

# **PROGRAMA DE PREVENCIÓ DE LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE EN EDUCACIÓ SECUNDÀRIA: MATERIALS DOCENTS**

***DIRECCIÓ GENERAL DE L'INSTITUT VALENCIÀ DE LES DONES***

***I PER LA IGUALTAT DE GÈNERE***

PROGRAMA DE PREVENCIÓ DE LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE EN EDUCACIÓ  
SECUNDÀRIA: MATERIALS DOCENTS.

Col·legi Oficial de Treball Social de València

C/ Franco Tormo nº 3 baix 46007, València

Telèfon: 96 395 24 10

valencia@cgtrabajosocial.es

Autora: Encarna Canet Benavent

ISBN: 978-84-608-3915-6

2015

Aquest material docent forma part del **Programa de Prevenció de la Violència de Gènere de la Direcció General de l'Institut Valencià de les Dones i per la Igualtat de Gènere**

## ÍNDEX:

Introducció.	6
Fitxa 1: Sexe, gènere, socialització, rols, estereotips...	8
Fitxa 2: Conseqüències del procés de socialització.	12
Fitxa 3: Trencant mites	16
Fitxa 4: Model de dona i home en el sistema patriarcal	18
Fitxa 5: Som diferents nois i noies?	20
Fitxa 6: Les diferències de gènere provoquen desigualtat i discriminació.	22
Fitxa 7: Qüestionari.	24
Fitxa 8: conflicte o violència	26
Fitxa 9: Per debatre en grup.	28
Fitxa 10: Què és una relació?.	30
Fitxa 11: Grup de discussió.	34
Fitxa 12: Tipus de relació.	36
Fitxa 13: Definició de violència.	38
Fitxa 14: Abús emocional que passa gairebé inadvertit	40
Fitxa 15: La gelosia i el control...no són amor	44
Fitxa 16: Test per identificar el maltractament.	46
Fitxa 17: La dona en la publicitat, els contes, les pel·lícules...	48
Fitxa 18: Alerta amb les xarxes socials	50
Fitxa 19: Agressió sexual: quan dic no, és no	54
Fitxa 20: Les noves masculinitats: adéu a "l'home fort i valent"	58
Fitxa 21: Què podem fer per posar fre a la violència de gènere?	62
Fitxa 22: Per a pensar.	66
Glossari de termes.	68
Bibliografia.	72
Annex 1: Objectius per fitxes	76
Annex 2: Qüestionari pre-test	78
Annex 3: Qüestionari post-test	80

## INTRODUCCIÓ

Segons l'Organització Mundial de la Salut (2005) 3 de cada 10 adolescents denuncien que pateixen violència durant el festeig previ al matrimoni.

La Macroenquesta de Violència de Gènere (2012) del Ministeri d'Igualtat realitzada en tot l'Estat Espanyol posa en relleu que el percentatge de dones que declara haver patit maltractament alguna vegada en la seva vida per part de la seva parella o exparella és major entre les joves (18-29 anys), en què la prevalença és del 12,3%, en comparació de la mitjana de dones de la població en general un 10,9%.

Proporcionalment la violència masclista en l'àmbit de la parella es dona més en joves que en parelles adultes.

Davant la greu situació de la violència de gènere que s'està vivint i el seu augment en col·lectius com l'adolescent, es fa imprescindible un treball social comunitari des de la socialització preventiva de la violència de gènere (Elboj i Ruíz, 2010).

Les diverses formes que adopta la violència de gènere continuen sent, encara en aquesta primera dècada del segle XXI, un dels problemes més flagrants de tota societat. Per a la seva eradicació, resulta imprescindible també el treball d'intervenció mitjançant l'educació afectiu-sexual. (Venegas, 2010).

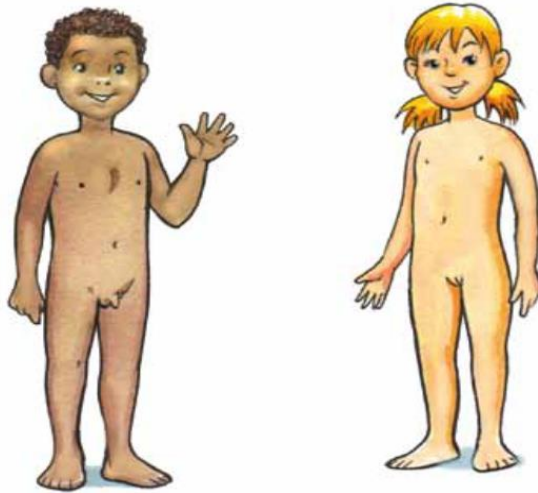
Es poden corregir mites i idees errònies que encara avui existeixen sobre la denominada violència de gènere i descobrir les principals senyals d'alarma quan comença una relació de maltractament que pot tenir greus conseqüències en la salut psicològica, afectiu-sexual i física de la persona que ho sofreix.

Considerem que els instituts d'educació secundària tenen un paper clau en la detecció precoç i prevenció de la violència de gènere donat el contacte directe amb l'alumnat i el coneixement de primera línia de les necessitats i problemàtiques que li concerneixen.

És per això que presentem la següent proposta de tallers de prevenció de violència de gènere en adolescents per impartir a l'alumnat d'educació secundària.

## **FITXA 1**

### **SEXE, GÈNERE, SOCIALITZACIÓ, ROLS, ESTEREOTIPS...**



En néixer, el primer que es pregunta a una mare que acaba de donar a llum és nena o nen? A això li anomenem sexe. Així es neix amb sexe masculí o femení, és a dir, amb genitals masculins o femenins.

Nens i nenes, homes i dones tenim cossos biològicament diferents. La diferència més significativa està en els nostres genitals. Amb aquests cossos diferents, sexuats en masculí i en femení cadascun, les possibilitats de donar significats a aquesta diferència sexual és infinita

Com a tals -xica o xic-, socialment se'ns atribueixen creences, actituds, conductes, valors, espais i temps diferenciats per sexe. Això seria el gènere, és a dir, tot allò social, cultural i històric que s'assigna a les nenes i dones per tenir vagina i als nens i homes per tenir penis. El gènere és una construcció social i com a tal es pot deconstruir per construir-la d'una altra forma.



En funció del sexe que se'ns assigna en néixer -masculí o femení- s'esperarà de nosaltres que exercim diferents papers (a casa, en el treball, en l'afectivitat, en la sexualitat, etc.) i que fem diferents coses en la vida. A aquests "papers" els anomenem rols, això és, les diferents funcions que s'espera de cada persona en funció del sexe amb el qual ha nascut.

Aquests rols ens arriben en forma de mandats, és a dir, del que se suposa que hem de fer i com comportar-nos per ser "un bon xic" o "una bona xica". Són els estereotips de gènere.

A més aquests rols són categoritzats jeràrquicament, és a dir, es dóna més valor al masculí que al femení. Ens trobem així amb el sexisme, que es refereix a la desigual valoració del que es concep com a "masculí" i "femení".

En aquest sentit, es dóna un tracte desigual a un i altre sexe, que afecta a les seves oportunitats i drets. Quan això succeeix, diem que hi ha discriminació, ja que es produeix una desigualtat que té origen en una forma incorrecta i jeràrquica d'entendre la diferència sexual.

Les expectatives juguen un important paper. Si esperem d'un nen que jugue amb camions i li corregim quan no ho fa, tant a casa com al carrer, està aprenent el que és correcte fer com a xiquet i el que no. Així, orientant-li en els seus gustos

i aficions podem influir bastant en què en un futur sàpiga de mecànica i de cotxes. Això no determina, de fet coneixem xics als quals no els interessa gens la mecànica i noies a les quals els entusiasma, però no és l'habitual. Per tant, els gustos, aficions, aptituds i actituds que es van desenvolupant tenen molt més que veure amb un aprenentatge al llarg de la vida que amb unes habilitats amb les quals es neix.

D'aquesta manera es dona la socialització, és un procés d'aprenentatge que es nodreix de la reproducció, del modelatge. Reproduïm el que veiem, i això es reforça quan coincideix amb el que esperen de nosaltres, quan actuem d'acord amb l'acceptat socialment.

Algunes formes de reforç poden ser l'aprovació, la inclusió en el grup o el reconeixement.

Existeixen també uns mecanismes de control: si fem una altra cosa diferent a l'esperat hi ha una penalització a través de la coerció, l'exclusió, els retrets, els buits i els càstigs.

A més, estem tan acostumades i acostumats a veure i fer el que hem après que ens sembla alguna cosa natural. Interioritzem unes formes de fer i pensar. Així es produeix la normalització, veiem normal que s'atribueixi a les nenes la cura, la relació, l'expressió dels afectes i de la vulnerabilitat i als nens la competitivitat, ser el millor i el primer, l'ús de la força amb violència per aconseguir el que vulgues, l'autosuficiència.

**És molt comú veure a les aules com entre les nenes i les noies adolescents l'estatus de popularitat sol, amb freqüència, estar associada a l'ús de la força i a l'agressivitat tradicionalment masculina. També segueixen prevalent amb força els valors de primesa i bellesa femenina segons el cànon imposat per la cultura de masses.**



## FITXA 2

### QUINES CONSEQÜÈNCIES TÉ AQUEST PROCÉS DE SOCIALITZACIÓ EN ELS XICS I XIQUES?



Violència de Gènere i No Discriminació  
Encarna Canet Benavent

11

Aquesta forma rígida d'entendre el que pot ser una xica o un xic implica una pèrdua de llibertat pels dos, cadascú en diferents aspectes. Si s'utilitza la segregació per sexe per definir el que uneix o uns altres poden ser o fer, es restringeixen les seves possibilitats de partir dels seus desitjos, inquietuds, tancant-se el ventall d'opcions.

Els nens i els homes, per exemple, se senten menys lliures per expressar les seves emocions, sentiments i afectes. És habitual que quan un xiquet comença a plorar se li censuri el plor abans que a una nena.



A les nenes i les dones se'ls dóna menys llibertat per cuidar de si, ja que el que s'espera d'elles és que prioritzen l'atenció a la resta i que després s'ocupen de si mateixes

*Algunes xiques estan assumint que per aconseguir ser tingudes en compte han d'adoptar actituds i rols tradicionalment associats a la masculinitat violenta, i alguns xicons entenen que tenir actituds que denoten feblesa o sensibilitat, que tradicionalment estan associades al femení, podria posar-los en evidència, deixar-los en ridícul o en una situació no desitjable.*

Font: CEAPA *Curs prevenció de la violència contra les dones i les nenes.*

## ESTEREOTIPS SEXISTES

Los estereotipos sexistas relacionan a:

Las mujeres con:	Los hombres con:
Belleza (asociada a delgadez, juventud y atractivo sexual)	Fuerza, poder
Afectos, sensibilidad, dulzura, cuidado de otras personas	Inteligencia, saber
Dependencia	Autonomía (entendida como individualismo y autosuficiencia)
Intimidad, espacio privado	Espacio público
Vulnerabilidad, emoción, intuición y pasividad	Acción y razón
Actitud sacrificada (cediendo a favor de intereses y necesidades ajenas) o bien conciliadora ante los conflictos	Competición, victoria
Hogar y trabajo doméstico	Ciencia, tecnología
"Mujeres buenas" (las que cumplen con lo que se espera de ellas) vs. "mujeres malas" (las que transgreden las normas o las que son definidas a partir de concepciones que sitúan a la mujer como origen del mal o "provocadora" de las malas acciones de determinados hombres)	Tanto personajes masculinos que se presentan como "buenos" como otros que se presentan como "malos" utilizan la violencia en determinados casos para perseguir sus intereses.

### FITXA 3

#### TRENCANT MITES



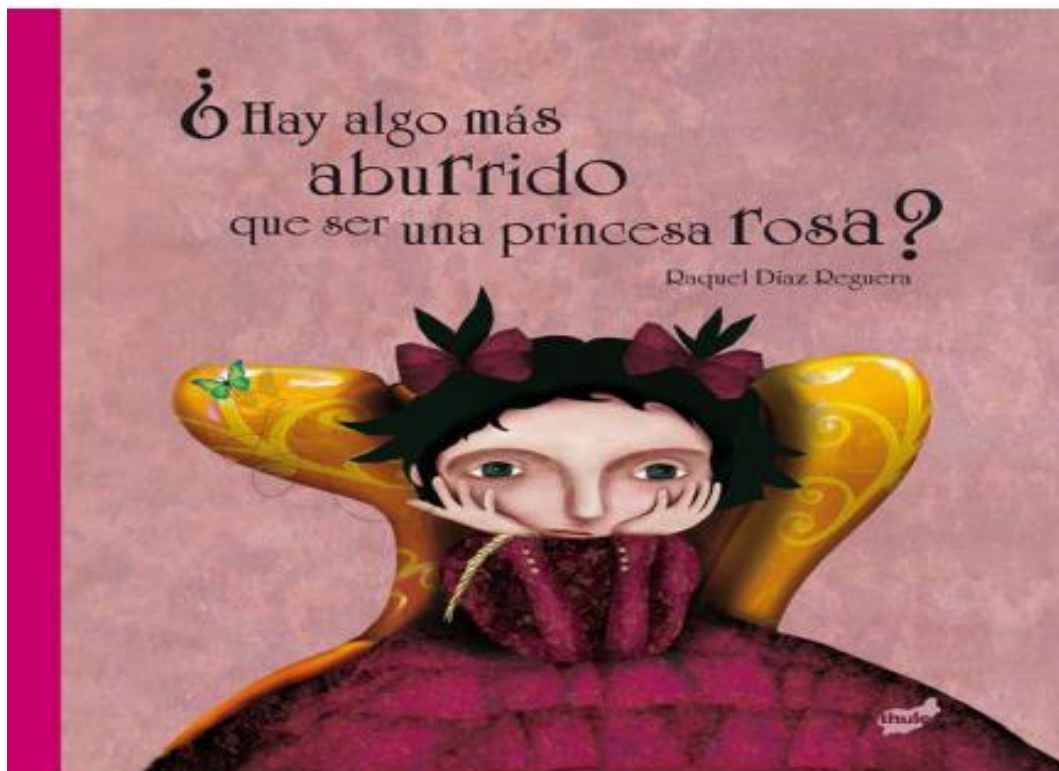
- ✓ En una relació sana cap dels dos mana sobre l'altre i els dos es mostren afecte i es recolzen.
- ✓ La idea del príncep blau fa que només vegem les coses bones que hi ha en ell.
- ✓ Se suposa que aquest príncep blau ens salvarà i ens protegirà.
- ✓ No podem dependre d'una altra persona per sentir-nos segures.
- ✓ Nosaltres hem de ser autònomes per poder trencar les relacions que no ens convenen.
- ✓ No podem considerar a la nostra parella com l'única meta de la nostra vida.
- ✓ L'excessiu lliurament incondicional no és bo.
- ✓ Comences cedint perquè ell no s'enfadi: error!
- ✓ Es penedirà perquè continuïs amb ell.
- ✓ Penses que canviarà.
- ✓ El pas del temps agreujarà el maltractament
- ✓ "...I van menjar perdus" ... l'amor pot no ser per sempre.

## FITXA 4

### MODEL DE DONA EN EL SISTEMA PATRIARCAL

VIDEO HI HA ALGUNA COSA MÉS AVORRIDA QUE UNA PRINCESA ROSA?

<https://www.youtube.com/watch?v=tLQYQhiMI4A>



12

## MODEL D'HOMME EN EL SISTEMA PATRIARCAL





## **FITXA 5**

### **SOM DIFERENTS NOIS I NOIES?**

ASSENYALA QUINA DE LES DOS ÉS LA TEVA OPINIÓ:

- a) Som educades i educats des que som menudes i menuts de forma diferent i això fa que siguem i tinguem comportaments diferents.
- b) Segons es neix noia o noi serem i ens comportarem en funció del sexe amb el qual naixem.

### **TEMES A COMENTAR SOBRE AQUEST TEMA:**

- ✓ Des que som petites ens eduquen de forma diferent als xics.
- ✓ Les diferències amb les quals naixem no tenen res a veure amb el que farem en la vida
- ✓ Mai t'has plantejat perquè totes les dones fem les coses de casa i perquè són els homes els cap de família?
- ✓ La nostra societat és la que fa aquesta diferència.
- ✓ S'ha avançat molt, però encara no tenim la mateixa igualtat que els homes
- ✓ Si no s'aconsegueix, moltes dones arriben a pensar que han fracassat per no tenir novio/marit i família

## FITXA 6

### LES DIFERÈNCIES DE GÈNERE PROVOQUEN DESIGUALTAT I DISCRIMINACIÓ

#### LA DESIGUALDAD AFECTA NEGATIVAMENTE A:

a) Las mujeres:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La discriminación en el mercado laboral hace que tengan una media de salarios más bajos, una tasa de desempleo que es el doble que la masculina y menos posibilidades para ocupar puestos con mayor capacidad de decisión si así lo desean.</li> <li>- La desigual distribución del trabajo doméstico entre hombres y mujeres hace que, con demasiada frecuencia, éstas se vean sobrecargadas de trabajo y de responsabilidades, sobre todo cuando también tienen un empleo.</li> <li>- Las actividades realizadas mayoritariamente por mujeres tienden a estar menos valoradas (el trabajo doméstico, el cuidado de otras personas, el arte realizado por mujeres, determinadas profesiones). Esta insuficiente valoración afecta negativamente a la autoestima de las mujeres.</li> <li>- Todos estos factores limitan sus posibilidades de autonomía, sus oportunidades y su bienestar.</li> </ul>
b) Los hombres:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El sexismo limita su capacidad para expresar sus afectos y mostrarse vulnerables y disfrutar del contacto con sus hijos e hijas.</li> <li>- El hecho de que la mayor parte del trabajo doméstico y los cuidados a otras personas sean realizados por mujeres hace que la mayoría de los hombres no desarrollen conocimientos muy útiles para desenvolverse en la vida y para relacionarse con otras personas. Además, esta insuficiente dedicación y atención a las relaciones hace que tengan más dificultades para establecer vínculos estrechos con otras personas.</li> </ul>
c) La convivencia:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El sexismo produce malestar en hombres y mujeres y éste dificulta en muchos casos la convivencia.</li> </ul>



## FITXA 7



### QÜESTIONARI

Assenyala les que consideris veritables o falses:

A les xiques ens agrada que ens tractin malament

☐ Verdader ☐ Fals

No ens agrada estar soles per això preferim estar amb un xic, encara que ens tracti malament

☐ Verdader ☐ Fals

Volem sentir-nos protegides per un home

☐ Verdader ☐ Fals

No creiem que puguem ser independents

☐ Verdader ☐ Fals

Sense nosaltres, ells no podran canviar en la relació

☐ Verdader ☐ Fals

L'amor arreglarà la relació

☐ Verdader ☐ Fals

No ens sentim algú si no estem amb ells

☐ Verdadero ☐ Falso

Totes les xiques han d'estar amb un xic, perquè en cas contrari ets rara

☐ Verdader ☐ Fals

## **FITXA 8**

### **CONFLICTE O VIOLÈNCIA?**

- És normal que en les parelles existeixquen conflictes, però cal diferenciar-los del maltractament
- Els conflictes sorgeixen en ocasions i s'arreglen parlant i buscant solucions.
- No cal témer els conflictes, ajuden a consolidar una relació sana.
- Si és maltractament sempre es donarà de forma repetida i empitjorarà amb el temps.
- Ho reconeixeràs perquè ell vol portar sempre la raó i imposar el seu criteri sense respectar el teu.



## **DISTINTAS FORMAS DE TRATAR LOS CONFLICTOS**

### **DIÁLOGO**

**COOPERACIÓN:** es posible cuando se comparte algo, cuando la buena marcha de la relación nos motiva a cooperar o si hay objetivos o intereses comunes.

**ACUERDO:** podemos llegar a él cuando hay algunos objetivos comunes, pero otros son distintos.

**COMPETICIÓN:** se da cuando una persona o grupo se intenta imponer a otro u otra y esta segunda persona o grupo adopta la misma actitud. En este caso, a no ser que las dos partes cambien de actitud, el conflicto podrá estancarse o incluso aumentar.

**IMPOSICIÓN/CESIÓN:** una persona se impone y la otra cede. En este caso, el problema, si es importante, puede no sólo no quedar resuelto, sino incluso agravarse, puesto que si se da una situación injusta, ésta suele crear resentimiento.

**EVASIÓN:** el conflicto se omite por miedo, por no otorgarle importancia, por no saber cómo afrontarlo o por otro motivo. Si lo que está en juego para las dos partes no tiene mucha importancia, lo más probable es que se acabe mitigando con el tiempo. Sin embargo, si están en juego aspectos relevantes para cualquiera de las partes, el conflicto no dejará de existir por mucho que se ignore. Incluso puede derivar en un problema más grande.

## **FITXA 9**

### **PER DEBATRE EN GRUP:**

ANA és una xica de 16 anys, i porta 3 mesos sortint amb el xic que li agradava de la classe del costat. Ja no era l'única que no tenia novio del seu grup.

Al principi tot era meravellós, ell era genial i estava molt contenta perquè s'havia fixat en ella.

Ara alguna cosa ha canviat. Ana vol seguir amb ell, però hi ha coses d'ell que no li agraden.

Només vol que isca amb ell. No obstant això, ell no ha deixat de sortir amb els seus amics, no li agrada la seva forma de vestir, criticant-la, perquè diu que va insinuant-se a tots els xics.

De vegades discuteix sense motiu i li xilla, fins i tot una vegada es va posar tan nerviós que la va espantar.

Sembla que les seves coses no li interessin molt perquè gairebé mai l'escolta, només parlen dels temes que ell vol.

Ana pensa que ell està passant per un mal moment, perquè sap que té problemes amb els seus pares i que no va bé amb els estudis.

Ella vol seguir amb ell perquè no sempre és així, de vegades és molt afectuós, i això li dóna esperances perquè les coses puguin canviar, disculpant-lo sempre.

T'ha passat alguna vegada a tu?

Penses que li convé aquest xic a Ana?

Creus que aquest xicón va a canviar amb l'amor d'Ana?

Què faries tu si estigueres en el seu lloc?

**Tenir parella, casar-te o es mare són opcions de vida que tens, però NO són obligacions**

## **FITXA 10**

### **QUÈ ÉS UNA RELACIÓ?**

- Una relació és quan dues persones es volen, es respecten i es diverteixen estant juntes.
- És acceptar-se mútuament i voler a l'altra persona amb les seves virtuts i els seus defectes
- És tractar-se bé, amb tendresa i sense faltat-se el respecte.
- És saber escoltar a l'altra persona i poder explicar-li els teus problemes, inquietuds i desitjos.
- És una unió de sentiments, en el qual una persona no s'imposa sobre l'altra
- És tenir confiança mútua i no comprovar si el que fa o diu la teva parella és veritat.
- És tenir diferents punts de vista i poder dialogar sobre ells sense que cap imposi la seva opinió. En la varietat està el gust
- És compartir experiències i moments junts i és poder gaudir de temps i espai per a un/a mateix/a, per estar amb les amistats, la família o realitzar el nostre hobby favorit sense que ens molesti que la nostra parella també ho faci.
- És no abusar de la parella demanant-li constantment que faci coses per l'altre.
- És poder expressar-nos amb tota llibertat i sense por de que la nostra parella s'enfade per dir el que pensem o al fet que ens prohibisca alguna cosa.
- És quan ningú s'enfada si l'altre ens porta la contrària
- És valorar l'esforç i el treball de la meua parella.
- És acceptar i respectar les opinions, els gustos, activitats i amistats de l'altra persona.
- És recolzar-se i ajudar-se mútuament en plans i projectes encara que aquests no sempre coincidisquen.

- És reconèixer quan ens hem passat o equivocat.
- És entendre que de vegades cal cedir per estar d'acord en una decisió.
- És quan les decisions que ens afecten als dos són el resultat d'un acord mutu.

### **Una relació és de domini i control (pot acabar en violència) quan...**

- Si no suporta a les teues amigues o amics i prefereix que quedeu sempre els dos sols.
- Si sempre és ell qui decideix quan quedar, a quina hora, on...
- Si et diu que no li agrada que vagis a cap part sense ell i t'ho justifica dient que no pot estar sense tu.
- Si controla la teua manera de vestir, maquillar-te, parlar o comportar-te.
- Si es mostra protector i paternal cap a tu dient coses com: "jo sé el que és bo per a tu", "sé el que et convé"...
- Si per aconseguir el que vol hi ha vegades que et fa sentir culpable.
- Si et fa xantatge si no vols mantenir relacions amb ell, posant en dubte els teus sentiments cap a ell.
- Si et fa responsable de la seva infelicitat.
- Si "li posa dels nervis" que li portis la contrària.
- Si et diu que seria "capaç de qualsevol cosa" si el deixes.
- Si de vegades "s'escalfa" i et diu que li fas tindre ganes de pegar-te.
- Si no suporta no saber el que fas al llarg del dia.
- Si necessita saber tot el que diuen els teus col·legues d'ell.
- Si intenta tenir controlat el teu mòbil per saber amb qui parles.
- Si té la sensació de que li estàs provocant perquè "salti".
- Si no es fia del que li expliques i ho comprova.
- Si li costa molt disculpar-se, i més si és davant teu.
- Si sent que, com a home, ha de protegir a les dones.
- Si no està disposat a ocupar-se a les tasques de la casa i s'escaqueja tot el temps aconseguint que li donen tot fet.

- Si és ell el que pren les decisions importants de la parella.
- Si es burla de tu i t'avergonyeix en públic.
- Si critica constantment les teves opinions o la teva forma de pensar.
- Si no s'interessa per les teves coses.
- Si alguna vegada es posa tan nerviós amb tu que es descontrola i sents por.
- Si et tracta com si fores menys competent que ell.

**Vés amb compte amb aquells que pensen que:**

Les dones són inferiors i han d'obeir als homes

Les tasques domèstiques i els fills "són coses de dones"

La dona ha de seguir al marit, encara que hagi de renunciar als seus projectes

El més important en la vida d'una dona és casar-se

**Tingues cura, el masclisme mata!!**

Font: *Fundación Mujeres*



## UNA RELACIÓ SANA O NOCIVA?

- T'avorreixes amb la teva parella perquè et deixa de costat?
- En ocasions et fa sentir malament pel que et diu i et fa?
- T'interromp o t'ignora quan parles? Passa de les teves coses? Desconfia de tu?
- T'impedeix o li molesta que estigues amb altres persones?
- De vegades tens por de les seves reaccions violentes?
- Fa coses que et molesten per aconseguir el que ell vol?
- Et veus obligada a fer coses que no t'agraden per complaure-lo a ell?
- Et sents culpable perquè et responsabilitza de coses que fa malament i que et poden fer mal a tu?
- Estàs sempre enfadada perquè ell passa de la relació i no compleix el que ha dit?
- Et sents nerviosa perquè tens por de no fer les coses com a ell li agraden?
- Et sents humiliada per ell?
- Et sents controlada per ell, havent de donar-li explicacions per tot el que fas?
- Et costa dir el que penses per por de que ell et diga que calles o que pense que dius ximpleries?
- T'amenaça amb que et deixarà si fas coses que a ell no li agraden?
- Et sents obligada a fer el que ell diu?

***La violència de gènere no és un problema de les dones sinó un problema que pateixen les dones.***

***Es tracta d'un problema de tota la societat***

## FITXA 11

### ACTIVITAT PER A REFLEXIONAR

**Grup de discussió: què opines d'aquest cartell.**



## FITXA 12: TIPUS DE RELACIÓ

RELACIÓ DE CONTROL Y PODER, DESIGUALDAD/ VIOLENCIA - Cuando la otra persona...	RELACIÓ EQUITATIVA, JUSTA, DE RESPETO, NO VIOLENTA- Cuando la otra persona...
Se altera con facilidad, insulta y grita cuando discute por algo	Dialoga y escucha ante los conflictos y se buscan soluciones que no sean abusivas para ninguna de las dos partes
Siempre quiere tener la última palabra en las discusiones, no tiene en cuenta tus opiniones	Respeto las diferencias, toma en consideración tus opiniones e ideas. Se expresa sin violencia y sin intimidar
Trata de manipularte	Respeto tus decisiones y busca un equilibrio entre sus deseos y los tuyos
Te controla y busca tu obediencia	Valora tu libertad y tu capacidad para decidir y cuidarte por ti misma/o, aunque se preocupe por ti
Hace comentarios que te infravaloran	Te respeta y apoya, valorando tus proyectos o decisiones
Amenaza, te golpea o golpea objetos comunes, tus pertenencias o a algún animal doméstico cuando se altera	Respeto tu integridad física y moral y tus pertenencias o los objetos comunes
Te inspira miedo	Te inspira confianza
Te prohíbe salir con amistades, familiares, o te exige que le pidas permiso para hacerlo	Respeto tus relaciones con otras personas y se alegra del apoyo que te proporcionan
Te prohíbe usar cierto tipo de ropa o se molesta si lo haces	Respeto y acepta tu forma de vestir, aunque no siempre le guste y lo exprese
Tiene celos de todas las personas que se te acercan	Confía en ti y en el valor de la relación que compartís
Presiona o te obliga a tener relaciones sexuales, aunque hayas dicho que no	Aunque exprese sus deseos, respeta los tuyos y, cuando no quieres tener relaciones sexuales, lo respeta
Si tenéis relaciones sexuales, la otra persona decide cuándo o cómo tenerlas	Sólo se tienen relaciones sexuales cuando hay mutuo acuerdo y deseo
No se responsabiliza de utilizar métodos anticonceptivos o de prevención de infecciones de transmisión sexual cuando tenéis relaciones sexuales	Comparte la responsabilidad de controlar los embarazos y evitar las enfermedades de transmisión sexual. Respeto tu derecho sobre tu cuerpo
Tiene ideas machistas	Reconoce tu valor como ser humano, respeta tu cuerpo y tus sentimientos. Valora la equidad
Decide cómo usar el dinero de ambos, controla el dinero	Comparte las decisiones económicas y sobre gastos
Actúa sin tener en cuenta tus sentimientos ni tu bienestar (por ejemplo, respondiendo afirmativamente a cualquier acercamiento sexual de otra persona aunque te exija fidelidad)	Aunque persiga sus intereses y deseos, respeta los tuyos (por ejemplo, sabe decir no a acercamientos sexuales no deseados o no convenientes si se ha establecido este tipo de fidelidad en la pareja)
La relación tiene mucho de control y dependencia y te cuesta pensar claro porque sientes como si fuera una adicción	La relación se basa en el amor, la amistad, el respeto y el cuidado mutuo, aunque haya conflictos

## **FITXA 13**

### **DEFINICIÓ DE VIOLÈNCIA**

En 1993 l'Assemblea General de la Nacions Unides va aprovar la Declaració sobre l'eliminació de la violència contra la dona, en ella pot llegir-se que la violència contra la dona és:

**“Tot acte de violència basat en la pertinença al sexe femení que tinga o puga tenir com resultat un dany o sofriment físic, sexual o psicològic per a la dona, així com les amenaces de tals actes, la coacció o la privació arbitrària de la llibertat, tant si es produeixen en la vida pública com en la privada”.**

### **TIPUS DE VIOLÈNCIA**

#### **– Violència física**

Atempta contra la integritat de la dona: cops, ferides, empentes, bufetades, mossegades, estirades de pèl, cremades, pessics, fractures, apunyaments i assassinat.

#### **– Violència psicològica**

Té per objectiu menysvalorar a la dona i es manifesta mitjançant desqualificacions, burles, menyspreu, exigència d'obediència, insult, omissió de responsabilitats, etc

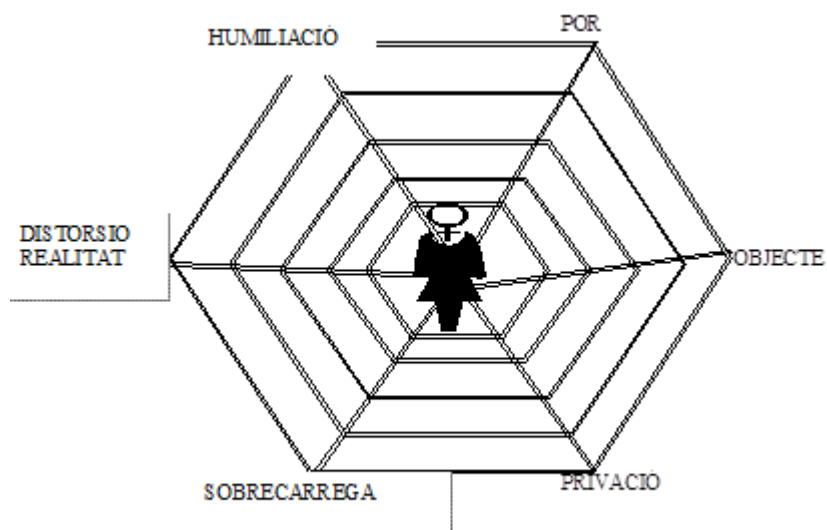
#### **– Violència sexual**

Qualsevol coacció per mantenir una relació sexual contra la pròpia voluntat. Inclou violacions, abusos tant a dones com a nenes i nens, explotació sexual, incitació a la prostitució.

#### **– Violència econòmica**

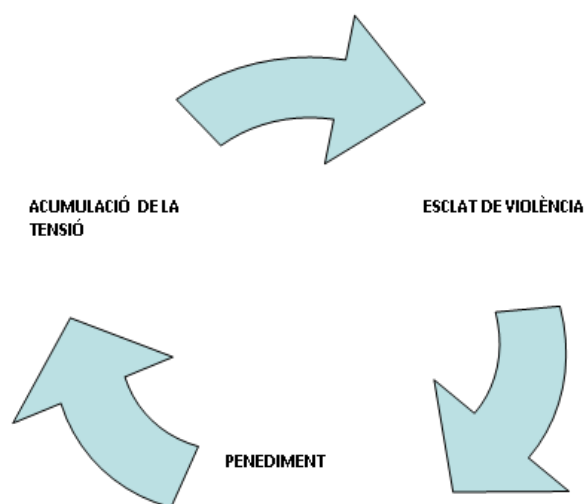
Significa limitar a la dona l'accés als recursos econòmics treball i/o a l'educació.

***Per a alguns homes la llibertat de les dones significa una “amença” a la seva masculinitat***



Font: *Canet y García Intervenció psicosocial amb víctimes de violència de gènere*

## EL CICLE DE LA VIOLÈNCIA



## **FITXA 14**

### **ABÚS EMOCIONAL QUE PASSA DESAPERCEBUT-**

L'abús no solament és físic, també és emocional, mental i verbal. No obstant això, mentre que la violència física és òbvia, altres tipus d'abús són més subtils i difícils de detectar, fins i tot per a la persona que està sent sotmesa.

A més, el principal problema és que sovint l'abús emocional és comès per una persona propera, a la qual volem i de la qual no esperem un mal comportament. Per això, quan ens adonem és perquè ja estem atrapades en la tela d'aranya que ha construït al nostre voltant.

Tot sol començar amb un comentari casual sobre un tema intranscendent, com el color de les cortines, els plats per rentar o portar el cotxe al mecànic. Aquesta persona s'encarregarà de treure de context la situació i, en comptes de limitar-se a assenyalar un fet, realitzarà una acusació perquè l'altre es senta malament.

Òbviament, quan algú se sent acusat, el més usual és que intente defensar-se exposant les seves raons. No obstant això, no servirà de res perquè l'assetjador no pretén entendre o solucionar el problema, tan sol vol atacar. En realitat, el seu objectiu no és que l'altra persona rente els plats o que porte el cotxe al mecànic, aquesta és únicament una excusa per començar el joc de la manipulació i donar-li regna solta a la seva ira.

#### **Les tècniques de manipulació més nocives són:**

**1 Intenta convèncer-te que estàs boja.** L'agressor es dedica a presentar falsa informació, per fer-nos dubtar de la nostra memòria i percepció i, en última instància, fins i tot del nostre seny. L'assetjador sol començar negant que determinats esdeveniments hagin ocorregut, fins arribar a escenificar situacions rares que desorienten a la seva víctima. D'aquesta forma, acabem dubtant fins i tot del que vam dir un minut enrere.

2. **El silenci.** El silenci també es pot utilitzar com una tàctica d'abús emocional. De fet, la indiferència associada al silenci causa profundes ferides emocionals perquè no solament augmenta el nivell d'ansietat en la víctima sinó que també danya profundament la seva autoestima i provoca una enorme inseguretat.

L'assetjador fa ús del silenci per castigar a la seva víctima, simplement no respon, es mostra fred i distant, fins que l'altra persona no pot més i acaba disculpant-se per alguna cosa que no ha fet. Així l'assetjador aconsegueix el seu objectiu: dominar i manipular jugant amb les emocions.

3. **La projecció.** El que fa la persona assetjadora és projectar sobre la seva víctima les seves pròpies inseguretats, pors i problemes. Per això, acusarà a l'altra persona de mentir, quan en realitat és ell qui menteix, o li acusarà de ser infidel, quan en veritat és ell qui traeix.

4. **La intimidació encoberta.** La persona que recorre a les tàctiques d'abús emocional no sol emprar l'agressivitat i la violència, almenys no de forma evident perquè el seu principal objectiu és manipular a la seva víctima sense que la seva imatge es veja danyada. Per això, en molts casos sol recórrer a la intimidació encoberta.

El seu discurs està plagat d'amenaçes indirectes, li deixa clar a la seva víctima quins serien les conseqüències de les seves accions i, de pas, puntualitza que la responsabilitat és únicament seva, es renta les mans. Per exemple, pot dir: "... així acabaràs amb la nostra relació", "...tu veuràs el que fas..."

5. **El victimisme.** Quan totes les tàctiques anteriors fallen, l'assetjador sol tirar de victimisme, descarrega la seva responsabilitat en l'altre, fent-se passar per la víctima de la situació. De fet, fins i tot és comú que acabem compadint-nos i sentint-nos malament pel nostre comportament, quan en realitat no hem fet gens dolent.

Frases típiques d'aquest tipus de manipulació emocional són: "amb tot el que he fet per tu i així és com em pagues" o "m'he sacrificat per tu i no ho consideres".



**RECORDA** que la manipulació emocional és un joc molt perillós, on sempre hi ha algú que surt perjudicat. Per això, en quan notes alguna d'aquestes tàctiques, posa-li fre. De la mateixa forma, considera que en ocasions som nosaltres els qui fem ús inconscientment alguna d'aquestes estratègies, potser perquè tenim por de perdre a la persona que estimem o perquè no tenim suficients arguments. En aquest cas, fes un examen de consciència perquè la manipulació mai és la millor alternativa.

Font: *Jennifer Delgado* <http://paradigmaterrestre.com/>

#### FRASES TÍPIQUES QUE UTILITZEN ELS MALTRACTADORS:

- Ningú podrà voler-te tant com jo
- Mai et deixaré
- Mai faria res que et ferira
- Solament vull que sigues feliç

## FITXA 15

### LA GELOSIA I EL CONTROL... NO SÓN AMOR

**En ocasions la nostra parella pot manifestar excessiva gelosia que defensa com a mostres d'amor. Gens més lluny de la realitat. El control i la gelosia no són amor ni llibertat, són dany, aclaparament, sofriment i falta de llibertat.**

**Per això, fixa't quan:**

- No admet que surtes amb altres persones.
- S'enfada si parles o crides a altres xics, i fins i tot a amigues teves.
- No admet que mires a altres xics o que t'agrade alguna de les seves característiques de personalitat.
- Et demana informació sobre amistats teves mostrant-se enfadat
- No li agrada la roba que portes perquè vas "provocant".
- Et diu que ets seva i que per tant no has de discutir amb ell.
- Et controla el mòbil, el wasap, les teves xarxes socials, a qui agregues, a quines hores et connectes o desconnectes.
- T'aïlla de les teves amistats i familiars perquè et dediques solament a ell.



## **FITXA 16**

### **TEST PER A IDENTIFICAR EL MALTRACTAMENT**

Estàs sent **MALTRACTADA** si contestes sí a alguna de les següents afirmacions:

- Et fa sentir inferior, ximple o inútil. Et ridiculitza, et critica o es burla de les teves creences (religioses, polítiques, personals).
- Critica i desqualifica a la teva família, als teus amics i als veïns o t'impedeix relacionar-te amb ells, es posa gelós o provoca una baralla.
- És gelós i possessiu.
- Et controla els diners, la forma de vestir, les teves trucades, les teves lectures, les teves relacions, el teu temps.
- T'ignora, es mostra indiferent o et castiga amb el silenci.
- Et crida, t'insulta, s'enfada, t'amenaça a tu o als teus fills.
- T'humilia i et desautoritza davant de coneguts.
- Agredeix als teus animals domèstics.
- Et dona ordres i decideix el que tu pots fer.
- Et fa sentir culpable: tu tens la culpa de tot.
- Et fa por la seva mirada o els seus gestos en alguna ocasió.
- Destruïx objectes que són importants per a tu.
- No valora el teu treball, diu que tot ho fas malament, que eres un desastre.
- Et força a mantenir relacions sexuals o a realitzar determinades pràctiques.
- T'acusa de ser infidel i coquetejar amb uns altres.
- No vol que estudies o treballes
- T'amenaça
- T'agredeix

## **FITXA 17**

### **LA DONA EN LA PUBLICITAT, ELS CONTES, LES PEL·LÍCULES...**

**Per què les dones mai estem suficientment perfectes?**

**Per què ens venen que per presumir cal sofrir?**

**Per què no puc ser com sóc?**

VIDEO SOBRE ELS RETOCS QUE PATEIXEN LES IMATGES DE LES MODELS

[http://tn.com.ar/tecnologia/los-milagros-del-photoshop-como-crear-una-supermodelo-en-38-segundos\\_419516](http://tn.com.ar/tecnologia/los-milagros-del-photoshop-como-crear-una-supermodelo-en-38-segundos_419516)

[http://www.antena3.com/noticias/cultura/cantante-que-cambia-fisico-retoques-mientras-canta\\_2014012400158.html](http://www.antena3.com/noticias/cultura/cantante-que-cambia-fisico-retoques-mientras-canta_2014012400158.html)

“LA CENICIENTA QUE NO QUERIA COMER PERDICES”

<https://www.youtube.com/watch?v=FxY79rz4xWA>

ROL DE LA DONA DISNEY

[http://www.youtube.com/watch?v=m8M61N3p1mQ&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=m8M61N3p1mQ&feature=player_embedded)

MENORS QUE OPINEN SOBRE LES MODELS

<https://www.youtube.com/watch?v=LIShHeU2qU4&sns=em>

## **FITXA 18**

### **ALERTA AMB LES XARXES SOCIALS!**

#### **Perills de les xarxes socials a través d'internet.**

Les xarxes virtuals han modificat la manera en què la gent jove es relaciona amb els seus iguals i la forma en què elles mateixes es veuen. A través d'aquesta nova forma de relacionar-se ens trobem amb que:

- Poden crear-se identitats falses, arribant a confondre la realitat amb allò virtual.
- S'han de mostrar cossos perfectes i sensuals. Abunden els autoretrats en els quals es valora a la dona en funció de la seva imatge i de les poses que utilitza. També es poden utilitzar aquestes fotos per criticar a altres xiques i perjudicar-les (cyberbullying).
- Se sent la necessitat d'exhibicionisme constant (on estic, amb qui estic...) a través de fotos més o menys íntimes (sexting).
- Es creu que cal buscar sempre l'aprovació i el reconeixement per part dels altres (m'agrada) per a ser una persona exitosa, en cas contrari no ets ningú.
- Es reproduïxen els models de feminitat i masculinitat tradicionals: dones sensuals i sexis a la recerca de reconeixement, i homes esportistes, valerosos i atractius.
- La popularitat ve donada en funció del nombre d'amistats que es té a les xarxes i no de la personalitat de cadascuna.

#### **Ciberassetjament**

El ciberassetjament és un conjunt de comportaments mitjançant els quals una persona, un conjunt d'elles o una organització usen les TIC per assetjar a una o més persones. Aquests comportaments inclouen amenaces i falses acusacions, suplantació de la identitat, usurpació de dades personals, danys a l'ordinador de la víctima, vigilància de les activitats de la víctima, ús d'informació privada per fer xantatge a la víctima, etc.

El propi desenvolupament de les tecnologies de la informació i la comunicació implica que cada poc temps els assetjadors troben noves formes d'assetjament a través d'Internet.

El risc que aspectes de la vida íntima com a fotos, vídeos o dades privades siguin distribuïts entre un nombre indeterminat d'usuaris d'Internet és una poderosa eina de dominació.

Segons l'informe de la APC 2011 (*Associació per al progrés de les comunicacions*), les formes més freqüents de violència contra les dones relacionades amb les tecnologies són:

- L'assetjament en línia i el "ciberassetjament": comentaris agressius, amenaces, vexacions, xantatge emocional... que atempten contra la intimitat i la privadesa de les dones.
- La violència per la parella íntima, quan la tecnologia s'usa en actes de violència i abús en relacions íntimes.
- L'agressió sexual i la violació, quan la tecnologia s'usa per localitzar a la víctima i assaltar-la.
- L'enregistrament i distribució d'una violació.
- Els avisos o missatges falsos en internet per atreure a les dones cap a situacions en les quals poden ser víctimes d'una agressió sexual.
- La violència dirigida a grups o comunitats de dones per la seva identitat sexual o de gènere o per la seva posició política (aquesta forma també s'utilitza contra alguns homes).
- Els casos de suïcidi de dones joves com a conseqüència d'aquests actes delictius.

## **Grooming**

El Grooming es tracta d'accions deliberades per part d'un adult de cara a establir llaços d'amistat amb un nen o nena en Internet, amb l'objectiu d'obtenir una satisfacció sexual mitjançant imatges eròtiques o pornogràfiques del menor o fins i tot com a preparació per a una trobada sexual.

## Sexting.

El sexting es tracta de l'enviament de material privat per part de persones, normalment joves, a través del telèfon mòbil o d'Internet en el qual es mostren fotografies o vídeos de coneguts, amics o parelles de caràcter eròtic i d'índole privada. Atès que és una pràctica més habitual entre els joves, un dels riscos associats a aquesta activitat és el xantatge, pressió o ridiculització social del jove que apareix en les imatges. Això pot provocar importants danys psicològics que, en alguns casos, arriba fins i tot a conseqüències fatals com el suïcidi.

**10 Razóns para NON practicar SEXTING**

Realizar sexting ou producir imaxes íntimas propias nun formato dixital e cedelas a outras persoas é unha decisión persoal.

Pode que ti atopes moitos motivos para facelo. Aquí queremos compartir contigo outras 10 razóns polas que o sexting se pode converter nunha práctica de risco.

PROMOVE: **XUNTA DE GALICIA**

DESENVOLVE: **PantallasAmigas**

APDIA:



## **FITXA 19**

### **AGRESSIÓ SEXUAL: QUAN DIC NO, ÉS NO**

Perquè et siga fàcil distingir si una relació és agressió sexual o no, et pots fixar en alguns indicadors com aquests:

- Quan una persona toca el teu cos sense el teu consentiment.
- Quan tu has acceptat una relació amb una altra persona, però ella es passa del grau de relació que tu vols tenir.
- Quan una persona converteix una relació que en principi és correcta en agressió, per la intencionalitat, el to, el poder o la força...
- Quan s'insinuen o relacionen amb tu a través de gestos que tu no desitges.
- Quan algú interpreta que un joc de seducció és una justificació, per arribar al teu cos sense que tu vulgues.



## DÓNAN'S LA TEVA OPINIÓ:



<b>¿Cómo te definirías tú ante estas afirmaciones que hace la gente?</b>	<b>de acuerdo</b>	<b>en desacuerdo</b>	<b>no sé</b>
<i>En nuestra sociedad se da igual la agresión sexual a las chicas que a los chicos.</i>			
<i>En el fondo, los hombres se meten con las mujeres por la calle porque las consideran un objeto a su disposición, se sienten con poder sobre ellas.</i>			
<i>En realidad, las chicas son agredidas o violadas, porque no se hacen respetar o van provocando.</i>			
<i>Los manoseos, «piropos», frases despectivas o meterse con una mujer por la calle, son un ataque a su libertad.</i>			
<i>Cuando un hombre se mete con una mujer por la calle, hay que diferenciar los piropos bonitos, de las groserías. No siempre es una agresión que un hombre le diga algo a una mujer que pasa por su lado.</i>			
<i>Los hombres son violadores porque están reprimidos sexualmente.</i>			
<i>La pornografía favorece que haya más agresiones e incluso, violaciones.</i>			
<i>Al menos en este Instituto no se agrede a las chicas, se las considera en todo igual a los chicos.</i>			
<i>La publicidad agrede a la mujer utilizándola como objeto sexual y de consumo.</i>			
<i>En realidad, sólo violan los hombres que están enfermos mentalmente.</i>			
<i>Los violadores no son sólo víctimas de la educación recibida, son también sus cómplices.</i>			
<i>En realidad toda violación es un acto de dominación y desprecio a todas las mujeres.</i>			

Font: Urruzola "Guía para chicas"

## QUÈ FER SI HAS ESTAT AGREDIDA SEXUALMENT?

- No creguis que l'agressió que t'acaben de fer, és normal, perquè és habitual. No pensies: «també els ha passat a altres xiques», «no he de donar-li importància...». Para't a explicar-te a tu mateixa el que ha passat.
- No ocultis l'agressió rebuda. Esforça't per vèncer la vergonya, la por, el bloqueig. No tinguis por al «què diran» i explica-li a algú en qui confies o a una amiga el t'ha passat i demana-li que t'ajude.
- Mai t'autoculpabilitzes. Ets l'agredida no la responsable de l'agressió.
- Tingues valentia per criticar amb energia el comportament de qui t'ha agredit. Ells quasi sempre es defensaran tirant-te a tu la culpa i dient que són innocents, però tu, segueix ferma amb la teva denúncia, perquè tu ets la que millor saps com has estat agredida.
- Acudeix a un centre mèdic perquè et realitzin les proves necessàries, sobretot si ha estat una agressió sexual amb penetració. És important que no et dutes abans ni et canvies la roba per a no destruir les proves.
- Acudeix a un centre d'atenció a dones per ser assessorada.
- Denuncia l'agressió davant la policia, davant la teva família, l'institut. No ocultes les dades de qui t'ha agredit, pot passar-li a una altra xica.

## FITXA 20

### LES NOVES MASCULINITATS: “ADÉU A L'HOMME FORT I VALENT”



Les formes de ser xica o xic apreses socialment són el que es coneix com a atribució de gènere. No són biològiques sinó socials, es poden canviar i no depenen d'haver nascut amb un sexe o un altre.

Actualment comencen a sorgir grups d'homes que estant en desacord amb aquests mandats socials de gènere, tracten de **deconstruir aquestes identitats** tradicionals per fer la seva pròpia revolució personal i construir una nova masculinitat com a forma més acorde de ser i sentir-se home.

**Qüestionar els estereotips de gènere és canviar el model imperant de relacions sexistes de poder que acaba portant a la violència de gènere en les relacions personals i de parella.**

## **TRENCA ESTEREOTIPS: REBUTJA ESTUPIDESES**

Qui diu que els homes no saben cuidar a nens petits, o que no saben gestionar una casa? En realitat molta gent ho assumeix com una veritat inqüestionable. Però els homes que treballen amb nens en empreses, no poden aprendre a fer el mateix a la seva pròpia casa?

No ets menys home per cuidar-te a tu mateix i els teus, com tampoc s'és menys dona per tindre un treball i dedicar-te al món públic. Recorda que per molt que una cosa s'haja repetit durant anys, no per això és el normal: en aquest cas el més tradicional ha estat el masclisme que limita la vida, especialment la vida de les dones.

Per això els estereotips i els rols sexistes estan per trencar-los, doncs no són innats ni vénen en els gens, sinó que són formulacions creades culturalment.

Solament replantejant tot l'après podràs deixar enrere el prototip d'home "mascle", aliè als sentiments i les cures.

Així podràs seguir sent molt home, però amb una altra masculinitat, que ja no ha de sostenir-se en la violència, ni en fer por a ningú, ni mostrar-se aliè del que t'envolta.

Font: *Hombresconigualdad.org*

## Los siete principios de un He For She

**Considera que la discriminación contra las mujeres y las niñas es un error; que la violencia contra ellas es inaceptable; y que deben tener igual acceso a social, política y oportunidades económicas.**

**Entiende que defender la igualdad de género es imprescindible para la humanidad.**

**Alienta a las mujeres y las niñas a buscar oportunidades sociales y económicas.**

**Habla cuando ve cualquier forma de discriminación, ya sea interpersonal o institucional.**

**Da ejemplo en su familia y la comunidad mediante la promulgación de la igualdad en acciones diarias.**

**Desafía a otros hombres y niños, si los ve actuar o hablar de una manera que es discriminatoria o de acoso a las mujeres y las niñas.**

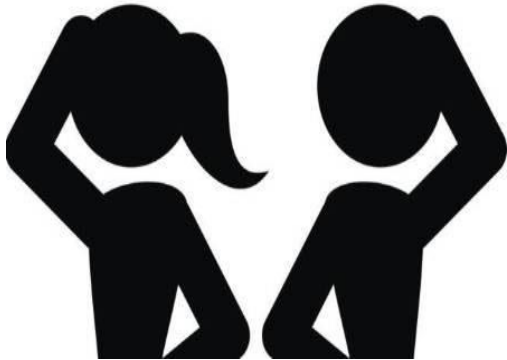
**Apoya a otros hombres y mujeres que trabajan por un mundo en el que la discriminación y la violencia contra las mujeres sea eliminada.**

(Desarrollados por ONU Mujeres en colaboración con Michael Kimmel)

Font: *Hombresconigualdad.org*

## **FITXA 21**

### **QUE PODEM FER PER POSAR FRE A LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE?**



#### **ACTIVITAT: Pluja d'idees en grup**

(Algunes respostes possibles:)

- ✓ Practicar el respecte a les diferències entre persones.
- ✓ Veure els conflictes com un element normal de la relació entre les persones i no com un problema.
- ✓ Visibilitzar a les dones i reconèixer les seves aportacions al llarg de la història.
- ✓ No disculpar ni passar per alt els comentaris, bromes, sarcasmes...de tipus masclista o homòfob.
- ✓ No tolerar actes de violència contra altres persones.
- ✓ Donar-li l'esquena a "l'home fort i valent" de torn.
- ✓ No veure la llibertat de les dones com una amenaça per als homes.
- ✓ La violència contra les dones és un problema de totes i tots.
- ✓ Trencar amb el model de masculinitat tradicional.
- ✓ Educar als nens i les nenes en igualtat, evitant comentaris, acudits, rols molt definits, tasques domèstiques mal repartides, comportaments on se li atribueix a l'home les capacitats intel·lectuals i a la dona les capacitats sentimentals, etc

- ✓ La sensibilització i la informació són necessàries per conèixer bé quins són els nostres drets i modificar el nostre comportament cap a la igualtat.
- ✓ Integrar un model de comportament amb la parella basat en la igualtat i el respecte, evitant relacions de poder.
- ✓ Compartir les tasques domèstiques en l'àmbit familiar.
- ✓ Fomentar actituds de negociació i d'expressió de les idees amb llibertat.
- ✓ Desenvolupar relacions amb altres persones des de la independència i autonomia personal. És important saber dir que no.
- ✓ Rebuig total de la violència com a valor social i mitjà per aconseguir les coses
- ✓ Recolzar i denunciar els casos de violència que coneguem, prestant ajuda i escolta a la víctima
- ✓ Oferir models positius des de l'àmbit laboral, social i familiar en el qual vivim
- ✓ Evitar participar en accions, consum, mitjans de comunicació, etc., on s'observen conductes o idees sexistes

**En definitiva, no hem de deixar passar, per vergonya, indiferència o costum, actituds o comportaments basats en la desigualtat per raó de sexe, és possible que així puguem construir una societat més justa i igualitària basada en el respecte cap a les persones.**

Font: *Manual para el apoyo y protección de la mujer maltratada.*  
*Consejería de Presidencia Murcia*



## **FITXA 22**

### **PER A PENSAR**

#### **UNA HISTORIA PARA PENSAR**

Un grupo de científicos colocó cinco monos en una jaula, en cuyo centro colocaron una escalera y, sobre ella, un montón de bananas.

Cuando un mono subía la escalera para agarrar las bananas, los científicos lanzaban un chorro de agua fría sobre los que quedaban en el suelo.

Después de algún tiempo, cuando un mono iba a subir la escalera, los otros lo agarraban a palos.

Pasado algún tiempo más, ningún mono subía la escalera, a pesar de la tentación de las bananas. Entonces, los científicos sustituyeron uno de los monos.

La primera cosa que hizo fue subir la escalera, siendo rápidamente bajado por los otros, quienes le pegaron. Después de algunas palizas, el nuevo integrante del grupo ya no subió más la escalera.

Un segundo mono fue sustituido, y ocurrió lo mismo. El primer sustituto participó con entusiasmo de la paliza al novato.

Un tercero fue cambiado, y se repitió el hecho. El cuarto y finalmente, el último de los veteranos fue sustituido.

Los científicos quedaron, entonces, con un grupo de cinco monos que, aun cuando nunca recibieron un baño de agua fría, continuaban golpeando a aquel que intentase llegar a las bananas.

Si fuese posible preguntar a algunos de ellos por qué le pegaban a quien intentase subir la escalera, con certeza la respuesta sería:

"No se, las cosas siempre se han hecho así aquí..." ¿te suena conocido?

## GLOSSARI DE TERMES

### **Assetjament moral.**

És el tracte vexatori i desqualificador cap a una persona amb la finalitat de desestabilitzar-la psíquicament. L'assetjador moral denigra i difama a la seva víctima constantment amb la finalitat de mantenir-la feble i indefensa.

### **Androcentrisme.**

Visió del món des de l'òptica exclusivament masculina amb pretensions d'universalitat, objectivitat i neutralitat. El masculí representa el referent a imitar.

### **Conflicte.**

Es manifesta quan es posen en joc diverses formes d'entendre les coses i d'estar al món o diferents interessos que no són coincidents i es viuen com a incompatibles. Si no es reconeix a l'altra o altres persones, apareix el poder i la imposició i, per tant, la violència. Els conflictes quotidians ens ajuden a créixer si sabem aprendre d'ells.

### **Xantatge emocional.**

És una forma de manipulació d'una persona. El xantagista emocional utilitza els sentiments, esperances i secrets de la seva víctima en profit propi. Posa en dubte el valor de la relació, culpabilitzant a l'altra persona de tots els problemes i amenaçant amb una ruptura.

### **Desigualtat**

Tracte discriminatori basat en una categorització jerarquizada de les persones en funció del seu sexe, ètnia, religió, ideologia, classe social o orientació sexual.

**Diferència.**

Pot ser de sexe, religiosa, cultural, ètnica, ideològica, de la vida quotidiana, etc. Són enriquidores si es reconeixen i no són interpretades en clau jeràrquica

**Discriminació.**

Tracte desigual, que afecta a les oportunitats i drets de les persones que la sofreixen.

**Estereotips de gènere.**

Idees preestablertes, simplificades i rígides sobre les dones i els homes que situen a les dones en un plànol menys valorat. Relacionen a les dones amb un model determinat de bellesa, dependència, passivitat i a l'home amb la força, el poder, l'autosuficiència, la competitivitat i, de vegades, amb la violència.

**Feminisme.**

Moviment social, polític i filosòfic protagonitzat per les dones que advoca per la llibertat de les dones i busca unes relacions més lliures, justes i satisfactòries entre dones i homes.

**Gènere.**

Les creences, actituds, conductes, valors, espais i temps que socialment se'ns atribueixen en funció del sexe amb què naixem. És una cosa que canvia a través de la història, les cultures i les societats.

**Masclisme.**

Similar al sexisme. Ideologia que descriu a dones i homes segons una jerarquia que subordina a les dones, exaltant el masculí i descrivint a les dones en funció dels desitjos dels homes

### **Patriarcat.**

Repartiment del poder jeràrquic pel qual es permet als homes tenir poder sobre les dones. Societat en la qual s'assigna una destinació diferent a les dones i als homes, sota un predomini masculí. Inclou un sistema individualista, violent, competitiu, jerarquitzat i autoritari.

### **Rols de gènere.**

Papers socials assignats a dones i homes en funció del seu sexe biològic.

### **Sexisme.**

Ideologia que comprèn a dones i homes de manera jerarquitzada, associant diferents valors i comportaments a homes i a dones, i donant major reconeixement als assignats als homes.

### **Violència.**

Imposar pensaments, valors o accions amb la força. Fer-se valer amb la por. Infravalorar. Implica: Jerarquia, domini i control. Pot ser directa, estructural (formes d'organització política i econòmica) i cultural. Es pot manifestar a diferents nivells, físic, psicològic i/o sexual.

### **Violència estructural.**

És aquella que s'exerceix a través dels rols sexistes i de la divisió sexual del treball, de la societat i tots els estaments que la configuren. També a través dels valors socials que reforcen els mandats hegemònics de gènere.

### **Violència simbòlica.**

És aquella que s'exerceix a través dels patrons culturals i de la imposició del gènere, amb representacions simbòliques del que és "ser" dona i/o home.

Font: *CEAPA Curso Prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas*

## BIBLIOGRAFIA

Asociación de Mujeres Jóvenes Madrid (2000): Guía de prevención de violencia de género.

Barragán, F. (1999). Programa de Educación Afectivo Sexual. Educación Secundaria. Sevilla. Junta de Andalucía. Consejería de Educación y Ciencia e Instituto Andaluz de la Mujer.

Bourdieu, P. (2005). La dominación masculina. Barcelona: Anagrama.

Canet y García (2006): Intervenció psicosocial amb víctimes de violencia de gènere. València. Reproexpres

Castro, R (2015): Guía hombres con Igualdad. Hombresconigualdad.org

CEAPA (2012): Prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas desde la familia.

Recuperado el 11-12-12 de

<https://www.ceapa.es/sites/default/files/Documentos/Guia%20prevenci%C3%B3n%20violencia.pdf>

CEAPA (2006): Coeducación. Prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas.

Conselleria de Benestar Social (2003): Ante los malos tratos no estás sola. Generalitat Valenciana.

CREA-UB (2007): Models d'atracció dels i les adolescents. Contribucions des de la socialització preventiva de la violencia de gènere. Institut Català de les Dones. Generalitat de Catalunya.

Consejería de Presidencia. Región de Murcia. Manual de apoyo y protección a la mujer maltratada

Departament de Benestar Social i Família (2013): Protocol de Joventut per a l'abordatge de la violencia masculista. Generalitat de Catalunya

Díaz Aguado (2013): Evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la violencia de género. Delegación del Gobierno para la violencia de género.

Direcció General de la Dona. Conselleria de Benestar Social (2001): Manual sobre la violencia contra las mujeres. Generalitat Valenciana.

Diputació de Barcelona (2000) Vincula't. Materials per treballar amb dones maltractades. Oficina Técnica del Pla d'Igualtat.

Estébanez y Vázquez (2013): La desigualdad de género y el sexismo en las redes sociales. Gobierno Vasco.

Gállico, F (2009): SOS...Mi chico me pega pero yo le quiero. Madrid. Pirámide

García-Esteve y otras. Guía de autoayuda para mujeres víctimas de una agresión sexual reciente. Clínic Barcelona.

Garrido, V (2001): Amores que matan: acoso y violencia contra las mujeres. Barcelona. Algar.

Gilmore, D. (1994). Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad. Barcelona: Paidós.

Gobierno de Aragón (2002): Ni un besito a la fuerza.

Gómez, J. (2004). El amor en la sociedad del riesgo. Barcelona: El Roure.

Gorrotxategui, M. y de Haro, I.M. (1999). Materiales Didácticos para la Prevención de la Violencia de Género. Unidad Didáctica para Educación Secundaria. Málaga: Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía.

Hirigoyen, MF (1999): El acoso moral: maltrato psicológico en la vida cotidiana. Barcelona. Paidós

Hirigoyen, MF (2005): Los mecanismos de la violencia en la pareja. Barcelona. Paidós.

Izquierdo; MJ (2000): Cuando los amores matan. Madrid. Ed. Libertarias.

Elboj, C; Ruíz, L. (2010). Trabajo Social y Prevención de la Violencia de Género. *Trabajo Social Global*, 1 (2), 220-233

Escoda y otros (2012): Habilidades sociales y de comunicación del Trabajo Social. València. Tirant Humanidades.

Herranz y Rodríguez (1999). Violencia contra las mujeres. Instituto Andaluz de la Mujer

Lena, A ((2007): Ni ogros ni princesas. Instituto Asturiano de la Mujer.

Lillo, J (2014): Laboramorio. Prevención de la violencia de género en la adolescencia. Gobierno de Navarra. Recuperado 8-10-15 de <http://www.navarra.es/NR/ronlyres/8346E44F-1C60-4850-AAC8-7934034AB5C6/307347/laboramorioweb.pdf>

Maquieiria, V y Sánchez, C (1990): Violencia y sociedad patriarcal. Madrid. Editorial Pablo Iglesias.

Martínez Cáceres (2009): Prevenir la violencia cambiando la forma de ser hombre entre los jóvenes. Revista de estudios de juventud nº 86 177-195

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Libres. Aplicación para teléfonos móviles.

Navarro, JJ y Mestre, MV (2015): El marco global de atención al menor. Valencia. Tirant Humanidades.

Nuez del Rosario, L (2003): No te lées con los chicos malos. Guía no sexista dirigida a chicas. Comisión para la investigación de malos tratos a mujeres.

Padrós, M (2012): Modelos de atractivo masculinos en la adolescencia. Masculinidades y cambio social 1(2) 165-183.

Paz Rodríguez y Fernández Zurbarán (2014): El novio de mi hija la maltrata ¿Qué podemos hacer? Instituto Andaluz de la Mujer.

Pérez Silvestre, O (2009): Guia per un llenguatge igualitari en els mitjans de comunicació, Ajuntament de Sagunt.

Ruíz Repullo, C (2009): Abre los ojos, el amor no es ciego. Instituto Andaluz de la Mujer

Sanchis Caudet, R (2005): Karicies.

Sanfelix, J (2015): Morir de hombría. Del Blog de Eixam Hombres en (de)construcción

Sanz Rodríguez, García Esteban y otros: Materiales para prevenir la violencia contra las Mujeres desde el marco educativo. Unidad didáctica para Educación Secundaria

Titely, G (2007): Las cuestiones de género son importantes. Manual sobre cómo abordar la violencia de género que afecta a los jóvenes.

Torres, C (director) (2015): El ciberacoso como forma de ejercer la violencia de género en la juventud. Delegación de gobierno para la violencia de género.

Turin y Bosnia (1976): Arturo y Clementina. Barcelona. Lumen

Urruzola, M<sup>a</sup> J: Guía para chicas. Como prevenir y defenderte de agresiones. Instituto Andaluz de la Mujer.

Vaccaro, S (2004): ¿Qué hacer si mi hija ha sido maltratada?. Recursos para padres, familiares y amistades de mujeres jóvenes que han padecido (o padecen) violencia por parte de sus parejas. Comisión para la investigación de malos tratos a mujeres.

Venegas, M. (2010). Educar las relaciones afectivo-sexuales, prevenir las diferentes formas de violencia de género. *Trabajo Social Global*, 1 (2), 162-182.



## ANNEX 1

### OBJECTIUS PER FITXES

OBJETIUS	FITXES DE TREBALL
Conèixer nivell de comprensió de l'alumnat sobre els conceptes relacionats amb gènere i igualtat.	1
Analitzar la construcció cultural dels rols de gènere.	1,2,4
Prendre consciència de les pròpies actituds sexistes.	4,5,6
Comparar què és una relació sana i una relació nociva.	9,10,11
Analitzar els mites sobre l'amor.	3,4
Aprendre a detectar actituds sexistes i violentes.	3,7,15,16
Saber què fer si patim violència.	18, 19, 21, 22
Destriar entre quines coses són amor i que coses són control o violència.	13, 14, 15, 16, 18
Adquirir una consciència crítica sobre els missatges sexistes de la publicitat, la música, els contes...	17, 18
Distingir els diferents tipus de maltractament.	13, 14, 15, 16.

## ANNEX 2

### QÜESTIONARI PRE-TEST D'IDENTIFICACIÓ DE LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Dona	
Home	

Edat	
------	--

### SABRIES RECONÈIXER QUÈ ÉS LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE?

1 No, res	2 Un poc	3 De manera regular	4 Si, bastant	5 Si, totalment

### ASSENYALA EL QUE CONSIDERES MÉS ENCERTAT: ÉS AMOR O ÉS CONTROL?

QUAN SUCCEIX AIXÒ...	ÉS AMOR	ÉS CONTROL	NO HO SÉ
No suporta a les meves amigues i amics, solament vol que ens quedem els dos a soles.			
Sempre és ell qui decideix quan quedar, on anem,...perquè diu que té més experiència.			
No li agrada que vagis a cap lloc sense ell.			
Diu que sap què és el que em convé.			
Si no faig el que ell em diu em sento culpable.			
Quan no faig el que ell vol em diu que no el vull.			
S'enfada si no vull mantenir relacions sexuals amb ell.			
Si defense la meua postura personal es posa dels nervis.			
En alguna ocasió m'ha dit que "seria capaç de tot si el deixo".			
En ocasions "s'escalfa" i em diu que li entren ganes de pegar-me.			
En alguna ocasió ha fet l'intent de pegar-me.			
En alguna ocasió m'ha pegat.			

Sempre vol saber tot el que faig al llarg del dia.			
Vol veure el meu mòbil i el meu ordinador per saber amb qui parle.			
No es fia del que li dic i m'espia.			
No em demana disculpes mai, encara que sàpiga que s'ha passat.			
Diu que ha de protegir-me perquè jo sola no sé			
Es burla de mi i em ridiculitza en públic			
Critica la meua forma de pensar.			
No s'interessa per les meves coses.			
Té gelosia de totes les persones que se m'apropen.			
Quan s'enfada deixa de parlar-me durant uns dies			
Sempre acabo jo demanant-li disculpes			
En ocasions m'acusa de ser-li infidel i no és cert			
Diu que "ningú em voldrà mai tant com ell"			
Trenca coses a les quals els tens molta estima			
Alguna vegada ha maltractat als meus animals domèstics			
No vol que estudeie o treballe			
Té enregistraments meus i amenaça amb penjar-les en internet.			

Font: *Elaboració propia a partir de Fundación Mujeres.*

## ANNEX 3

### QÜESTIONARI POST-TEST D'IDENTIFICACIÓ DE LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Dona	
Home	

Edat	
------	--

### SABRIES RECONÈIXER QUÈ ÉS LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE?

1 No, res	2 Un poc	3 De manera regular	4 Si, bastant	5 Si, totalment

### ASSENYALA EL QUE CONSIDERES MÉS ENCERTAT: ÉS AMOR O ÉS CONTROL?

QUAN SUCCEIX AIXÒ...	ÉS AMOR	ÉS CONTROL	NO HO SÉ
No suporta a les meves amigues i amics, solament vol que ens quedem els dos a soles.			
Sempre és ell qui decideix quan quedar, on anem,...perquè diu que té més experiència.			
No li agrada que vages a cap lloc sense ell.			
Diu que sap què és el que em convé.			
Si no faig el que ell em diu em sento culpable.			
Quan no faig el que ell vol em diu que no el vull.			
S'enfada si no vull mantenir relacions sexuals amb ell.			
Si defense la meua postura personal es posa dels nervis.			
En alguna ocasió m'ha dit que "seria capaç de tot si el deixo".			
En ocasions "s'escalfa" i em diu que li entren ganes de pegar-me.			
En alguna ocasió ha fet l'intent de pegar-me.			
En alguna ocasió m'ha pegat.			

Sempre vol saber tot el que faig al llarg del dia.			
Vol veure el meu mòbil i el meu ordinador per saber amb qui parle.			
No es fia del que li dic i m'espia.			
No em demana disculpes mai, encara que sàpiga que s'ha passat.			
Diu que ha de protegir-me perquè jo sola no sé			
Es burla de mi i em ridiculitza en públic			
Critica la meua forma de pensar.			
No s'interessa per les meves coses.			
Té gelosia de totes les persones que se m'apropen.			
Quan s'enfada deixa de parlar-me durant uns dies			
Sempre acabo jo demanant-li disculpes			
En ocasions m'acusa de ser-li infidel i no és cert			
Diu que "ningú em voldrà mai tant com ell"			
Trenca coses a les quals els tens molta estima			
Alguna vegada ha maltractat als meus animals domèstics			
No vol que estudeie o treballe			
Té enregistraments meus i amenaça amb penjar-les en internet.			

Font: *Elaboració pròpia a partir de Fundación Mujeres.*