XENERUSINO

Ficha de actividade

manual xenerusino.indd 1 13/3/25 16:07

GAMIFICANDO
AS LENTES VIOLETAS

O GAMUSINO DO XÉNERO

Nº PARTICIPANTES:

Até 25 participantes aprox.

IDADES:

De 12 en adiante.

CONTIDOS:

- Diversidade afectiva, sexual e de xénero.
- Compoñentes da sexualidade humana.

manual xenerusino.indd 2 13/3/25 16:07

OBXECTIVOS:

- Diferenciar múltiples aspectos que compoñen a sexualidade humana.
- Comprender que estes aspectos non están tan vinculados entre si como marca o discurso heteronormativo.
- Achegar o tema das masculinidades disidente e a corresponsabilidade dunha forma lúdica.

AMBIENTACIÓN:

Esta actividade inspírase na idea da *Genderbread Person*, desenvolvida por Sam Killermann e publicada por primeira vez en *https://www.itspronouncedmetrosexual.com/* en con infinitas versións que podes buscar en internet.

Nós propoñemos a Xenerusino, a primeira versión en galego, inspirándonos na idea dos gamusinos, unhas criaturas míticas moi prezadas no mundo do tempo libre.

Din que os gamusinos mantéñense invisibles para evitar ser capturados, pero que nas noites de claras

manual xenerusino.indd 3 13/3/25 16:07

de verán poden atopar múltiples formas segundo con quen saias a buscalos. Esta que propoñemos é tan só unha posible forma das infinitas que pode amosar un gamusino, porque estes son -como a identidade- criaturas fluídas que adoptan múltiples expresións segundo a persoa, o momento, o contexto...

MATERIAIS:

- Poster de Xenerusino, o gamusino do xénero
- Tarxetas

OUTROS MATERIAIS:

- Un xoguete con chifro (como os das mascotas) ou calquera cousa que faga ruído ao movela.
- Folios.
- Lapis de cores.
- Papel continuo ou unha lousa.
- Rotuladores ou xices.

manual xenerusino.indd 4 13/3/25 16:07

DESENVOLVEMENTO:

INTRODUCIÓN (10'):

Introduciremos a actividade cunha presentación das participantes que inclúa os seus pronomes. A continuación explicaremos brevemente a temática da actividade.

ACLARANDO TERMOS (30'):

Para esta primeira actividade precisaremos o póster do Gamusino do xénero e as tarxetas con conceptos. Lembra que **as marcadas con unha estrela son palabras algo máis descoñecidas fora de contextos activistas**, podes empregalas con grupos que xa teñen certo coñecemento previo ou se queres alongar un pouco a actividade como tarxetas extra ao final.

Faremos equipos de aproximadamente 5 persoas que "concursarán" para definir axeitadamente o maior número de conceptos posibles e colocalos onde corresponda seguindo o modelo da *Gender-bread Person*. Para poder definir a palabra deberán

manual xenerusino.indd 5 13/3/25 16:07

ser o equipo máis rápido en pulsar un xoguete de goma con chifro que situaremos no centro da sala. Deixámosche o modelo e as definición máis abaixo, pero é suficiente con que as persoas participantes expliquen os conceptos nos seus propios termos. Se están preto pero faltan matices podemos completar a información e se a definición está lonxe de ser a adecuada daremos o rebote ao segundo equipo máis rápido.

manual xenerusino.indd 6 13/3/25 16:07

Identidade de xénero

- Muller
- Home
- Outro xénero

Expresión de xénero

- Masculina
- Feminina
- Outra

Sexo asignado ao nacer

- Muller
- Varón
- Outro

Atracción sexual cara

- Muller
- Home
- Outro xénero

Atracción romántica cara

- Muller
- Home
- Outro xénero

manual xenerusino.indd 7 13/3/25 16:07

COMEZAREMOS COAS TARXETAS DE CATEGORÍA:

Identidade de xénero: É como se percibe a si mesma respecto ao xénero unha persoa, como se sinte, que categorías das dispoñibles na súa cultura se adaptan mellor á súa realidade. Se pensa a si mesma como un chico? como unha chica? igual como outra opción diferente?. En Xenerusino a situaríamos na cabeza.

Sexo biolóxico: refírese aos órganos reprodutores, hormonas e cromosomas cos que nacemos. En Xenerusino a situaríamos entre as pernas.

Orientación/Atracción: É a capacidade que temos de sentir desexo sexual e/ou sentimentos románticos cara outra persoa. Cara quen nos sentimos atraides. En Xenerusino a situaríamos nos corazóns.

Expresión de xénero: É a maneira na que unha persoa manifesta a súa identidade de xénero: forma de vestir, falar, moverse, peitearse, etc. A situaríamos na liña de puntos que bordea a Xenerusino.

É importante establecer antes de continuar que non existe unha relación lineal entre estas catego-

manual xenerusino.indd 8 13/3/25 16:07

rías, por exemplo, que unha persoa se identifique como muller e teña unha expresión de xénero máis achegada ao tradicionalmente masculino non a convirte en lesbiana nin en trans, tamén que existen as mulleres trans lesbianas... Aínda que tradicionalmente se esperase que unha persoa que nace muller se identifique como muller, teña unha expresión tipicamente feminina e lle gusten os homes a realidade da sexualidade humana é infinitamente máis diversa e rica. Co resto da actividade afondaremos nalgunhas expresións desta riqueza!

Baralla as tarxetas de conceptos e vai amosándoas unha por unha aos equipos. O primeiro equipo en darlle ao xoguete ten dereito a dar unha definición. Daremos medio punto por colocar a palabra coa categoría asociada e medio por definir correctamente. Se o equipo falla algunha das dúas tarefas o rebote pasa ao equipo que teña menos puntos.

manual xenerusino.indd 9 13/3/25 16:07

IDENTIDADES DE XÉNERO:

- **Home:** é como se adoitan identificar as persoas que se entenden como masculinas, un dos xéneros tradicionalmente aceptados.
- **Muller:** é como se adoitan identificar as persoas que se entenden como masculinas, un dos xéneros tradicionalmente aceptados.
- **Non binaria:** é como se identifican as persoas que rexeitan a idea de que soamente existan dúas categorías, estas poden identificarse con algunhas características consideradas masculinas, con outras consideradas masculinas ou rexeitalas todas.

★ **Xénero fluído:** son aquelas persoas que flutúan no espectro entre unha identidade masculina e unha feminina, esta flutuación pode depender do momento, do contexto social, do momento vital...

★ **Bi-xénero / dous espíritos:** identifícanse con características tradicionalmente entendidas como masculinas e con outras entendidas como femininas. O termo dous espíritos vincúlase as

manual xenerusino.indd 10 13/3/25 16:07

comunidades amerindias cuxa estrutura social incluía este terceiro xénero.

ORIENTACIÓN SEXUAL/ATRACCIÓN ROMÁNTICA:

- **Gay:** Persoa que sente atracción emocional, romántica ou sexual exclusivamente cara a persoas do seu mesmo xénero.
- **Lesbiana:** Muller que experimenta atracción emocional, romántica ou sexual exclusivamente cara a outras mulleres.
- **Heterosexual:** Persoa que sente atracción emocional, romántica ou sexual exclusivamente cara a persoas dun xénero diferente ao seu.
- **Bisexual:** Persoa que sente atracción emocional, romántica ou sexual cara a máis dun xénero.
- **Asexual:** Persoa que non experimenta atracción sexual cara a outros, aínda que pode ter relacións románticas ou emocionais. A asexualidade tamén é un espectro.
- **Arromántica:** Persoa que non experimenta atracción romántica cara a outros, independentemente da súa orientación sexual.

manual xenerusino.indd 11 13/3/25 16:07

★ **Pansexual:** Persoa que pode sentirse atraída emocional, romántica ou sexualmente cara a persoas de calquera xénero ou identidade de xénero.

★ **Demisexual:** Persoa que só experimenta atracción sexual despois de establecer un vínculo emocional profundo ou en determinadas circunstancias.

★ **Alosexual:** Termo utilizado para describir a quen experimenta atracción sexual, usado en contraposición a asexual.

★ **Sapiosexual:** Persoa que se sente atraída intelectualmente cara a outros; é dicir, a intelixencia é o principal factor de atracción.

SEXO BIOLÓXICO:

- **Macho:** Termo biolóxico que se refire a individuos do sexo masculino. Caracterízase por ter cromosomas XY, que en xeral implican características sexuais primarias como ter pene, testículos e capacidade de producir espermatozoide e caracteres secundarios como voz máis

manual xenerusino.indd 12 13/3/25 16:07

grave, maior facilidade para desenvolver masa muscular, máis vello (especialmente facial).... Con todo as variacións hormonais entre individuos do mesmo sexo fan que tampouco sexa unha categoría de marxes inequívocas.

- **Femia:** individuos do sexo feminino. Caracteríza-se por ter cromosomas XX na maioría dos casos que xeralmente implican características sexuais primarias como vaxina, clítoris, útero, ovarios e capacidade de producir óvulos ou secundarios como os peitos, voz máis aguda, menos facilidade para desenvolver masa muscular, menos vello (especialmente facial). Con todo as variacións hormonais entre individuos do mesmo sexo fan que tampouco sexa unha categoría de marxes inequívocas.
- **Intersex:** Persoa que nace con características físicas, xenéticas ou biolóxicas que non se axustan ás definicións típicas de masculino ou feminino. O termo intersex é un paraugas que inclúe moitas variacións biolóxicas diferentes. Ao longo da historia as persoas intersex teñen sido vítimas de violencias médicas como cirur-

manual xenerusino.indd 13 13/3/25 16:07

xías de reasignación de sexo innecesarias para "adecuar" a aparencia dos seus xenitais con graves consecuencias para a súa identidade, a súa capacidade para vivir o pracer, etc.

★ **Sexo asignado ao nacer:** O sexo que se lle atribúe a unha persoa no momento do seu nacemento, baseado en características biolóxicas como xenitais externos, cromosomas e hormonas. As persoas trans as veces escollen realizar cirurxías de reasignación de sexo para que se corresponda co esperado para a súa identidade. Antigamente (e aínda en moitos países) se reasignaba forzosamente o sexo a moitos bebés intersex.

EXPRESIÓN DE XÉNERO:

- **Masculina:** Refírese á manifestación de características, comportamentos ou roles que a sociedade tipicamente asocia co xénero masculino. A expresión de xénero masculina pode incluír, pero non está limitada a, a elección de roupa, xestos, actividades e intereses considerados culturalmente como propios de homes.

manual xenerusino.indd 14 13/3/25 16:07

- **Feminina:** Refírese á manifestación de características, comportamentos ou roles que a sociedade tipicamente asocia co xénero feminino. A expresión de xénero feminina pode incluír aspectos como a vestimenta, modos de falar, e comportamentos que son culturalmente identificados como propios de mulleres.
- **Neutra:** Refírese a unha expresión de xénero que non se inclina claramente cara á masculinidade ou feminidade. A expresión de xénero neutra busca evitar as distincións tradicionais de xénero e pode incorporar unha mestura de características consideradas masculinas e femininas, ou evitar ambas.

TARXETAS SEN CATEGORÍA CLARA: ESTAS SON PRODUTO DA INTERSECCIÓN ENTRE SEXO E IDENTIDADE DE XÉNERO.

- **Cis:** Abreviatura de "cisxénero", refírese a persoas cuxa identidade de xénero coincide co sexo que lles foi asignado ao nacer. Por exemplo, unha persoa que naceu con características físicas femininas e que se identifica como muller.

manual xenerusino.indd 15 13/3/25 16:07

- **Trans:** refírese a persoas cuxa identidade de xénero non coincide co sexo que lles foi asignado ao nacer. Non empregamos a palabra transexual, porque esta marcaba unha distinción entre as persoas que realizaban unha reasignación de sexo e as que non.

COMPARTIMOS DIVERSIDADE (50'):

Na nosa sociedade mantéñense moitos estereotipos de xénero. Os estereotipos de xénero son crenzas falsas sobre como son os rapaces ou as rapazas. Cousas como que as rapazas non lles gusta o fútbol, que os rapaces non se maquillan, que as rapazas son máis tranquilas ou os rapaces máis brutos son estereotipos de xénero. Ademais parece que o normal sexa ser heterosexual, cis... A todo ese conxunto de "normas" anticuadas chamámoslle normatividade de xénero (cisheteronormatividade se che gustan as palabras longas).

En grupo reflexionade sobre aspectos desta normatividade que atopades na vosa contorna, nas series e películas que vedes ou nos contos clásicos.

manual xenerusino.indd 16 13/3/25 16:07

Anotádeos nun encerado ou papel continuo. Podedes poñer cousas como que ser hetero non hai que explicalo pero calquera outra cousa as veces parece que require dun comunicado con rolda de prensa. Ou que cando es unha rapaza á que non lle gusta vestir con saias, maquillaxe, etc recibes comentarios como que é unha pena que non te saques máis partido, ou que en moitas series e pelis os protagonistas masculinos cumpren o estereotipo de malote ou tipo duro.

Logo proporciona ás persoas participantes folios e material para debuxar. Proponlles que plasmen de xeito creativo algún aspecto no que ben agora, ben de pequenas, racharan esta normatividade de xénero e compartídeos de xeito voluntario.

Finalmente facede unha reflexión sobre o compartido. Temos todas algún aspecto no que rompemos estereotipos? Como nos fai sentir compartilo? Como reaccionamos cando outras persoas rachan estereotipos? Como queremos reaccionar individualmente e como grupo ante a ruptura de estereotipos? Con estas respostas en mente escribide

manual xenerusino.indd 17 13/3/25 16:07

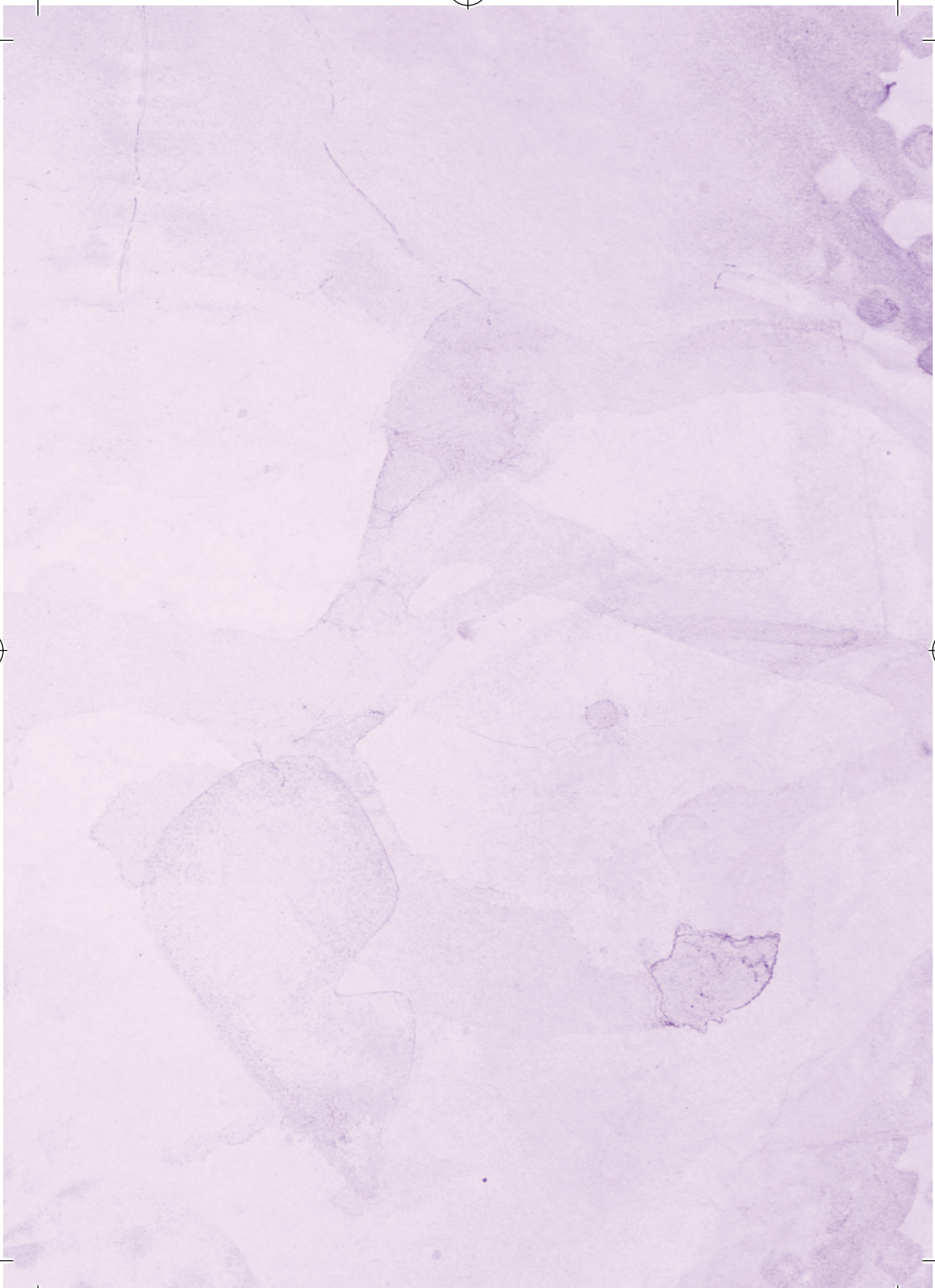
cando menos 4 acordos para facer do entorno que compartides (campamento, aula, etc) un espazo máis inclusivo e acolledor coa diversidade.

TEMPO

1h 30 min

RECURSOS PARA IMPRIMIR

manual xenerusino.indd 18 13/3/25 16:07



LENTES VIOLETAS
para entidades socioeducativas

Aventeira
COOPERATIVA DE EDUCACIÓN E LECER

Deputación
DA CORUÑA

manual xenerusino.indd 20 13/3/25 16:07