

# CO RRES PON SA BI LI DAD

con  
emociones

Compartiendo  
en igualdad



GOBIERNO DE ESPAÑA  
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO DE SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD  
INSTITUTO DE LA MUJER Y PARA LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES



Ayuntamiento de  
TORREJÓN DE ARDOZ  
CONCEJALIA DE MUJER



Unión Europea  
Fondo Social Europeo  
"El FSE invierte en tu futuro"



FEDERACION ESPAÑOLA DE MUNICIPIOS Y PROVINCIAS

# CORRESPONSABILIDAD *con emociones*

## EDITA

Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz. Concejalía de Mujer

Centro Abogados de Atocha.  
C/ Londres, 11 B – Torrejón de Ardoz.  
Tel: 91 678 38 63  
Mail: [concejaliamujer@ayto-torreon.es](mailto:concejaliamujer@ayto-torreon.es)  
[www.facebook.com/concejalia.mujer](http://www.facebook.com/concejalia.mujer)

## TEXTOS Y DISEÑO

Amantara S.Coop. Mad.

## IMPRESIÓN

Grafilan, S.L.

## IMÁGENES Y DIBUJOS DE:

Niñas y niños, familias y profesorado de los siguientes  
centros escolares de Torrejón de Ardoz:

CEIP ANTONIO MACHADO (1º DE PRIMARIA)  
CEIP RAMON Y CAJAL (1º DE PRIMARIA)  
CEIP ANDRES SEGOVIA (1º DE PRIMARIA)  
CEIP GINER DE LOS RIOS (2º DE PRIMARIA)

¡Gracias a todas las personas participantes!

**Desde la Concejalía de Mujer hemos elaborado esta Guía para facilitar a las familias unos elementos para reflexionar sobre el proceso de crianza y educativo de sus hijas e hijos.**

Las madres y los padres se ocupan y se preocupan por sus hijas/os, vuelcan en ellas sus anhelos, les quieren, les cuidan... tratan de facilitar su desarrollo integral y desean que lleguen a ser personas íntegras y felices que tengan su lugar en la sociedad.

Las creencias que se tienen sobre las formas de ser de niñas y niños, suponen que niñas y niños a pesar de vivir en la misma familia reciban mensajes diferentes:

Mientras a las niñas se las alienta para demostrar afectos, sentimientos... a los niños se les limita, entendiendo que éstos son expresión de debilidad, suponiendo que los chicos deben ser duros, o al menos aparentarlo. Nos preguntamos: si un niño no debe llorar... ¿De qué otra manera puede expresar o desahogar sentimientos como rabia, impotencia, dolor, tristeza...? ¿...a golpes?

Entendemos que expresar sentimientos, demostrar afectos, ser sensible no son muestras de falta de fortaleza, si no que quienes no desarrollen estas capacidades puede mostrar en un futuro desequilibrios emocionales, por no saber enfrentarse, o muchas veces, ni tan siquiera saber nombrar lo que siente... lo que le pasa.

Las niñas, en cambio, suelen ser disuadidas de ser líderes, de alcanzar sus objetivos sin mirar atrás... así se reduce su confianza en su fuerza y en su determinación y sobre todo, se les estimula a reconocer y atender las necesidades de otras personas, a apoyar emocionalmente... y no tanto, a hacer todo eso consigo mismas.

**Lo que planteamos con este proyecto *Corresponsabilidad con emociones* es que el aprendizaje de los cuidados y las emociones incluya a niñas y niños;** que ambos puedan ocuparse de sus necesidades, sepan cuidarse y cuidar a l@s demás... y que desde el diálogo y la negociación puedan crearse nuevos modos de convivencia en familias donde compartir la vida en igualdad, donde se contemplen las singularidades de cada persona, no los mandatos sociales de género que limitan y dificultan el bienestar familiar.

Esperamos que este material os resulte útil para reconocer estos condicionantes de género en la educación de las niñas y niños y que, desde la conciencia de lo que pasa y el análisis de las consecuencias... estemos poniendo los cimientos para cambiarlo y construir entre todas y todos una sociedad en igualdad.

**Concejalía de Mujer**

# CORRESPONSABILIDAD con emociones



Hemos dibujado las emociones... ¡Así nos acercamos a ellas!

Las personas somos un gran tesoro lleno de cualidades que nos hacen únicas y diferentes. Todas somos valiosas.

**Sentir** es una característica humana. Las personas vivimos emociones y nos podemos sentir: tristes, tranquilas, alegres...

“Las emociones son naturales...”

CEIP A.S. 1º PR

“Las emociones nos pasan todos los días... A todas las horas estamos teniendo emociones”

CEIP A.M. 1º PR.

Conocer y aceptar nuestras emociones nos permite conocernos y comprendernos para poder comunicarnos y relacionarnos mejor.





Ya no hay juguetes con los que no jugamos por ser niña o niño... con nuestras varitas mágicas hemos quitado el hechizo que tenían y ahora todas y todos podemos jugar a cualquier cosa y a cualquier edad.

## A todas las personas nos gusta que nos cuiden.

Todas podemos recibir cuidados y cuidar.

***Aprendemos a gestionar las emociones y a cuidarnos viviendo y jugando.***

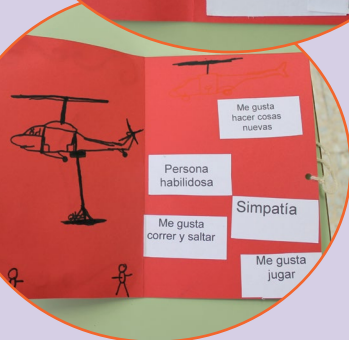
Jugar nos ayuda a crecer y desarrollarnos... por eso es bueno que juguemos todos y todas con muñecas y con balones.



# CORRESPONSABILIDAD con emociones



En familia compartimos la vida y nos cuidamos, nacen las bases para lograr un equilibrio en las vidas de nuestros hijos e hijas, igualdad para dar y recibir, cuidar y que nos cuiden, emocionarnos, permitiéndonos “ser” nosotros y nosotras mismas y aceptar y convivir con las emociones.



Las creencias erróneas sobre “cómo” debe sentir y ser un niño o una niña son la base de muchos problemas posteriores. Las emociones (miedo, tristeza, enfado...) nos indican qué necesidades son las que debemos escuchar y atender (seguridad, amor, tranquilidad...) y esas necesidades las tenemos todos y todas.

**Corresponsabilidad en casa es** compartir las tareas, los afectos, los cuidados. Es comunicarnos, dialogar, delegar y asumir, compartir emociones y poner límites con cariño. Una buena comunicación permitirá un reparto de tareas corresponsable.

Es nuestra tarea fomentar que niños y niñas participen en los cuidados, tareas de casa y en decisiones que afectan a la familia, esto mejora su capacidad de elegir y de responsabilizarse de lo propio y lo común.



# o de intensidad emocional

agradable

desagradable

ALGUNAS  
COMIDAS  
COMO LA  
PASTA

Sobrevivir  
Algunas  
comidas que le  
dan energía y  
le ayudan a  
enfrentarse a  
lo que viene

TRANQUILIDAD

FELICIDAD  
DE  
CONSEGUIR  
LO QUE QUIERO

2. Felicidad, cuando  
estamos juntos los  
4 y hacemos cosas  
juntos.

O COMO LA  
COMIDA  
PREGUNTAS

TRISTEZA  
POR MIS  
HIJOS  
QUE ME

ALGUNOS DIAS  
FRUSTRACION  
DADA TIRADA.

CULPABILIDAD  
IMPOTENCIA

DESPERACION  
Y  
OPUSACION

Sentimiento  
Ira: cuando por la  
haber estar cansada  
de todo el dia y  
todas estas cosas  
hacer y yo sigo  
haciendo tareas

COMPROBACION  
INDISPENSABLE  
DESAGRADECIMIENTO  
HACIENDO TODO  
A TUO PESA  
A LA VEZ TO MISMA  
ME VALEDO

! Rabia por no  
compartir lo igual  
a igual las cosas  
de casa.

Por las  
mas



# CORRESPONSABILIDAD con emociones



Desde el ámbito educativo contribuimos en la transformación social hacia un mundo más justo y equitativo, hacia una igualdad real. Desde las pequeñas acciones cotidianas, el cariño, la observación y la comprensión de los patrones sociales heredados para poder cambiarlos. Cada acción que emprendemos hacia una educación emocional más coherente y respetuosa nos empuja a una sociedad más justa y equitativa.

Las diferentes expectativas y las ideas concretas que tenemos según sean niñas







o niños, marca su desarrollo y lo que ellos y ellas ofrecen a la sociedad.

Podemos fomentar un desarrollo más integral potenciando experiencias enriquecedoras si salimos de los márgenes sociales tradicionales alejándonos de estereotipos y límites socialmente impuestos. Podemos enriquecernos mutuamente y compartir experiencias para construir un mundo mejor.



# CUIDÁNDONOS Y COMPARTIENDO LA VIDA EN FAMILIA

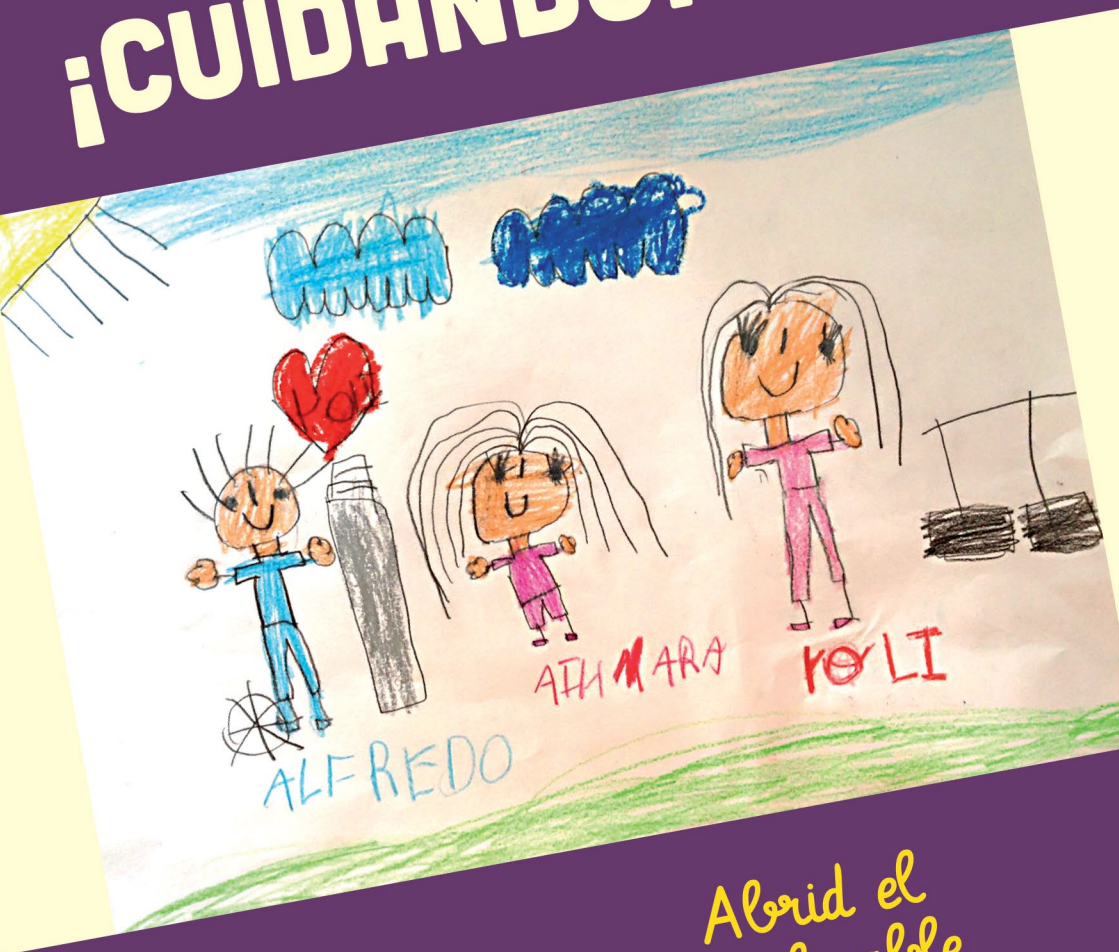
*¡un juego para casa!*

En casa podemos cuidarnos de muchas maneras, con muestras de cariño, compartiendo, comunicándonos y repartiendo tareas, que son necesarias y nos hacen la vida más fácil.

## *Instrucciones*

1. Recorta el calendario desplegable por la línea de puntos y colócalo en un lugar visible de la casa para todas las personas.
2. Cada persona de la familia elige un cuidado de la lista y se compromete a cumplirlo en la semana.
3. Una vez hecho, debéis pegar la pegatina que corresponde con el cuidado elegido en el calendario.
4. Continuar el juego hasta terminar las cuatro semanas del calendario.
5. Si os ha gustado el juego podéis seguir jugando con vuestro propio calendario y ampliando la lista de cuidados.

# DIVERTIRSE... ¡CUIDANDO!



Abred el  
desplegable  
y ¡a jugar!



Todas las personas de la familia  
juntas decidimos un plan de ocio.



Hacer un dibujo en compañía.



Preguntar "¿cómo estás? ¿Te puedo ayudar?".



Contarle a alguien lo que me pasa,  
si me siento triste o enfadad@.



Decir las cosas que pienso cuidando de las  
demás personas.



Preguntar "¿cómo te sientes?".



Contar un cuento antes de dormir.



Hacer un dibujo sorpresa para una persona.



Dar un beso sorpresa con abrazo.



Dar un masajito.



Cuando alguien se siente mal,  
preguntarle qué le pasa.



Observar si alguien está muy  
cansad@ y ayudarle en sus tareas



Ayudar a poner y quitar la mesa.



Limpiar junt@s un día.



Recoger el baño después de la ducha.



Recoger los platos de la mesa y  
dejarlos donde se laven.



Echar mi ropa a lavar.



Colocar mi ropa cuando me la quito.



Cada semana una persona elige un  
cuidado y coloca la pegatina en el  
día elegido. ¡Y a cuidar!

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

CO  
RRES  
PON  
SA  
BI  
LI  
DAD

con  
emociones

Compartiendo  
en igualdad