

**MICROMACHISMOS:
pasamos á acción**

Enlaza Vigo é unha iniciativa do Consello Municipal da Muller e da Concellería de Igualdade de Vigo para esixir a todos os poderes públicos e á sociedade en xeral un compromiso real e unha implicación decidida para combater o terrorismo machista.

enlaza
vigo



Consello Municipal
da Muller

Proposta 2019
Centros de secundaria

**Participación na exposición
colectiva sobre micromachismos**

Entrega de materiais ata 11 de novembro

**Evento central
no Auditorio Mar de Vigo**

luns, 25 de novembro



OS MICROMACHISMOS

A termo **micromachismo** remóntase ao ano 1990, cando foi usado polo psicólogo arxentino Luís Bonino. Sinalaba que os micromachismos “son tiranías cotiás, un tipo de violencia branda e invisible, de baixa intensidade”, que revisten a realidade dunha forma imperceptible e que viaxan paralelos á lóxica patriarcal da nosa sociedade.

Se atendemos á súa orixe epistemolóxica, **micro** refírese a imperceptible e **machismo** a aquelas actitudes de dominación masculina sobre a muller.

Prodúcense a través de **xestos, actitudes e ideas** que condicionan día a día a vida das mulleres.

Ao ser unha **acción cotiá** vívese en todos os ámbitos: na rúa, no transporte público, no traballo, nos colexios, no fogar, etc

Son manifestacións de carácter machista que a miúdo pasan **desapercibidas** por considerarse normais na sociedade.

É un machismo subterráneo, que non fai saltar as nosas alarmas a maior parte das veces

Son actos que están arraigados na cultura da sociedade e que non se ven como algo malo.

O seu perigo reside na facilidade con que se camuflan, porque xera un dano cara ao sexo feminino e cara a todo aquel que non se adecúe ao rol de xénero que socialmente se lle asignou.

En EnlazaVigo 2018 identificamos 43 micromachismos.

Na edición de EnlazaVigo 2019, ademais de identificar, imos a ERRADICAR OS MICROMACHISMOS.

EL ICEBERG DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



Este debuxo ilustra moi ben por que debemos ocuparnos dos micromachismos.

Os icebergs son masas compactas de xeo: **só se ve unha pequena parte pero esa punta é sostida por unha base enorme que non vemos a primeira vista.** Co machismo sucede algo moi parecido: con frecuencia vemos que se producen asasinatos por violencia de xénero e que moitas mulleres son vítimas de malos tratos ou de violencia sexual.

Con todo, eses casos son só a punta do iceberg, a parte máis visible. Para que existan necesitan ser sostidos por unha base grande e forte que, moitas veces, non se ve. **Esa base é o machismo cotián, o desprezo ao feminino e a todo o que ten que ver coas mulleres.** Poderíamos dicir que estes comportamentos son a base sobre a que se sosteñen feitos moi graves, como a violencia de xénero e sexual, as agresións ou o menosprezo ás mulleres. Os celos, a expresión “es miña”, o feito de que as mulleres poidan ser tocadas na rúa ou

nun bar, que as opinións das mulleres sexan infravaloradas, etc, **son feitos que sustentan e perpetúan a discriminación sobre as mulleres.**

Para ver con claridade ata que punto son importantes os micromachismos podemos fixarnos na **pirámide da violencia machista**. Amnistía Internacional débuxaa como un iceberg:

- **na punta**, a pequena parte que se ve, está o **asasinato de mulleres, as agresións físicas ou as violacións;**
- **máis abaixo**, na parte máis próxima á superficie pero xa mergullada, están **as humillacións e desprezos, a chantaxe emocional, ou as culpabilizacións;**
- **no fondo**, na parte máis profunda, está **o control, a publicidade sexista, a invisibilización das mulleres ou os micromachismos** dos que falamos.

IDENTIFICAR ~~MICRO~~ MACHISMOS: UNHA CLASIFICACIÓN DE APOIO

A) Micromachismos coercitivos:

1. Intimidación
2. Control do diñeiro.
3. Non participación no doméstico.
4. Uso expansivo-abusivo do espazo e do tempo para si.
5. Insistencia abusiva.
6. Imposición de intimidade.
7. Apelación á “superioridade” de lóxica varonil.
8. Toma ou abandono repentina do mando da situación.

B) Micromachismos encubertos:

1. Abuso da capacidade “feminina” de cuidado.
 - 1.1. Maternalización da muller.
 - 1.2. Delegación do traballo de coidado dos vínculos e das persoas.
 - 1.3. Requirimentos abusivos solapados.
2. Creación de falta de intimidade.
 - 2.1. Silencio.
 - 2.2. Illamento e posta de límites.
 - 2.3. Avaricia de recoñecemento e dispoñibilidade.
 - 2.4. Inclusión invasiva de terceiros.
3. Pseudointimidade.
 - 3.1. Comunicación defensiva-ofensiva.
 - 3.2. Enganos e mentiras.

4. Desautorización.
 - 4.1. Descalificacións.
 - 4.2. Negación do positivo.
 - 4.3. Colisión con terceiros.
 - 4.4. Terrorismo misóxeno.
 - 4.5. Autoalabanzas e autoadxudicacións.
5. Paternalismo.
6. Manipulación emocional.
 - 6.1. Culpabilización-Inocentización.
 - 6.2. Dobres mensaxes afectivo.
 - 6.3. Enfurruñamento.
7. Autoindulxencia e autoxustificación.
 - 7.1. Facerse o parvo.
 - 7.2. Impericia e esquecemento selectivos.
 - 7.3. Comparación vantaxosa.
 - 7.4. Pseudoimplicación doméstica.
 - 7.5. Minusvaloración dos propios erros.

C) Micromachismos de crise:

1. Hipercontrol.
2. Pseudoapoio.
3. Resistencia pasiva e distanciamento.
4. Refuxir a crítica e a negociación.
5. Prometer e facer méritos.
6. Victimismo.
7. Darse tempo.
8. Dar mágoa.

Micromachismos: la violencia invisible en la pareja (Luís Bonino Méndez). Ver artigo no enlace:
<https://drive.google.com/file/d/1PfxZ8kM-gsL3EnZKGetSVH-zeBSZWS-Q/view?usp=sharing>

IDENTIFICAR ~~MICRO~~ MACHISMOS: EXEMPLOS

1. **Dirixirse a unha muller en función de se está casada ou non** é un micromachismo porque esta condición debe ser independente á súa persoa. Exemplo: “Estado civil, señora ou señorita?”.
2. **As gabanzas pola rúa** e valorar ás mulleres polo seu aspecto físico fai ás mulleres sentirse incómodas e semella que quen as realiza ten o dereito a facelas. Exemplo: “Tía boa, ven que che fago un favor”.
3. **Cando ante unha tarefa doméstica** se empregan por parte de mulleres expresións como “Déixame que ti non sabes” ou “Quita que eu o acabo máis rápido”, só contribúen a que elas sigan facendo o que eles tamén deben facer.
4. **Que os cambiadores do baño estean só no aseo das mulleres** é un micromachismo porque cambiar cueiros é tarefa de ambos. Moitos centros comerciais están a cambiar as súas iconas, poñendo un biberón -símbolo de lactación-, e un home e unha muller dando a man a un/unha neno/a como símbolo de que calquera dos dous pode entrar.
5. **A maneira de sentar dalgúns homes, en especial no transporte público, coas pernas abertas**, invadindo o espazo dos asentos adxacentes. Denomínase **manspreading**.
6. **No mundo do deporte, as mulleres poden alcanzar grandes logros**, pero non será iso o que destaquen algúns medios, que se centran no seu físico ou en estimar que os seus triunfos eran froito do seu adestrador. Asemade, non recollen eses logros na mesma medida que para os homes.

IDENTIFICAR **MICRO** MACHISMOS: EXEMPLOS

7. Cando unha muller está na cociña e pregunta “Axúdasme?” ou cando un home expresa “Cariño, púxenche a lavadora” estase normalizando o acto de que as mulleres teñen a cociña como o seu ‘hábitat natural’ e asociar tarefas domésticas só ás mulleres é un micromachismo.
8. En vodas, gradacións, entregas de premios, etc. coméntase só a **indumentaria das mulleres** e realízanse críticas moi duras a quen se sae da norma. Para elas resáltase a beleza e para eles a comodidade. Exemplo: “**Vaia modelíño**”.
9. Cando se critica a forma de vestir dunha muller por ser demasiado “provocadora”. Exemplo: “**Vestindo así pareces unha buscona**”.
10. **Nalgúns contornos chamar polo nome as mulleres e polo apelido aos homes**. Exemplos: Caballero ou Feijoo fronte a Carmela ou Elena; poucos titulares se verán cun “Abel” ou “Alberto” a secas.
11. **Discotecas que lles cobran menos ás mulleres ou que lles deixan entrar gratis** están tratando ás mulleres como reclamo e non facendo discriminación positiva.
12. **Cando un pai coida á súa filla ou ó seu fillo porque é a súa responsabilidade**, dado que o coidado dos fillos e fillas é unha tarefa que corresponde a pais e nais por igual. Exemplo: “**Hoxe deixáronche de niñeira**”
13. **Regalar cousas diferentes a nenos e nenas**. Os micromachismos tocan todos os tramos de idade. Exemplo: socialmente está aceptado que a **cor azul é para o neno e o rosa para a nena**, así como que os **coches e os bonecos guerreiros son para el e a as bonecas para ela**. Asignar roles de xénero a través dos xoguetes xera estereotipos sexistas.
14. **En moitos eventos deportivos ou presentacións de marcas de vehículos, a figura da muller queda relegada a soste un paraugas na recta de saída, ofrecer un ramallete ao gañador ou ser un atractivo visual para o posible comprador**.
15. **As mulleres que traballan en política e son xulgadas pola súa vestimenta**. Algúns medios de comunicación prefiren centrarse en destacar as pezas de roupa que usan no canto de falar da súa labouira profesional.
16. **Anuncios sexistas**. Exemplo: non chama a atención o feito de que os anuncios de limpeza sexan protagonizados, na súa maioría, por mulleres; ou é moi raro que nun anuncio de coches sexa unha muller a que o leve, o papel que se lles deixou é o de acompañante no asento do copiloto.
17. **O corpo feminino é máis frecuentemente hipersexualizado e usado como reclamo para as grandes marcas en relación ao corpo masculino**. Exemplo: utilizar en publicidade corpos femininos para vender colonia, alcol, videoxogos, roupa, etc
18. **Expresións que perpetúan os roles de xénero e que faltan ao respecto ás mulleres**. Exemplo: “Es unha nenaza”, “Pareces un marimacho”, “Así non se comporta unha señorita”, “Non chores que pareces unha nena”, “Intelixente como papá”, “Bonita como mamá”, “Mellor non che falo, nótase que andas nos teus días”. **Igualmente se producen no manexo de vehículos con ataques gratuítos como “Muller tiñas que ser” ou “Muller ao volante, perigo ao instante”; as habilidades ao volante non dependen do sexo de quen conduce.**



EXEMPLOS DE MICROMACHISMOS PARA VER NA REDE:

- **“Machismos: de micro nada”** / Colectivo Fiadeiras. (Editorial Embora, 2015) (galego)
<http://www.eduso.net/res/23/articulo/machismos-de-micro-nada>
- **“Fíaste do que dis?”** / Presentación do proxecto realizado no IES N1 de Ribeira (galego)
<https://www.sgapeio.es/descargas/traballosVIII/fiaste.pdf>
- **“Micromachismos. Machismo invisibilizado”** (Asociación Berenguela Pola Igualdade, 2018) (galego)
<https://www.youtube.com/watch?v=xHFMWTC7ow8>
- **“Cómo identificar los micromachismos”** (Educa LAB. La aventura de aprender, 2017)
http://laaventuradeaprender.educalab.es/documents/10184/70265/Guia-LADA_Como-identificar-los-micromachismos.pdf
- **“El machismo que no te pega: guía didáctica para detectar, sensibilizar y prevenir la violencia contra las mujeres a través de los micromachismos”** (Plataforma Andaluza de Apoyo al Lobby Europeo de Mujeres, 2018)
<http://mujereslobby.org/wp-content/uploads/2018/05/Guia-didactica.pdf>
- **“Micromachismos y otras actitudes sexistas en los centros. El decálogo”** (Concejo Educativo de Castilla y León, 2018). Decálogo sobre actitudes machistas nos centros educativos que poden ter consecuencias na educación das mozas e dos mozos.
<http://www.concejoeducativo.org/2018/21-febrero-2018-decalogo-micromachismos-en-los-centros-performance/>
- **“Vivas, libres y empoderadas. Propuestas didácticas Educación Infantil, Primaria, E.S.O, Bachiller y F.P.A.”** (SATE-STEs, 2016)
https://satestes.es/wp-content/uploads/2016/11/UnidadesDidacticas_25N_2016_SATE-STEs.pdf
- **“Blog micromachismos”** <https://www.eldiario.es/micromachismos/> | **“No te ha pasado que...? Micromachismos”** (2016)
<https://www.youtube.com/watch?v=WVRKdakh6fw&feature=youtu.be> | **“A mi también me ha pasado. Historias de micromachismos”** (2017) <https://www.youtube.com/watch?v=MB-ySGEYF10> | **“Tú también puedes hacer algo para acabar con el machismo”** (2018) <https://www.youtube.com/watch?v=GktglxCZoeY&feature=youtu.be>
- **“25 micromachismos”** (Feminista ilustrada, 2016))
<https://feministailustrada.com/2016/01/28/25-micromachismos/>
- **“Micromachismos que las mujeres viven a diario”** (La tarde: el vigía del pueblo, 2018)
<http://www.latarde.com.mx/micromachismosquelasmujeresvivenadiario-465127.html>
- **“Micromachismo. ¿Queremos que nuestros alumnos piensen así?”** (Entre paréntesis: dialogar en las fronteras, 2016)
<http://entreparesis.org/micromachismos-queremos-alumnos-piensen-asi/>
- **“Situaciones actuales que son ejemplos de micromachismos”** (Oxfan intermon)
<https://blog.oxfamintermon.org/situaciones-actuales-que-son-ejemplos-de-micromachismos/>
- **“Micromachismo: 20 formas de violencia de género que suelen pasar desapercibidas en la vida cotidiana”** (No más violencia de género, 2016)
<http://nomasvg.com/micromachismo-20-formas-de-violencia-de-genero-que-suelen-pasar-desapercibidas-en-la-vida-cotidiana/>
- **“Micromachismos: 4 muestras sutiles de machismo cotidiano”** (Psicología y mente)
<https://psicologiaymente.com/social/micromachismos>
- **“10 ejemplos de micromachismos que deben hacer plantearnos las cosas”** (Epik, 2018)
https://as.com/epik/2018/03/09/portada/1520590878_342990.html
- **“El micromachismo, machismo sutil o violencia suave”** (Mujer Kiik, 2017)
<http://www.mujerkiik.com/el-micromachismo-machismo-sutil-o-violencia-suave/>

EXPOSICIÓN:

“A violencia sexual na mocidade. Infórmate!” (Concellería e Igualdade, Concello de Vigo)

Exposición que a Concellería de Igualdade pon a disposición de todos os centros de ensino da cidade. Consta de 10 paneis informativos que abordan que é a violencia sexual, tipos, as súas consecuencias, como pode axudar o grupo de iguais á persoa agredida e claves para unha convivencia en respecto, liberdade e igualdade.

Esta exposición itinerante está realizada pola Concellería de Igualdade do Concello de Vigo no marco do Programa Irene (programa de información, formación e prevención de violencia sexual na mocidade) a través dun convenio de colaboración asinado co Instituto da Muller e cofinanciado polo Fondo Social Europeo.

Para solicitar a cesión temporal da exposición cómpre chamar ao 986 81 02 84.

Máis información en: www.igualdadevigo.org



1. ACTIVIDADES NA AULA E EXPOSICIÓN COLECTIVA

Identificación de micromachismos e propostas de erradicación (entrega materiais ata 11 novembro)

- Sobre a base do material que se achega no dossier ou dos recursos na rede, **facer un exercicio de identificación de situacións de micromachismo** entre o alumnado da aula.
- A partir da anterior identificación, **escoller dous ou tres casos**. Para evitar excesivas repeticións na exposición colectiva, pregamos que se consulte coa Secretaría técnica de EnlazaVigo (631 17 92 52) aos efectos de seleccionar conxuntamente un deles e así poder lograr un amplo abano de casuística.
- Co caso finalmente seleccionado, compre **representar graficamente a forma de erradicación**.
- Esa representación pode ser **unha escena fotográfica, un mural ou unha ilustración**, que haberá que converter nunha **imaxe jpg ou png de escala 4:3 ou 3:2 da maior resolución posible**, de cara a incorporar nun recadro semellante ao que se achega na seguinte folla.
- Xunto coa imaxe ten que acompañar **un slogan** do caso que se está identificando e facendo a proposta de erradicación. Tamén se pode aportar unha breve explicación.
- **A entrega da imaxe, título-resumo e breve descrición** realizarase por correo electrónico a **enlazavigo@gmail.com** **(ata o luns 11 de novembro)**

Resulta imprescindible cumprir con este prazo para poder incorporar as achegas dos centros no deseño das lonas que formarán parte da Exposición colectiva

Exposición colectiva no paseo peonil do Calvario (18-27 novembro)

- Con todas as achegas dos centros participantes organizarase unha **Exposición colectiva**, que se localizará no **paseo peonil do Calvario**, no cruce con rúa Aragón, **dende o luns 18 de novembro ata o mércores 27 de novembro**.

2. EVENTO CENTRAL NO AUDITORIO MAR DE VIGO* (luns, 25 novembro)

Participación en actividades previas (10:15-11:30)

- Visita á Exposición colectiva e á Exposición “Violencia sexual na xuventude, Infórmate!”
- Participación en actividades lúdicas e informativas

Participación no acto central (11:30-12:30)

Dado o aforo limitado do Auditorio, cubrirase a participación neste evento por rigoroso orde de inscrición.

**PARA PARTICIPAR CUBRIR FICHA QUE SE ACHEGA
antes do 31 de outubro**

CONCELLO
DE VIGO



25 de NOVIEMBRE Día Internacional contra
a Violencia de Xénero

MICRO MACHISMOS

ESPAZO PARA INSERTAR IMAXE
JPG/PNG EN ESCALA 4:3 ou 3:2
(máxima resolución)

SI

4:3

SI

3:2

RECORTE
NESTE CASO

16:9 OU MÓBIL

ESPAZO PARA
TÍTULO RESUMO

Espazo para insertar
unha breve descrición do
micromachismo e que
calquera o poida
entender facilmente



CONCELLO
DE VIGO



25deNOVEMBRO

Día Internacional contra
a Violencia de Xénero

MICRO MACHISMOS



IES BEADE

**"APARTA, XA O
FAGO EU"**

Ante unha tarefa
doméstica, as mulleres
toman a iniciativa
porque os homes
"non saben" ou van
"máis lentos"



www.enlazavigo.org



www.igualdadevigo.org

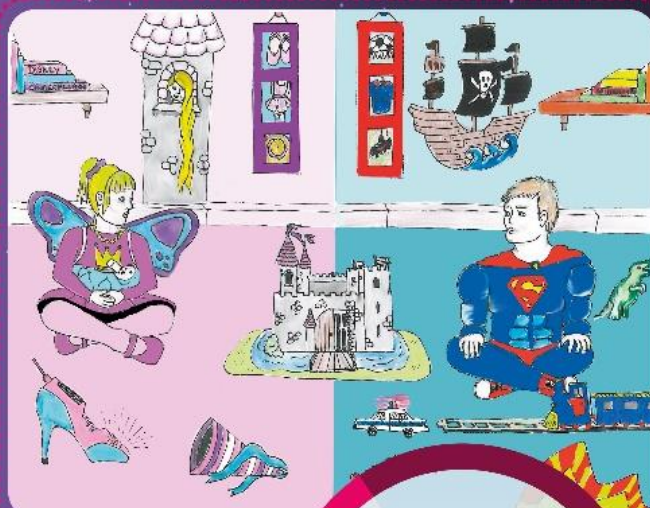
CONCELLO
DE VIGO



25deNOVEMBRO

Día Internacional contra
a Violencia de Xénero

MICRO MACHISMOS



IES REPÚBLICA
ORIENTAL DE URUGUAI

**"AGASALLOS
SEN XÉNERO"**

Agasallos diferentes
dende pequenos
condicionan capacidades
e condutas diferentes



www.enlazavigo.org



www.igualdadevigo.org