

TALLER TU, JO, NOSALTRES

ELABORAT PER:

ESPAI DE PSICOLOGIA I TERÀPIA

MAIG, 2016

TU, JO, NOSALTRES

1. PRESENTACIÓ

El meu nom és Maite Gargallo Alemany, i sóc de Benifaió. Vaig estudiar Psicologia i al llarg dels meus anys he continuat formant-me. Huí en dia sóc Psicòloga Clínica i Sanitària, Sexòloga, Educadora Social, Mediadora, Terapeuta de Parelles i Especialista en Violència de Gènere.

La meua experiència, ja de més de deu anys, es centra en el treball a nivel clínic i social. He treballat de psicòloga en l'EMB, en el SEAFI i en el programa de Absentisme, i en el Telèfon de Protecció de Violència de Gènere. En els últims dos he obert un centre clínic de psicologia sanitària i social a Benifaió (Núm. de Registre Sanitari 14080).

A la nostra clínica de psicologia, *l'Espai de Psicologia i Teràpia*, treballem quatre psicòlogues de diferents especialitats (Psicologia Infantil i Juvenil, Logopèdia, Psicologia d'Adults i Parelles, Sexologia i Mediació). El treball es desenvolupa a través de sesión individuals i sessions grupals.

El motiu d'aquest projecte és presentar el nostre programa "TU, JO, NOSALTRES". Aquest programa es centra amb la prevenció de la violència de gènere a la ESO, quan els i les adolescents comencen les seues primeres relacions de parella. Aquest programa s'ha ficat en marxa al IES de Sollana, amb resultats excel·lents.

2. INTRODUCCIÓ

Les primeres manifestacions del maltracte apareixen quan la persona és adolescent i comença la seua nova aventura de aprendre a ser adult@, buscar parella, buscar treball, etc. Moltes són les formes en que aparèixen i poques són les ferramentes que els i les adolescents tenen per a identificar-lo.

A través de cançons, costums, accions, idees transmises pels pares i mares, etc., la persona considera "normals" certes actituds i certs comentaris i fets, i d'ahí es va gestant una personalitat, en moltes ocasions sexista.

"Som el que vegem a casa" i en moltes vegades busquem relacions com les dels nostres pares, es a dir, tendim a repetir patrons. El ser humà aprén per imitació i els adolescents són un bon exemple. Gran part de la nostra cultura és androcèntrica, i els jóvens són un bon reflexe d'açò, continúen reproduint situacions.

Molts estudis mostren que els adolescents tenen estereotips sexistes, que alimenten així la violència de gènere.

Des del nostre treball com a educadors, és important educar en valors, ensenyar a pensar, a debatre els temes socials, educar per a estar en societat és un tema molt important i en moltes vegades el gran oblidat per quasitots. Educar per empatitzar, per estimar, per a valorar, ens pot fer previndre una generació violenta erradicada en la negativitat i els problemes.

L'Espai de Psicologia i Teràpia és un centre de Psicologia Clínica, Educativa i Social obert a Benifaió. Tenim molts anys d'experiència i part de les professionals que hi treballem som també especialitzades en la Prevenció i Intervenció en la Violència de Gènere.

Nosaltres treballem amb l'objectiu de reduir la violència, i en especial la que es produeix cap a la dona.

3. JUSTIFICACIÓ

Cada vegada la violència de gènere és més jove. La quantitat de cassos que s'estan donant d'aquest tipus de violència augmenta cada any més.

Amb l'objectiu de previndre la violència de gènere i actituds abusives ja des de la base hem elaborat aquest programa:

- Existeixen moltes formes denigrats per a parlar sobre les dones.
- Dia a dia i amb naturalitat se'ns dona una visió de la dona més passiva, més de casa, més centrada en la família i a la criança dels fills.
- Ens venen la idea d'amor romàntic.

En una relació de parella són dos les persones (TU I JO) i tres els pilars bàssics als que hi ha que atendre (TU, JO, NOSALTRES).

Amb aquest títol del taller el que volem fer es que les persones entenguin que en una relació tres són els pilars els que hem d'atendre i cuidar, perquè aquestos pilars són el més important de la relació. Quan aquestos tres pilars són atesos de forma sana, la relació es converteix en una relació nutritiva i de creixement per als dos integrants (TU i JO).

Amb la necessitat d'educar als nostres adolescents per a les relacions sanes i la igualtat entre les persones, hem elaborat aquest taller.

Nosaltres partim de la concepció que per a ensenyar o educar en valors i responsabilitats no és prou fer un taller a l'any o una xerrada. Aquest taller està pensat per a ser impartit una vegada al mes, unes 6 sessions en total. Amb aquest volum de sessions el que pretenem és que l'alumnat aprenga diferents conceptes de parella que li van a servir d'ara endavant (respecte, responsabilitat, igualtat de gènere, sexisme, compartir, estimar, etc.), i al mateix temps ens servirà per a tindre un contacte més directe amb ells i elles. Amb més sessions, més conceptes, més confiança i més es poden obrir elles i ells.

4. OBJECTIUS

L'objectiu general del Programa TU, JO, NOSALTRES és identificar les relacions violentes entre les parelles, ser conscients de les pròpies, aturar-les, i establir relacions sanes.

Objectius específics:

- Detectar a temps possibles casos de violència.
- Dotar de recursos per augmentar la autovaloració i l'autoestima de l'alumnat per evitar situacions d'agressió.
- Reflexionar sobre l'educació sexista i la igualtat de drets homens-dones.
- Orientar, acompanyar i assessorar a aquelles persones que ho solliciten.
- Facilitar una educació sexo-afectiva que presente la sexualitat de manera integral en totes les seues dimensions.
- Fomentar actituds positives davant la sexualitat i les seues diferents possibilitats.
- Revisar mites i falços conceptes sobre les relacions humanes.
- Parlar i reflexionar sobre l'ús de la sexualitat en les xarxes socials.
- Empatitzar amb les persones que sofreixen violència, amb la finalitat de poder ajudar.

- Detectar situacions de maltractes.
- Saber buscar recolzament i ajuda professional per a casos de violència.
- Aprendre a confiar amb els pares i mares, i amb els tutors i tutores, per a comptar amb ells i elles si la situació és de violència.
- Adoptar una actitud de vida de Tolerància Zero contra la Violència de Gènere.
- Establir un model de relacions basat en la igualtat i el respecte, a través de desmontar rols i estereotipus, desactivant el model d'amor romàntic i altres mites.
- Reflexionar sobre les falces creències que sustenten el concepte d'amor i relacions de parella.
- Aprendre a una resolució pacífica de conflictes.
- Aprendre a valorar a la persona en totes les seues dimencions.
- Detectar i identificar qualsevol tipus de maltracte.

5. PARTICIPANTS

Els i les participats d'aquest programa són alumnes a partir dels 14 anys, preferentment que cursen 3er i 4rt de la ESO.

6. METODOLOGIA

Aquest programa es desenvolupa a través de 6 tallers, d'una hora i mitja de duració cada taller, un al mes (novembre, desembre, gener, febrer, març i abril). Seran els tutors o tutores de cada classe els que s'encarregaran de mobilitzar a l'alumnat i establir una data per aquests tallers.

Les diferents activitats es treballaran en grup. Cada sessió té uns objectius i continguts específics, i es complementen unes a altres.

La metodologia és exposició del tema i es treballa a través de diferents unitats didàctiques. El desenvolupament de la classe serà interactiu, amb una xicoteta exposició del tema, i després debat entre tots els assistents, i finalment l'arribada a un acord/conclusió entre tots i totes.

7. TEMPORALITZACIÓ

1A SESSIÓ. Introducció a la violència de gènere. Relacions de parella.

2NA SESSIÓ. En busca de la parella ideal. L'amor romàntic.

3NA SESSIÓ. Gelosia, control.

4A SESSIÓ. Cicle de la violència.

5NA SESSIÓ. Violència cap a l'home.

6NA SESSIÓ. El respecte i les bones relacions.

8. RECURSOS

Els recursos a utilitzar en aquest taller són fulls, bolígrafs i pissarra, i ordinador amb accés a internet.

9. AVALUACIÓ

Al finalitzar totes les sessions passarem una avaluació a cada participant, tant per a valorar l'aprenentatge de conceptes com per a valorar a la persona que ho ha impartit.

Maite Gargallo Alemany
- directora -
ESPAI DE PSICOLOGIA I TERÀPIA
C/ Vicent Martí 25, baix
46450 Benifaió
Tel 960 654 050 / 660 334 027
www.psicologiaiterapia.com