agencia Andaluza de Cooperación Internacional al Desarrollo (AACID).

.....



Junta de Andalucía
Consejería de Igualdad, Políticas Sociales
y Conciliación
AGENCIA ANDALUZA DE COOPERACIÓN INTERNACIONAL
PARA EL DESARROLLO

Pedagogía de los cuidados

Con cuidados nos referimos a aquellas actividades imprescindibles para el mantenimiento de la vida, a la sostenibilidad social tanto en un plano físico como emocional y socio-político, como por ejemplo atender, escuchar, gestionar el presupuesto del hogar, consolar, enseñar, asistir a las personas enfermas o dependientes, acompañar en la muerte, parir, criar, alimentar, cocinar, lavar, coser, sanar, reciclar, reutilizar, generar redes de cuidados colectivos, asistir a manifestaciones o participar en actividades para mejorar los derechos humanos y la conservación del planeta, etc.

Todos estos cuidados son necesarios, no son susceptibles de jerarquizarse. Las acciones que mantienen la vida no se pueden abandonar. Por eso, a pesar de que esta sociedad ha infravalorado los cuidados, ha necesitado que alguien lo hiciera sin remuneración ni valoración social: Las mujeres.

La Pedagogía de los cuidados propone un modelo coeducativo en el que estas acciones sean prioritarias, y, por tanto, la vida y su sostenibilidad están en el centro de todos los contenidos y las acciones educativas. Este modelo incide en la responsabilidad de la desigualdad que han sufrido las mujeres por haber sido socializadas, presionadas y obligadas a desarrollar los cuidados.

Por tanto, exige la corresponsabilidad de los hombres y los gobiernos en el desarrollo de los cuidados y cuestiona el sistema hegemónico, que es patriarcal y capitalista, y que tiene en su eje el mercado en vez de la vida.



ÍNDICE



Instrucciones.	5-13
.....	
Claves para el profesorado.	14-15
.....	
Anexo I. Glosario	16-18
.....	
Anexo II. Centros de cuidados	19-22
.....	
Bibliografía	23



INSTRUCCIONES

“Cuidar es otra historia” está compuesto por esta **guía didáctica, 30 cartas y un anexo titulado “Cada carta tiene su historia”**, que está disponible pinchando **AQUÍ**.

En este último podrás encontrar la historia resumida que hay detrás de cada carta, junto con unas reflexiones y cuestiones, y que podrás ampliar buscando el cuento completo del que proviene.

Si algún centro educativo, organización o persona quiere disponer del **juego completo**, puede descargarlo e imprimirlo pinchando **AQUÍ**.

Contexto y Objetivo

Esta versión del juego “Cuidar es otra Historia” se ha creado en el marco de la crisis de cuidados generada por la pandemia, en la que el alumnado ha vivido situaciones que precisa expresar y trabajar emocionalmente. Está ideado para apoyar la canalización de esas emociones y fomentar la perspectiva de género y de cuidados de lo vivido en la vuelta a clase tras el confinamiento.

Este recurso coeducativo tiene como **objetivo fortalecer la conciencia personal y ciudadana sobre los cuidados como eje central de nuestras vidas y sociedades**, cuestionando el modelo capitalista patriarcal que genera injusticias y desigualdad de género por la falta de responsabilidad en los cuidados.

Formas de juego

Este recurso es fruto de una apuesta por el juego como experiencia lúdica, formalizada y guiada, con un sentido también creativo y pedagógico (en línea con la ludopedagogía). Es decir, propuestas de juego expresivo, narrativo, teatral, que ponen en marcha las habilidades que consideramos valiosas para desarrollar cualidades de cuidado y que nos permiten trascender los límites de lo conocido y probar experiencias personales de empatía, de comprensión, de diálogo y de autoconocimiento. Es más arriesgado para quien guía al grupo, porque la experiencia está tipificada pero el resultado es imprevisible y porque hay que acompañar al grupo en la elaboración. La revolución de los cuidados se da en el propio proceso del juego, en su metodología y su forma de guiarlo.

Planteamos a continuación varias propuestas de trabajo para distintos niveles y edades:



La baraja para el juego está compuesta de **30 cartas**.

Las cartas de la 1 a la 25 pueden usarse para todas las edades.

En infantil y primaria proponemos retirar las cartas de la 26 a la 30 antes de jugar. Estas cartas, de la 26 a la 30, las recomendamos para secundaria, porque remiten a temáticas propias de su edad. La carta 26 aborda el tema del suicidio; si el docente o el grupo no están en el momento adecuado para entrar en este tema, la carta puede retirarse de la baraja antes de jugar.



1. Introducción

***Antes de la sesión, recomendamos buscar los cuentos originales seleccionados.**

En círculo, el grupo está de pie, en un espacio diáfano. La maestra o maestro presenta la actividad (“este es un juego sobre el cuidado”) e invita a la fórmula mágica de inicio: todas a la vez, con las dos manos abiertas dan dos golpes suaves en el pecho diciendo **“Yo me cuido”**; después las manos se abren hacia fuera, y mirando a alguien dicen **“Yo te cuido”**; y con las manos una vez arriba y otra abajo (al techo y al suelo) dicen: **“Yo lo cuido”**.

Esta fórmula se repite 3 veces.

El grupo se sienta en círculo en el suelo. La maestra o maestro plantea preguntas:

- ¿Quién me cuida a mí? ¿Cómo me cuidan? ¿Me gusta que me cuiden? ¿Cómo podemos cuidar? ¿A quién, o a qué?

Después, puede aclarar **“los cuidados son las cosas que hacemos para mantener la vida: cuidamos el cuerpo, el corazón, las relaciones y el mundo”**).

* Podemos poner ejemplos de los tipos de cuidados. El cuerpo, lo cuidamos con una alimentación sana, con ejercicio, evitando hacernos daño. Cuidamos nuestro corazón dándonos tiempo para saber qué sentimos cuando lo necesitamos o pensando en qué cosas nos gusta de cómo somos por dentro. Las relaciones se cuidan, por ejemplo, escuchando a alguien cuando lo necesita o siendo sinceras y sinceros con nuestra familia, amigas y amigos. Por último, cuidamos del mundo reciclando, reutilizando o cuidando de las plantas.



2. cuento y visualización

El maestro o maestra cuenta **el cuento de Peter Pan**.

Después, invita al grupo a tomar una postura cómoda, cerrar los ojos y respirar. Anuncia que se va a hacer un ejercicio de ojos cerrados. Es importante dejar que el grupo tome el espacio suficiente para que los cuerpos no estén en contacto unos con otros y la postura sea cómoda (se pueden sentar o tumbar boca arriba).

Primero se acompaña la colocación con la palabra, dando pautas para orientar la respiración (“imagínate que tu respiración llega hasta los pies y los llena de aire; poco a poco el aire sube por las piernas hasta las rodillas”, y va subiendo hasta que el cuerpo entero se llene de aire). Cuando se han relajado, propone una imagen en la que centrarse, diciendo algo como esto; “Imagínate que tú eres Wendy y estás esperando a que Peter Pan y el resto de amigos y amigas vuelvan a casa después de sus aventuras, mientras tú limpias y cocinas.”. No se trata de tener mucha información sobre el cuento, sino de ponerles en la situación y aportar preguntas:

-¿Cómo es el sitio en el que estás? ¿Qué hay a tu alrededor? –pausa-. ¿Cómo te sientes? ¿Qué quieres hacer? –pausa-.

Allí donde estás, ves que se acerca alguien... ¿Quién es, cómo es? –pausa-. ¿Qué te dice? –pausa larga-. Esa criatura se despide; ves cómo se va marchando. ¿Cómo te sientes con su marcha? –pausa-. Vuelves a estar sola. Vas a despedirte de este lugar. Poco a poco abres los ojos.

Hay que dejar un tiempo de pausa en silencio entre cada una de las preguntas, para que tengan tiempo de dejar que la imagen surja y se aclare. Es una exploración interior sobre la carta.

De 3 a 10 años



1,5 H.

2 H CON ACTIVIDAD 6

3. Hablar de cuidado

Se sientan de nuevo en círculo y comentan qué han sentido. Primero, pueden comentar las imágenes que han visto. Después, guiamos buscando una toma de conciencia de las emociones que les ha generado empatizar con Wendy, tanto del valor positivo de cuidar, como de la carga que supone los cuidados, o de la injusticia de que Wendy no pueda estar viviendo aventuras por la falta de corresponsabilidad en los cuidados.

Entonces, recordamos cómo vivimos el encierro por la pandemia y preguntamos **¿Cómo me cuidaron? ¿Quién o quiénes me cuidaron? ¿Cómo os sentisteis? Y vosotras y vosotros, ¿cuidasteis de alguien? ¿A quién? ¿Cómo? ¿Cómo os sentisteis al cuidar?**

Por último, preguntamos, **¿hubo una persona que hizo la mayor parte de las tareas de cuidados en la casa durante el encierro?** Volvemos a fomentar la empatía poniendo en valor los cuidados, poniendo en positivo la autonomía personal, entendiendo la carga que puede suponer un exceso de tareas de cuidados, la injusticia, además de la necesidad que tiene esa persona de ser cuidada. Para ello, nos apoyamos con preguntas como **¿Cómo crees que se sintió al tener tantas tareas de cuidados que hacer? ¿Qué podemos hacer para que nadie se sienta desbordado con estas tareas?**

Si observamos en las respuestas del grupo que son las madres u otras mujeres quienes tienen la principal carga de las tareas de cuidados, visibilizamos esto y preguntamos la razón por la que ocurre. Mostramos al grupo como esto es algo que a las mujeres se les ha enseñado desde que son niñas, así como a ellos no se les ha inculcado el valor del cuidado, y según la edad le podemos poner nombre: Machismo, patriarcado y falta de corresponsabilidad en los cuidados. Señala-

mos también, en positivo, la posibilidad de que los niños cuiden y sean autónomos, así como la necesidad de repartir las tareas y no sobrecargar a nadie.

4. Expresión corporal

A partir de lo que han escuchado o visualizado, la maestra o maestro invita al grupo a moverse por el espacio como ese personaje, de forma libre.

Después se vuelve al círculo y la maestra o maestro propone una presentación del personaje con los cuidados. Se hace de manera colectiva, todas a la vez, como un eco, con voz y con movimiento. Será con esta fórmula: "somos la clase de... queremos cuidar a Wendy así... (eligen conjuntamente un movimiento o posición que exprese cómo cuidar); el cuidado que queremos es...(con palabra y con gesto) y el cuidado que damos es..."

5. Expresión plástica

Damos un tiempo para que cada cual proyecte de manera plástica lo que ha visualizado o sentido: se puede hacer un dibujo o figura de plastilina en relación con el personaje y el cuento (no necesariamente el propio personaje, sino algo en relación con el cuento). Las obras se ponen en el centro de la sala para poder verlas en grupo.

De 3 a 10 años



1,5 H.

2 H CON ACTIVIDAD 6

SEGÚN LA EDAD, A PARTIR DE LOS 8 AÑOS APROXIMADAMENTE, PODEMOS CONTINUAR CON LA REALIZACIÓN DE UNA ESCENA TEATRAL. PARA MENORES DE 8 AÑOS, RECOMENDAMOS FINALIZAR CON EL CIERRE.

6. Escena Teatral

Si incluimos este ejercicio, para mayores de 8 años, en total la actividad supondrá 2 horas de duración.

En grupos de unas 5 personas, idean una escena sobre los cuidados. La escena puede ser del propio cuento, tal como se ha contado, o una situación semejante a partir de la idea del cuento. Lo importante es que la escena esté centrada en el cuidado; el objetivo de las escenas es mostrar qué son los cuidados, cómo es el cuidar. Puede aparecer una situación problemática o conflicto, pero recordando que se trata de hacer ver cómo se materializa el cuidado, cómo se muestra. La maestra o maestro ayuda a estructurar la secuencia teatral. La escena puede incluir una canción o un baile. Primero, la crean en grupo y después la representan frente a los y las demás.

7. cierre

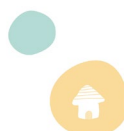
Repetimos la fórmula mágica del principio (“Yo me cuido, yo te cuido, yo lo cuido”).

REPETICIÓN

Para sucesivas sesiones, se puede repetir el formato con otros cuentos referidos en el Anexo “Cada carta tiene su historia”.

Recomendamos especialmente la carta 9 para trabajar el cuidado de las personas mayores, la carta 11 para el duelo y la 19 para la agresividad verbal.

También podemos acudir a la *versión original del juego*.





De 11 años en adelante

Pueden ser sucesivas o no.

Se da la posibilidad de ampliación a más horas para tratar temas que el alumnado precise, como puede verse en el recuadro "CONTINUACIÓN" en la página 13

PRIMERA SESIÓN: 1 HORA

Círculo grande, en sillas, en un espacio diáfano. Esto puede requerir retirar previamente las mesas o bien solicitar un aula de actividades. Comenzamos diciendo algo así:

- Esta es una sesión sobre los cuidados. ¿Qué diríais que son los cuidados?

La profesora o profesor hace la pregunta y deja que el grupo aporte alguna respuesta, aleatoriamente. Se recogen en la pizarra.

1. Calentamiento

SALIR DE LA SILLA. El grupo está sentado en círculo, en sillas. La profesora o profesor, que no tiene silla, **se pone en medio del grupo y completa la frase "Un cuidado es..." poniendo ejemplos de formas de cuidar. Quien esté de acuerdo con la frase tiene que levantarse y cambiarse de sitio lo más rápido posible.** No está permitido hacer el cambio con las personas sentadas inmediatamente a la izquierda o derecha de cada silla. Entretanto, la que ha dicho la frase intenta sentarse en una silla, de manera que **quien se quede sin silla se pone en el centro y tiene que aportar otro ejemplo.** Tenemos en cuenta el *Anexo 2* para introducir diferentes tipos de cuidados que estén saliendo menos (por ejemplo, ahora vamos a decir frases sobre los cuidados a la naturaleza). En último lugar, introducimos los cuidados durante el encierro. "Un cuidado durante el confinamiento fue...", alentando a basarse en ejemplos de cuidados que han dado o que han recibido. Se aconseja recoger en la pizarra las aportaciones de las personas que salen al centro.

2. Reparto de cartas

Se hacen grupos de alrededor de 8 personas. Se sitúan en el suelo, en círculo. El profesor o profesor saca la baraja y explica que va a presentar unas cartas sobre personajes que pueden cuidar, descuidar, necesitar cuidados o impedirlos. En cada uno de los grupos reparte 8 cartas boca abajo, una por persona y se les invita a mirar la carta en secreto, sin mostrarla ni comentarla. Es importante que nadie más la vea. En silencio, tienen 1 minuto para mirar su carta mientras piensan qué ven en la carta y qué les hace sentir. Después las cartas se colocan de nuevo en el centro del círculo boca abajo, sin mostrarse, y se mezclan.

3. Adivinar

Ponen las cartas boca arriba, sin que se sepa de quién era cada una. Tienen que elegir a una persona del grupo que empieza el juego. Esta persona, con todas las cartas a la vista, **dice la frase que ha pensado sobre su carta.** El resto del grupo tiene que adivinar a qué carta se refiere. Por lo tanto, **la frase debe referirse a esa carta, pero sin ser demasiado evidente ni describir lo que aparece en ella, si no haciendo referencia a las emociones que genera.** Cuando la adivinan por consenso, cambian el turno a otra



Pueden ser sucesivas o no. Se da la posibilidad de ampliación a más horas para tratar temas que el alumnado precise, como puede verse en el recuadro "CONTINUACIÓN" en la página 13

De 11 años en adelante

persona, hasta que se hayan descubierto todas las cartas. Naturalmente, la última será obvia, pero la persona dice igualmente cuál era su frase o palabra para esa carta.

A continuación, cada grupo **debe elegir en consenso una de las 8 cartas** para seguir investigando sobre ella. La carta elegida se queda en el centro del círculo, y las demás cartas se retiran.

4. Interiorizar

La profesora o el profesor invita al grupo a tomar una postura cómoda y cerrar los ojos. Se recomienda poner una música suave. Acompaña con la voz para poner la atención en la respiración y en cómo el aire va llenando el pecho y toda la zona del abdomen, dando tiempo para que cada persona se sitúe en su respiración. A continuación, con la palabra, lleva a cada grupo a la imagen de su carta.

Imagínate que eres ese personaje, o uno de los personajes, que aparecen en tu carta.

- ¿Quién eres? (silencio) ¿Dónde estás? (silencio) ¿Qué hay a tu alrededor? (silencio) ¿Qué sientes, o qué piensas? ¿Qué te está pasando?".

Después deja un pequeño espacio vacío y vuelve la atención al presente, diciendo

- Dentro de poco vas a abrir los ojos de nuevo. Haz 3 inspiraciones profundas, y dejas que tu cabeza y cuello se muevan ligeramente. Luego abre los ojos despacio.

5. Cierre

En círculo grande, **cada persona dice una palabra que le sugiera las emociones o aprendizajes que le ha aportado esta sesión.** Advertimos de que en la próxima sesión continuaremos trabajando con estos grupos y estas imágenes.





De 11 años en adelante

Pueden ser sucesivas o no.

Se da la posibilidad de ampliación a más horas para tratar temas que el alumnado precise, como puede verse en el recuadro “CONTINUACIÓN” en la página 13

SEGUNDA SESIÓN: 1 HORA

Se retoma la disposición en círculo en espacio diáfano y se recuerda al grupo cómo fue la sesión anterior mediante preguntas y trayendo lo anotado en la pizarra el día anterior durante el juego de la silla. Nos apoyamos en ello para construir un concepto común de “cuidados”.

1. cuidados durante el confinamiento

A continuación, fomentamos un diálogo sobre cómo vivimos el confinamiento por la pandemia y preguntamos **¿cómo me cuidaron? ¿Quién o quiénes me cuidaron? ¿Cómo os sentisteis? Y vosotras y vosotros, ¿cuidasteis de alguien? ¿A quién? ¿Cómo? ¿Cómo os sentisteis al cuidar?**

A continuación, fomentamos un diálogo sobre cómo vivimos el confinamiento por la pandemia y preguntamos **¿cómo me cuidaron? ¿Quién o quiénes me cuidaron? ¿Cómo os sentisteis? Y vosotras y vosotros, ¿cuidasteis de alguien? ¿A quién? ¿Cómo? ¿Cómo os sentisteis al cuidar?**

Después, preguntamos sobre que otras consecuencias tuvo la pandemia en nuestras vidas y tratamos de darle una perspectiva de cuidado siempre que la ocasión lo requiera, pero centrándonos en sus emociones. Si al grupo le cuesta participar, podemos introducir con tacto temas que se hayan dado durante la pandemia; muertes, violencia intrafamiliar, de género, falta de contacto con personas queridas, falta de corresponsabilidad en los cuidados, ansiedad por el confinamiento... También podemos preguntar

por otras situaciones positivas (consuelo y apoyo ante muertes, mayor unión entre la familia, un mayor conocimiento del vecindario o una toma de conciencia sobre los cuidados o sobre el mundo).

Comentamos como durante la pandemia, como suele ocurrir, las mujeres han sufrido una sobrecarga en los cuidados. Analizamos con perspectiva de género la situación, poniéndole nombre: Machismo, patriarcado y falta de corresponsabilidad en los cuidados y preguntando al grupo por su origen: La educación, la socialización.

Por último, buscamos en grupo alternativas para actuar ante las situaciones que se hayan dado. Por ejemplo, denunciar si han sido testigos de violencia, implicarse en las tareas de los cuidados y fomentar la corresponsabilidad de los hombres, dar apoyo emocional...

2. Escenas

Se retoman los grupos de 8 de la sesión anterior. Cada grupo debe preparar una escena sobre la carta que eligieron, relacionándola con situaciones que se dieron durante el confinamiento. Lo ideal es que sea el propio grupo el que aporte el tema y defina los asuntos o los conflictos. La profesora o profesor pasa por los grupos y si es preciso sugiere alguna pauta u orientación. El objetivo es que la escena permita visibilizar los problemas vividos durante la pandemia, no las soluciones; la escena es una manera de poner el tema ante el grupo grande y poder hablar en común sobre las propuestas que se les ocurran.

De 11 años en adelante



2 H

3. Presentación de escenas

Un grupo sale al escenario (una zona separada que se haya designado previamente). Representan su escena. Cuando terminan, el público aplaude. El grupo queda de pie en el escenario, frente al público, y cuentan qué querían representar con su escena, qué mensaje querían comunicar.

La profesora o profesor ayuda a comentar con preguntas aclaratorias

- **¿Qué hemos visto? ¿Qué pasaba? ¿Qué cuidados aparecían? ¿Qué necesitaban los personajes?**

Intentamos también fomentar la reflexión sobre la dimensión de ciudadanía global y de género.

- **¿Hay gente en el mundo que tiene este tipo de situaciones, estos desafíos? ¿Cómo nos imaginamos sus dificultades de cuidado?. ¿Ocurre igual para hombres y para mujeres? ¿Qué estructuras o instituciones están implicadas? ¿Qué aprendizajes sacamos de esta pandemia para crear un mundo mejor y un desarrollo sostenible?**

En esta parte puede aportar las nociones más específicas de cuidado (crisis, deuda, cadenas de cuidado, interdependencia, eco-dependencia, conflicto capital/vida, enfoque de género; ver Glosario), a propósito de los asuntos que el grupo está planteando. Una vez hecho esto, se pregunta al público qué final creen que sería deseable para la escena presentada.

4. Cierre

En círculo grande, se invita a reflejar lo aprendido y sentido:

Lo que me llevo sobre los cuidados es...

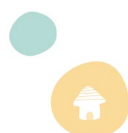


CONTINUACIÓN

Se puede hacer una sesión más de 1 hora aproximadamente trabajando un cuento o varios que le haya interesado especialmente al grupo.

Para ello, nos apoyaremos en los contenidos claves del Anexo "Cada Carta tiene su Historia", que dispone de un historia, reflexión y cuestiones por cada carta: Se puede contar el resumen del cuento que está en el anexo, o mejor, la historia original que encontraremos en bibliotecas o en internet.

Para la crisis del Covid, recomendamos especialmente la carta 9 para trabajar el cuidado de las personas mayores, la carta 11 para el duelo, la 12 para la corresponsabilidad de los cuidados entre mujeres y hombres, la 19 para la agresividad verbal y la 30 para la violencia.





CLAVES

PARA EL PROFESORADO

CLAVES PARA EL PROFESORADO

Sea cual sea la opción que desarrollemos, aquí añadimos algunas preguntas para ayudar a enfocar el sentido de las cartas y su uso. En infantil conviene centrarse en las claves 1, 2 y 3. A partir de primaria, y sobre todo en secundaria, puedes incluir las claves 4, 5 y 6.

1.

Detrás de cada carta existe **un cuento o historia que te invitamos a conocer**, cuyos resúmenes y orientaciones didácticas encontrarás en el *Anexo "Cada carta tiene su historia"*; Puedes hacerlo por tu cuenta o invitar al grupo a investigar (sobre todo a partir de 8 años). Si tienes más datos sobre el cuento completo, tu enfoque será más preciso. En todo caso, siempre puedes usar la carta con la referencia del texto que la acompaña, las preguntas que siguen y tus propios recursos.

2.

Relación del **personaje** con los cuidados. **¿Da o recibe cuidados, o ambas cosas? ¿Tiene deuda de cuidados con otros personajes o carencia de cuidados?**

3.

¿Cómo son las relaciones entre este personaje y otros: de familia, de amistad, de búsqueda, de oposición...? ¿Son relaciones respetuosas, agresivas, interesadas, cuidadosas...? Todas las preguntas que te sirvan para vincular con la carta y crear empatía con el personaje o personajes son útiles.

¿Cómo afecta el género a las relaciones entre los personajes? ¿Qué papel tiene el que sea hombre o mujer, respecto a los demás personajes de la historia? ¿Qué hacen los hombres y qué hacen las mujeres en este relato? Se puede relacionar el machismo del cuento con la sociedad. Tener en cuenta que algunos cuentos también pueden reflejar una imagen distorsionada de las mujeres, y puede ser analizado.

4.

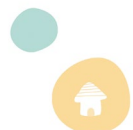
¿Qué tipo de cuidados se deducen de la historia? ¿físicos, emocionales, sociales...? ¿Son visibles o invisibles? ¿Quién los realiza? ¿Hay necesidades de cuidado no cubiertas?

5.

¿Es una historia de ámbito doméstico, ciudadano o global? ¿Afecta a lo colectivo lo que sucede en ella, o se ve afectada por lo colectivo (usos, costumbres, formas de decisión)?

6.

¿Qué relación tiene con lo que ocurre en la actualidad? ¿Suceden ahora cosas parecidas, sea de manera literal o simbólica? Los objetos, espacios y personajes ¿qué crees que significan?





GLOSARIO

ANEXO I

GLOSARIO BÁSICO

Los siguientes conceptos serán útiles como contenido transversal de las sesiones:

1. Pedagogía de los cuidados.

Propuesta de un **modelo coeducativo en el que los cuidados sean prioritarios, y, por tanto, la vida y su sostenibilidad están en el centro de todos los contenidos y las acciones educativas.** Este modelo incide en la responsabilidad de la desigualdad que han sufrido las mujeres por haber sido socializadas, presionadas y obligadas a desarrollar los cuidados. Por tanto, exige la corresponsabilidad de los hombres y los estados en el desarrollo de los cuidados y cuestiona el sistema hegemónico, que es patriarcal y capitalista, y que tiene en su eje el mercado en vez de la vida.

2. Cuidados.

Con cuidados nos referimos a aquellas **actividades imprescindibles para el mantenimiento de la vida**, a la sostenibilidad social tanto en un plano físico como emocional y socio-político, como por ejemplo atender, escuchar, gestionar el presupuesto del hogar, consolar, enseñar, asistir a las personas enfermas o dependientes, acompañar en la muerte, parir, criar, alimentar, cocinar, lavar, coser, sanar, reciclar, reutilizar, generar redes de cuidados colectivos, asistir a manifestaciones o participar en actividades para mejorar los derechos humanos y la conservación del planeta, etc.

3. Coeducación.

Propuesta educativa que promueve una mirada crítica, comprometida y **responsable con las desigualdades e injusticias sociales**, especialmente con aquellas que se dan hacia las **mujeres** por el hecho de serlo.

4. Crisis de los Cuidados.

Con crisis de los cuidados nos referimos a aquellas situaciones en las que **la esfera en la que se sostiene la vida**, una vida digna de ser vivida, **toma un papel secundario** en nuestro sistema socio-económico, que prioriza el beneficio económico de una minoría poderosa, y ello deriva en un colapso de la vida, de la naturaleza.

5. Deuda de Cuidados.

Las personas que reciben cuidados y no los dan, generan esta deuda. En el sistema capitalista y patriarcal, los hombres han contraído con las mujeres una deuda de cuidados, principalmente con las más pobres económicamente, por el trabajo que han realizado y realizan sin remuneración económica ni valoración social, o de forma precaria.

6. Interdependencia.

Característica de las relaciones humanas. Por nuestra vulnerabilidad, que no solo se refiere al inicio de la vida sino a todo su ciclo, **los seres humanos necesitamos de otros seres humanos** (vínculos, protección, obtención de bienes materiales, afecto, reconocimiento, etc). De esta forma, el sujeto ciudadano transforma y es transformado por la comunidad en la que se encuentra.



GLOSARIO BÁSICO

Los siguientes conceptos serán útiles como contenido transversal de las sesiones:

7. Ecodependencia.

Forma de relación entre el ser humano y la naturaleza por la que las personas necesitamos de la naturaleza para vivir y, al mismo tiempo, estamos sujetas a sus limitaciones y condiciones. **No podemos sobrevivir sin la naturaleza a la que pertenecemos. Somos también responsables de su cuidado**, precisamente por esta dependencia.

8. Conflicto capital / vida.

La organización patriarcal y capitalista de la producción y las relaciones humanas genera una situación conflictiva, puesto que los objetivos del capital (acumulación, explotación, expansión indefinida, concentración restringida del beneficio) son antitéticos con la expresión y desarrollo de la vida. Las expresiones naturales de la vida y sus ciclos (infancia, adolescencia, vida adulta, vejez; diversidad, movimiento, migración; creatividad, trascendencia) chocan a menudo con las exigencias y limitaciones de la producción, tendiendo a privilegiar los objetivos del capital y a obviar los de la vida (el número de camas en un hospital o la cantidad de alumnado en un aula, responde a un criterio económico neoliberal y no a la necesidad real de las personas).





CENTROS DE CUIDADO

ANEXO II

CENTROS DE CUIDADOS.

Como complemento a las cartas vamos a utilizar la noción de “centros de cuidado” propuesta por **Nel Noddings** en su análisis teórico de pedagogía de los cuidados. Los 6 centros definen qué o quiénes son objeto de los cuidados, y sirven de guía para enfocar la idea de cuidados y cómo se materializa. En las propuestas didácticas para cada nivel está incluida la forma de integrar los 6 centros.

1. CUIDADO PERSONAL.

(Autocuidado)

Nivel físico: alimentación, higiene, descanso, ejercicio, consumo, autogestión de la salud, muerte y duelo.

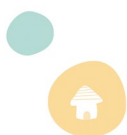
Nivel emocional: regulación y equilibrio de emociones; expresión emocional. Autoconcepto, autoestima, comunicación no violenta. Valor del más pequeño.

Nivel ocupacional: el juego, el aprendizaje, el trabajo. Lo que nos proyecta hacia el mundo. También, lo que nos da placer y satisface una necesidad.

Nivel espiritual: Diferentes perspectivas espirituales o religiosas desde el conocimiento, la crítica y el análisis.

Personas con relación directa o cercanas, del ámbito próximo a cada cual. Todo el mundo relacional directo está incluido en este centro (amistad, familia, compañer@s, vecin@s...).

Son las relaciones en las que ponemos en juego la atención, la capacidad de ayuda y la receptividad, siempre con espíritu crítico (para reconocer la presión del grupo y de las tradiciones). Se nos muestra en ellas la vulnerabilidad y la necesidad de crecer desde la dependencia inicial hacia grados cada vez mayores de libertad, a través de vínculos amorosos y respetuosos.



3. CUIDADO DE LO LEJANO. PERSONAS DESCONOCIDAS.

Personas que no conocemos (porque viven en otros lugares o porque están en nuestro entorno sin que tengamos relación con ellas) pero con cuyas situaciones podemos resonar y comprometernos: colectivos desfavorecidos, grupos vulnerables, minorías discriminadas, con discapacidades de distinto tipo, pueblos en conflicto.

Si les resulta ajeno a su experiencia, tendremos que ayudar al grupo a integrar en su conciencia las formas de cuidar a quienes no conocemos: Informarnos, ponernos en su lugar, llevar a cabo acciones solidarias... Es habitual que las personas adolescentes y jóvenes conozcan casos así a través de las redes sociales.

4. CUIDADO DE PLANTAS, ANIMALES Y LA TIERRA.

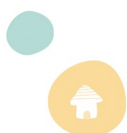
Otros seres vivos que también necesitan cuidado. Todo el entorno medioambiental, desde lo local a lo global; las relaciones de depredación y la actitud ante el consumo. Es importante poder reconocer nuestra pertenencia al medio natural, nuestra dependencia del mismo y nuestra responsabilidad.

5. CUIDADO DE LOS OBJETOS Y ESPACIOS (EL MUNDO FABRICADO).

Lugares que habitamos, espacios urbanos (casa, escuela, calle, ciudad). Objetos que manejamos. No sienten ni reaccionan, pero el modo de tratarlos tiene implicaciones en nuestro ser y en nuestro entorno. Es importante valorar la limpieza y el respeto a los espacios comunes y a los objetos del entorno (mobiliario urbano, objetos compartidos, etc); no como control, sino como medio para facilitar el logro de los propósitos personales y la creación de ambientes armoniosos y respetuosos. Responsabilidad de cuidado del espacio común. Consumo consciente y responsable.

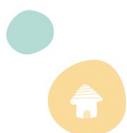
6. CUIDADO DE LAS IDEAS

Formas de pensar, de creer, de sentir, diversas. Tolerancia a la diversidad. Respeto, diálogo y conocimiento (no equivalentes a acuerdo) de sistemas y culturas diferentes. Pensamiento crítico, sistemas de valores.



Para decidir qué centros de cuidado proponer, lo interesante es tomar en cuenta las necesidades y procesos de cada grupo. Por ejemplo, el centro 6 es interesante trabajarlo a partir de 8 o 9 años para incluir una mirada de Ciudadanía Global. Para ello, el Glosario de esta guía puede ser muy útil.

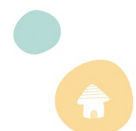
La pauta general sería ir a lo más cercano con los más pequeños y ampliar el área según aumenta la edad; pero el abordaje del autocuidado puede ser muy importante en secundaria, en relación con la maduración sexual y el autoconcepto. En infantil las historias de autocuidado pueden tener que ver con la alimentación saludable (¿comemos muchas chuches?), el descanso o la integridad física, y en secundaria con la salud sexual (protección en las relaciones, relaciones respetuosas...) o con los trastornos de la alimentación.



BIBLIOGRAFÍA



- INTERED (2014). La revolución de los cuidados. Tácticas y estrategias.
- INTERED (2019). Posicionamiento de Educación de InteRed. Por una educación transformadora.
- INTERED (2018). Pedagogía de los cuidados: Aportes para su construcción.
- INTERED (2020). Toca Igualdad. Una contribución a la prevención de las violencias machistas a través de la coeducación.
- INTERED (2019). Coeducación para la ciudadanía global. De la teoría a la acción educativa.
- VÁZQUEZ VERDERA, VICTORIA: “La educación y la ética del cuidado en Nel Noddings”, Valencia, 2009.





InteRedx

por una educación transformadora



Junta de Andalucía

Consejería de Igualdad, Políticas Sociales
y Conciliación

AGENCIA ANDALUZA DE COOPERACIÓN INTERNACIONAL
PARA EL DESARROLLO