

# En què exerceixo violència?

**Nivell de dificultat:** 2

**Edat recomanada:**

> 12 anys.

## Intensió educativa:

Identificar la violència que exercim en els nostres comportaments i accions.

**Tipus:** Activitat analítica

**Grup:** Indiferent, pot ser una activitat individual.

**Temps:** 50 minuts.

**Material:** Fotocòpies de la fitxa del triangle sobre les violències i de la taula (documents 1 i 2 de l'annex).

## Desenvolupament

Primera part: partint de tres tipus de violència, analitzem de quina manera el nostre comportament contribueix a reproduir la violència, omplint el document núm. 1 *En què exerceixo violència?*

Segona part: recollint les violències de les quals hem reconegut ser responsables, veure quines ens plantegem canviar i com fer-ho. Per a això, omplim la taula (document núm. 2).

## Valoració i conclusions

Tot i que les preguntes que plantegem a l'avaluació són les mateixes que les de la taula, és important treballar-les com a exercici individual, però també compartint les reflexions de grup. Per aquesta raó proposem l'estructura d'avaluació següent:

En acabar la primera part: quines actituds o actuacions heu identificat? Us ha sorprès alguna cosa del resultat de l'exercici? Considereu que s'hauria de fer un esforç per eliminar totes les vostres actituds o actuacions violentes o algunes d'aquestes? Per què? / Per què no?

En acabar la segona part:

## Altres indicacions

L'exercici ha de plantejar-se com un compromís seriós i, per tant, no s'ha de forçar les persones participants a posar-se objectius difícils d'assumir. Pot ser interessant recuperar els propòsits fets al cap de tres mesos i revisar què és el que s'ha complert. Això requereix que els objectius que defineixi cadascú siguin verificables. Perquè això sigui possible, és recomanable que els objectius siguin molt concrets.

## Annex. En què exerceixo violència?

### Violència directa

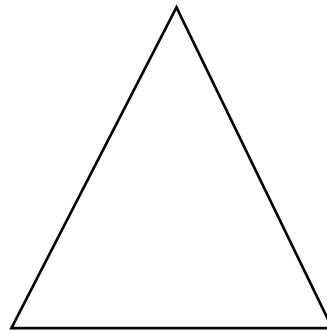
La violència de tu a tu, sobre una altra persona.

Crido o insulto altres persones? Sóc agressiva amb elles?

Els pego o els faig mal?

Si veig que estan fent mal a una persona actuo amb indiferència o hi intervinc?

Exerceixo violència psicològica contra algú?



### Violència estructural

Les estructures injustes: la desigualtat social, els desequilibris de poder, la marginació de certs col·lectius, etc.

Pels productes que consumeixo, afavoreixo que treballadors tinguin condicions de treball injustes? Estic perjudicant el medi ambient?

Quina posició adopto amb els governs dictatorials o les lleis injustes?

### Violència cultural

Els missatges que venen la violència com positiva.

Miro pel·lícules, escolto música, llegeixo còmics, jugo a jocs o videojocs que venen la violència com un valor positiu?

Quan parlo, justifico la violència (directa, cultural o estructural)?

## Annex. En què exerceixo violència?

	En què exerceixo violència? (recull les violències que has identificat en l'exercici anterior)	D'aquesta violència, quina estic disposat/da a eliminar?	Què podria fer (o deixar de fer) per evitar-ho? Compromisos concrets per d'aquí a tres mesos.
Violència Directa			
Violència Cultural			
Violència Estructural			