

Guia d'intervenció metodològica per a professionals

Proposta educativa per a l'apoderament de noies
adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià
des d'una perspectiva de gènere

Material didàctic



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones

© **De l'edició:** Institut Català de les Dones, 2017
© **Dels textos:** Surt. Fundació de Dones. Fundació Privada
Laura Cañadell i Amanda Alexanian

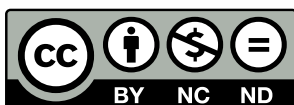
COL·LABORACIÓ

Imma Torres i Júlia Vega, de l'Institut Català de les Dones
Marina Cerdà i Anna Vidal, de la Direcció General d'Execució Penal a la Comunitat i de Justícia Juvenil. Unitat de Programes i Innovació del
Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya
Marta Pérez i Marga Montesinos i els professionals del Centre Educatiu Can Llupià

AGRAÏMENTS

Agraïm a totes les noies residents al Centre Educatiu Can Llupià (durant el període gener-juny de 2015) la seva participació, vitalitat, energia, atenció i ganes de transformar el món.

Disseny i maquetació: h2ò comunicació integral



Aquesta obra està subjecta a una llicència de Reconeixement – No Comercial – Compartir Igual 4.0 Internacional de Creative Commons: en qualsevol explotació de l'obra autoritzada per la llicència caldrà reconèixer-ne l'autoria, no fer-ne ús comercial i difondre sota la mateixa llicència CC que aquesta obra original. La llicència completa es pot consultar a <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.ca>.

Índex

Pròleg	5
Introducció	7
Justificació del context	7
Estructura i contingut de la guia	9
Primera part: marc conceptual i metodològic	11
1. A qui va adreçada la guia	11
2. Objectius de la guia	11
3. Marc conceptual	12
4. Marc metodològic: intervenció professional en el procés d'apoderament	18
Segona part: proposta educativa per a l'apoderament de les noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià	23
1. Proposta educativa per a l'apoderament de les noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià	23
2. Sumari d'activitats	26
3. Dinàmiques/activitats	27
0. Per començar	27
Amb quina imatge m'identifico? Número 1	29
Creació de normes bàsiques de treball en grup. Número 2	30
El bingo de les relacions. Número 3	31
El tren dels massatges. Número 4	32
Tinc un missatge per a tu! Número 5	33
1. Iniciació de les noies adolescents i joves a l'equitat de gènere	34
Ens visiten els extraterrestres. Número 6	36
Buscant el gènere a les revistes i als diaris. Número 7	37
Frases inacabades. Número 8	38
Els nois no ploreu. Número 9	39
La línia del temps feminista. Número 10	40
2. Sexualitat, drets sexuals i reproductius i identitats sexuals	42
Què en sé jo de sexe? Com és el meu cos? Número 11	44
Estimada Anna. Número 12	45
Visionat vídeo Hollysiz - The Light. Número 13	46
Quina fantasia sexual tinc? Número 14	47
Sexe i joves. La pressió social. Número 15	48
3. Relacions amoroses i mites de l'amor romàntic	49
Què és amor? Com ens enamorem dones i homes? Número 16	51
La recepta de les relacions. Número 17	52
Visionat del curt Doble Check, de Paco Caballero. Número 18	53
Llum verda, llum vermella. Número 19	54

Cançons d'amor i desamor. Número 20.....	55
4. Violències masclistes	56
Què en saps de la violència masclista? Número 21.....	58
L'iceberg de la violència masclista. Número 22.....	59
Anàlisi de casos. Número 23.....	60
Sección femenina. Número 24.....	61
Com abordar la violència masclista. Número 25.....	62
5. Competències personals i emocionals (bloc transversal)	63
Què dius? No et sento o no t'escolto! Número 26.....	65
No és no! Número 27.....	66
Mercat d'intercanvi. Número 28.....	67
La meva vida d'aquí a 10 anys. Número 29.....	68
Carta a una persona amiga. Número 30.....	69
4. Seguiment, avaluació i tancament	70
Tercera part: fitxes	73
Fitxa 1: El bingo de les relacions.....	74
Fitxa 2: Ens visiten extraterrestres.....	75
Fitxa 3: Frases inacabades.....	76
Fitxa 4: Els nois no ploreu.....	77
Fitxa 5: La línia del temps feminista (I).....	78
Fitxa 6: Línia del temps feminista (II).....	79
Fitxa 7: Agraïeix-ho a una feminista.....	82
Fitxa 8: Estimada Anna.....	83
Fitxa 9: Sexe i joves: la pressió social.....	84
Fitxa 10: Els mites de l'amor romàntic.....	85
Fitxa 11: La recepta de les relacions.....	86
Fitxa 12: Llum verda/llum vermella.....	87
Fitxa 13: L'iceberg de la violència.....	88
Fitxa 14: Anàlisi de casos.....	89
Fitxa 15: Sección Femenina.....	90
Bibliografia	92

Pròleg

El manual que teniu a les mans s'emmarca dins de les actuacions que des de l'Institut Català de les Dones, en els darrers anys, hem dut a terme amb la Direcció General d'Execució Penal a la Comunitat i de Justícia Juvenil i s'adreça a professionals de Justícia Juvenil que eduquen noies en règim tancat. Ara bé, abans d'arribar a l'elaboració d'aquest manual, hem fet un recorregut de treball amb diferents perfils professionals com són: els equips educatius dels Centres Residencials d'Acció Educativa (CRAE) de la Direcció General de l'Atenció a la Infància i l'Adolescència, professionals de Programa Salut i Escola del Departament de Salut, professionals de Joventut dels ens locals, promoguda per la Direcció General de Joventut, professorat de secundària, del Departament d'Ensenyament i futurs professionals de grau superior d'Integració Socials, Animació Sociocultural i Educació Infantil.

A tall normatiu, la *Llei 5/2008, de 24 d'abril, del dret de les dones a eradicar la violència masclista*, que orienta i guia a tots els poders públics de Catalunya en l'abordatge de la *violència masclista*, utilitza l'expressió violència masclista perquè el masclisme és el concepte que de forma més general defineix les conductes de domini, control i abús de poder dels homes sobre les dones i que, alhora, ha imposat un model de masculinitat que encara és valorat per una part de la societat com a superior.

La violència masclista és un fenomen estructural. Un fenomen estructural que adopta múltiples formes: violència física, psicològica, sexual i econòmica amb variants com el ciberassetjament, i que es dona en àmbits diversos: dins de l'àmbit de la parella, a la família, a l'àmbit laboral (en el qual trobem l'assetjament sexual i l'assetjament per raó de sexe) i a l'àmbit comunitari (en què es donen les agressions sexuals, el tràfic de dones amb finalitat d'explotació sexual, la mutilació genital femenines i els matrimonis forçats).

Totes aquestes formes i tots aquests àmbits tenen un denominador comú i és que en tots els casos la violència està profundament arrelada a l'estructura social que la sosté i la legitima. Una estructura que es basa en la transmissió social i cultural de la ideologia que sustenta l'ús d'aquesta violència: el masclisme.

El masclisme ha generat una distribució desigual del poder entre dones i homes, una assumpció diferent de les responsabilitats familiars, domèstiques o de cura, ha impedit la presència de les dones en els òrgans de decisió política i econòmica, ha silenciat les aportacions individuals i col·lectives de les dones i, en definitiva, ha edificat una societat que ha fet possible la pràctica de la violència masclista.

Per tant, la clau per erradicar la violència masclista és l'impuls de canvi en l'imaginari social i cultural que faci impensable la violència masclista, desconstruint el model dominant i creant nous models de masculinitat i de feminitat que no estiguin basats en el poder, sinó en l'equitat. En la mesura que eliminem els factors de risc que produeixen la violència masclista i la fan crònica, en la mesura que eliminem els models de feminitat i masculinitat imperants, estem fent prevenció perquè la violència masclista desaparegui de la nostra societat. Les accions de prevenció s'han d'adreçar a la ciutadania en general. Però és ben cert que els nostres infants i adolescents han de ser-ne la prioritat. Per tant, hem de treballar en estratègies que s'incorporin als espais educatius, formals i no formals, i els serveis educatius de justícia juvenil ho són.

Des de l'Institut Català de les Dones treballem de forma continuada i amb insistència en la prevenció de la violència masclista, intentant que, prioritàriament, siguin els equips professionals els qui –per proximitat amb les i els adolescents– siguin agents actius de la prevenció. I això ho estem fent des del programa **Estimar no fa mal. Viu l'amor lliure de violència**, de prevenció de relacions abusives de parella entre adolescents.

El programa **Estimar no fa mal. Viu l'amor lliure de violència** neix a l'any 2012 amb la finalitat d'endreçar i homogeneïtzar totes les accions de prevenció de relacions abusives entre adolescents que s'estaven duent a terme des dels diferents departaments i unitats de la Generalitat de Catalunya.

Entenem per actuacions preventives dins aquest programa el conjunt d'accions, de caràcter pedagògic o formatiu, encaminades a evitar o reduir la incidència de la violència masclista, reforçant els factors de protecció i promovent valors de respecte i d'igualtat que ajudin a identificar situacions abusives.

Entenem per relacions abusives a joves adolescents aquelles situacions d'abús i violència que poden tenir lloc en el marc d'una relació afectiva, amorosa o sexual, tant si hi ha un vincle estable com puntual, i que també es poden produir per mitjà d'eines tecnològiques i xarxes socials.

Des del 2012, les actuacions fetes des de l'Institut Català de les Dones en el marc d'aquest programa s'han centrat, sobretot, a capacitar professionals i futurs professionals com a agents de prevenció de relacions abusives amb els i les adolescents. Ens hem concentrat a fer experiències pilots, amb diferents perfils professionals i en col·laboració amb diversos departaments i unitats orgàniques. Aquests programes han intentat combinar metodologies innovadores que permetessin sempre arribar al major nombre de persones i han establert les bases per a la capacitació futura d'aquests i d'aquestes professionals.

Des de l'Institut Català de les Dones esperem que la **Guia d'intervenció metodològica per a professionals. Programa per a l'apoderament de noies joves del Centre Educatiu Can Llupià des d'una perspectiva de gènere** sigui un material d'utilitat per als professionals i per als futurs professionals del centre, i també per als educadors que treballen en l'àmbit de la Justícia Juvenil en sentit ampli, és a dir, ja sigui en règim tancat, obert i en serveis de mediació.

Teresa M. Pitarch i Albós

Presidenta de l'Institut Català de les Dones

Introducció

Justificació del context

El present document pretén ser un instrument pràctic i metodològic per als i les professionals que treballen (o treballaran en un futur) al Centre Educatiu Can Llupià, i en concret, duen a terme la intervenció educativa amb noies joves.

La demanda específica neix a partir d'una necessitat de la Unitat de Programes i Innovació (Departament de Justícia) de la Generalitat de Catalunya, que detecta que cal treballar la prevenció de les violències masclistes amb les joves residents dins el **Programa d'Educació per a la Salut**. Aquest programa s'implementa dins el centre i entre els objectius d'aquest hi ha:

- Treballar l'educació afectivosexual
- Treballar la salut en un sentit més ampli i integral

Creiem que aquest programa, que té una connotació transversal, pot ser una important oportunitat per integrar la intersecció entre gènere i edat tenint en compte les diferències sexuals i els estereotips i rols de gènere que desenvolupen els nois i les noies en aquestes edats i circumstàncies.

I és, doncs, a partir de la voluntat de treballar la prevenció de les relacions abusives i les violències masclistes amb la perspectiva de la salut que l'Institut Català de les Dones i el Departament de Justícia reprenen la col·laboració per donar resposta a les necessitats específiques de les noies adolescents i joves internades, en un projecte d'apoderament que es concreta en una proposta educativa d'apoderament per a noies internades al Centre Educatiu Can Llupià, en coherència amb el que es desenvolupa al Programa Educació per a la Salut.

El treball s'inicia amb una **anàlisi de context** amb l'objectiu de:

- Recollir les percepcions de les desigualtats i els rols de gènere de les noies internades al Centre Educatiu Can Llupià
- Fer un primer diagnòstic de la incorporació de la perspectiva de gènere dins l'activitat educativa que es porta a terme al centre.

Les accions que es van desenvolupar van ser:

- Visita del Centre Educatiu Can Llupià per conèixer l'equip de professionals i les instal·lacions
- Recollida de l'activitat diària del centre
- Anàlisi de documentació variada (normativa, model d'informe individualitzat a lliurar al jutge, continguts del Programa d'Educació per a la Salut...)
- Grup de discussió amb professionals i complementat amb una entrevista semiestructurada
- Sessió de treball amb les noies

A partir de totes aquestes accions es va elaborar un informe de context amb l'objectiu de conèixer les especificitats del centre i l'estat de la qüestió referent al gènere amb la finalitat de definir una metodologia de treball adaptada a les necessitats dels i de les professionals i de les noies. A partir de l'anàlisi es va poder observar i comprovar que efectivament, i tal com apuntava la diagnosi de la Unitat de Programes i Innovació (Departament de Justícia), al centre hi ha la necessitat d'incorporar la perspectiva de gènere en la intervenció professional i en el treball amb les noies.

En relació amb les noies, l'anàlisi de context va identificar que tenen rols de gènere molt marcats i interioritzats. Tot el que té a veure amb els rols clàssics de gènere com ara home treballador i dona cuidadora estan acceptats i normalitzats. Tots aquells estils o comportaments que estan fora de la "normativitat de gènere" són castigats, sancionats i rebutjats. Es va poder observar, durant el desenvolupament de la sessió de prova inicial, que algunes noies mostraven unes actituds molt LGTBfòbiques¹.

També es va constatar que les relacions de parella prenen un pes molt important i central en la vida d'aquestes noies. Vàrem poder observar comportaments submisos amb relació a la parella com també acceptació i normalització de pràctiques abusives com, per exemple, el control de la vestimenta, realitzar algunes pràctiques sexuals no desitjades, control de les xarxes socials (quan estan fora del centre), etc. Aquests fets, vinculats a la baixa autoestima, provoquen que hi hagi un caldo de cultiu important en l'existència de relacions abusives i violentes.

8

Malgrat això, es va copsar un gran interès per part de les noies a participar, aprendre i reflexionar entorn de les qüestions de gènere. Gràcies a aquest interès i a la voluntat de participar, vàrem elaborar un primer esbós del que serien els continguts a treballar en la proposta educativa.

En relació amb els equips professionals, aquesta primera prova va donar peu a identificar que hi ha manca de temps per a la reflexió i per tenir espais d'intervenció concrets sobre prevenció de les violències masclistes i relacions abusives. També es va posar de manifest la necessitat formativa en relació amb temes de gènere i de sensibilització en formes i àmbits de les violències masclistes. Una altra qüestió que es va poder detectar va ser la falta d'un sistema clar i establert de recursos i circuits per derivar, tractar i intervenir, en cas de detecció de situacions de violència masclista.

D'altra banda, es va detectar un context predisposat i amb una actitud positiva respecte a la possibilitat de treballar específicament aquestes temàtiques. De fet, vam identificar que algunes educadores ja en tenien cert coneixement i que aprofitaven els espais informals (com l'estona de pintar-se les ungles) per treballar i incidir en els temes en qüestió.

Al Centre Educatiu Can Llupià, la gestió del conflicte és present i quotidiana i s'ha instrumentalitzat per fer-ne un ús didàctic. El conflicte és una font d'aprenentatge tant per a les noies com per a la persona responsable que l'ha de gestionar i facilitar-ne la resolució. Es van identificar les temàtiques que tenen a veure amb el gènere útils per treballar-les i sensibilitzar les noies a partir dels conflictes, com ara un conflicte concret de dues noies a qui agrada un mateix noi.

¹ *LGBTfòbia: rebuig i discriminació cap a dones lesbianes, gais, transsexuals i bisexuals. A vegades s'hi afegeix QI per incloure persones queer i intersexuals.*

Els educadors i les educadores són el referent adult més proper a les noies durant el període d'internament que resten al centre. Per tant, considerem que la figura de la persona educadora (tutor o tutora) té un gran potencial quant a ser una referència positiva i agent de socialització que transmet una visió de les relacions de gènere àmplia, oberta i saludable per a les noies.

Arran d'aquesta anàlisi de context, es va fer una **proposta educativa, en 5 blocs d'actuació**. Els 5 blocs són:

1. Iniciació de les joves a l'equitat de gènere
2. Sexualitat, drets sexuals i reproductius i identitats sexuals
3. Relacions amoroses i mites de l'amor romàntic
4. Violència masclista
5. Competències personals i emocionals

Un cop **dissenyada la proposta educativa**, i acabada la fase d'anàlisi del context, es va iniciar una altra **fase de prova** de la proposta educativa. Es van desenvolupar 5 sessions de dues hores distribuïdes setmanalment durant un mes i mig amb les noies. Cada sessió corresponia a un bloc de treball. S'ha treballat amb 19 noies amb presència de l'equip educatiu, que ha pogut observar les dinàmiques dutes a terme durant les 5 sessions.

En cadascuna de les sessions es treballava a partir de dinàmiques grupals. Primer se'n feia una per trencar el gel, i després les dinàmiques corresponents per cada bloc de treball (vegeu segona part punt 3: blocs de treball i dinàmiques).

Durant la fase de prova es van validar els blocs plantejats ja que creiem que abasten la complexitat del procés d'apoderament amb perspectiva de gènere. A més, es van poder provar algunes dinàmiques concretes i identificar temes que mereixien especial atenció (com ara temes relacionats amb la LGTBfòbia i la percepció de la violència 2.0).

Un cop finalitzada la fase de prova, i com a darrera fase del procés de disseny, es va portar a terme una **sessió amb els professionals i les professionals** i la direcció del Centre. L'acció desenvolupada va ser una **transferència tècnica** que tenia per objectiu explicar la proposta educativa provada, alhora que es van aportar ja elements transversals per garantir l'èxit en la implementació futura de la proposta educativa. Va ser un espai d'intercanvi i de valoració del procés. Els i les professionals es van poder projectar i posar en joc en relació amb la futura implementació i van identificar dificultats, fortaleces i necessitats.

Com a resultat d'aquest procés metodològic, amb les fases que hem anat explicant, presentem aquesta proposta educativa per a l'Apoderament de les noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià.

Estructura i contingut de la guia

La present **Guia d'Intervenció Metodològica: Proposta educativa per a l'Apoderament de noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià des d'una perspectiva de gènere** s'estructura en tres parts:

1. A qui s'adreça la guia, objectius i marc conceptual i metodològic
2. Programa per a l'apoderament de les noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià
3. Fitxes i recursos

En la **primera part** es troba informació relativa a qui s'adreça la guia i els objectius que té, alhora que trobem desenvolupats el marc conceptual i el metodològic.

La **segona part** és la proposta educativa per a l'apoderament de les noies, en què s'expliquen els blocs de treball i les dinàmiques a dur a terme segons el bloc. Cada bloc de treball s'introdueix amb les paraules clau, els objectius, els conceptes bàsics, les orientacions per a la persona facilitadora i la llista de dinàmiques de cada bloc. I ja dins de cada dinàmica trobem el títol, la descripció, els objectius, els materials, el desenvolupament de la dinàmica, consells per a la facilitació a partir de la nostra experiència al centre i la font.

La **tercera part** és el recull de les fitxes de treball associades a les dinàmiques.

Amb tot, ens plau presentar-vos una eina educativa de treball adaptada a les necessitats de les noies en matèria de prevenció i sensibilització de les relacions abusives i la violència masclista, tenint en compte que l'apoderament és un procés mitjançant el qual les noies prenen consciència de la seva subordinació personal, privada i pública, així com dels seus drets i de la necessitat de transformar la situació i establir noves relacions de poder entre les persones. Per tant, cal entendre, dins aquest context, l'apoderament com un procés i no pas un fi, i serà un element transversal a totes les activitats que dissenyarem.

Primera part: Marc conceptual i metodològic

1. A qui va adreçada la guia

La guia s'adreça a l'equip de professionals directiu, actual i futur, del Centre Educatiu Can Llupià que fan intervenció directa i educativa amb les noies internes i que en contribueixen a la socialització. No només als professionals i a les professionals que estan en actiu (en els diferents torns) sinó també als qui es poden incorporar a l'equip educatiu a curt, mitjà o llarg termini.

Entenem que tots els perfils professionals (educadores i educadors socials; coordinadores de mòdul i altres referents socioeducatius) hauran d'implicar-se personalment i professionalment en la implementació de la present guia.

Malgrat que la guia s'adreça a tots els equips professionals que fan intervenció socioeducativa amb les noies residents al Centre Educatiu Can Llupià, les destinatàries directes són totes les noies d'entre 14 i 18 anys (noies adolescents i joves residents actuals i futures) que es troben en règim d'internament tancat o semiobert.

11

2. Objectius de la guia

L'objectiu general és oferir recursos al personal de l'àmbit socioeducatiu que treballa al Centre Educatiu Can Llupià amb la finalitat que pugui capacitar-se professionalment per donar suport als processos d'apoderament de les noies per tal que aquestes prenguin consciència de la desigualtat de gènere i de les relacions de poder i, alhora, evitin ser víctimes de violències masclistes.

Els objectius específics són:

- Donar suport al procés d'apoderament de les noies adolescents i joves, dotant-les d'eines per desenvolupar la seva autonomia i autoritat, per tal que elles puguin definir un projecte de vida desitjable, realista, i que amb això puguin prendre el control de les seves vides.
- Sensibilitzar les noies adolescents i joves en matèria d'igualtat de gènere i capacitar-les en l'anàlisi de les normes de gènere i l'impacte que aquestes tenen sobre la seva identitat, actitud, comportament i expectatives de vida.
- Millorar el coneixement i la comprensió que tenen les noies adolescents i joves de les violències masclistes. La finalitat és que tinguin i desenvolupin eines per protegir-se'n i que estableixin relacions sanes i lliures de violències.

3. Marc conceptual

3.1 Perspectiva de gènere

"No es neix dona, s'arriba a ser-ne" va escriure Simone de Beauvoir en el seu llibre *El Segon Sexe*, publicat l'any 1949. Amb aquesta afirmació, De Beauvoir va voler expressar que el que explica i determina la diferent forma de ser home o dona no respon a allò biològic (sexe) sinó que respon a com ens eduquen i ens crien (gènere).

Per tal d'entendre la realitat social des d'una perspectiva de gènere, en primer lloc cal distingir clarament els conceptes de sexe i gènere.

Sexe (home-dona)

- Fa referència a les característiques biològiques, anatòmiques, fisiològiques i hormonals a partir de les quals s'estableix que els éssers humans som dones o homes.
- Cal tenir en compte, però, com demostren les persones intersexuals, que les diferències biològiques entre dones i homes no estan clarament definides i que és la nostra societat la que classifica els trets biològics en dues categories dicotòmiques: home i dona.
- El sexe no està associat a comportaments, actituds i desitjos determinats.

Gènere (masculí-femení)

- És el conjunt de característiques que cada societat atribueix a homes i dones pel fet d'haver nascut amb unes característiques biològiques identificades amb dones i homes.
- És una construcció social i històrica d'acord amb la qual s'atribueixen característiques diferenciadores a dones i homes: el que és femení en contraposició a allò que és masculí.
- El gènere influeix en les nostres actituds, la nostra manera de ser i de veure les coses.
- D'acord amb l'ordre social de gènere en el qual vivim, s'assigna a dones i homes diferents valors, actituds, capacitats, sentiments, comportaments, responsabilitats, oportunitats, etc.
- La societat normalment atorga menys valor a allò que es considera femení que al que es defineix com a masculí.
- El comportament de gènere s'aprèn, s'interioritza i es reproduceix.
- Com a construcció social, és modificable

La perspectiva de gènere és una categoria d'anàlisi, és una forma de mirar el món, és aquella mirada que el que vol és aproximar-se a la realitat reconeixent les relacions de poder i de desigualtat.

El gènere, com a concepte clau, reflecteix creences, trets personals, actituds, sentiments, valors, conductes i activitats que diferencien homes i dones a través d'un procés de construcció social. El sistema de gènere no només estableix diferències, sinó que construeix desigualtats simbòliques i materials. La perspectiva de gènere suposa incorporar un sistema d'anàlisi que ens permet identificar aquestes diferències i les conseqüències (desigualtats) que aquestes tenen per a dones i homes. Treballar des de la perspectiva de gènere significa també qüestionar els rols/models de gènere socialment imposats i valorar les experiències i aprenentatges

específics de les dones.

Aquesta perspectiva, doncs, ens facilita evidenciar i qüestionar les relacions de poder que s'amaguen darrere aquestes desigualtats, esbrinant-ne les causes i articulant propostes i accions orientades a una transformació profunda de les relacions personals i socials.

Alhora, aquest és el punt de partida per analitzar els diferents factors que estan incidint en les dones i les noies que es troben en una situació de vulnerabilitat. La perspectiva de gènere ens permet posar la mirada en factors estructurals, personals i competencials. També suposa donar suport als processos de canvi personal i apoderament.

3.2 Apoderament des de la perspectiva feminista

El terme apoderament prové de l'anglès “empowerment” i significa facultar-se, habilitar-se, autoritzar-se. Significa que les persones que emprenen processos d'apoderament desenvolupen les pròpies capacitats personals per arribar a la plena presa de decisions, tot reconeixent les desigualtats de gènere i reconeixent, també, les relacions de poder. És un procés pel qual, a partir de dinàmiques i tècniques diverses, les persones, i en aquest cas les noies del Centre Educatiu Can Llupià, prenen consciència de les múltiples desigualtats pel fet de ser dones i emprenen un camí cap a l'assoliment del propi control i poder.

Partim d'un concepte d'apoderament que el defineix com un procés de presa de consciència, d'adquisició d'autonomia i augment de l'autoritat i el poder de les persones, tant en la dimensió individual com en la dimensió social i comunitària, sobre els recursos i les decisions que afecten les vides de les dones i les noies.

L'apoderament no és, per tant, quelcom que es pugui “atorgar” sinó un procés dinàmic protagonitzat per la mateixa persona com a esforç individual i col·lectiu. Està estretament relacionat amb una nova noció de poder basat en relacions socials i personals més democràtiques i en l'impuls d'un poder compartit, un poder “sostenible” (Batiwala, 1997) assentat en la construcció de mecanismes de responsabilitat col·lectiva, de presa de decisions, de participació i d'equitat de gènere. A nivell individual, es tracta d'un procés no lineal de transformació, assentat en mecanismes de presa de decisions, d'adquisició d'autonomia i de participació que són personals i intransferibles.

Des d'una perspectiva feminista i transformadora, respon a la necessitat de generar canvis en les relacions de poder de gènere, modificant la distribució tant en les relacions personals com en les relacions socials.

Partint d'aquests conceptes, en la pràctica que ens hem proposat, l'objectiu d'apoderament es concreta en el procés mitjançant el qual les noies prenen consciència dels seus drets, identifiquen tant les situacions de discriminació i violència com les causes que les generen; reconeixen i posen en valor els seus interessos, reforcen les seves capacitats i posen en marxa processos de canvi que potenciïn l'adquisició d'autonomia i de capacitat de gestió –de poder– de les seves vides.

3.3 Violències masclistes

La violència simbòlica és l'expressió més estructural del patriarcat, fenomen històric i cultural que comporta un sistema de valors basat en l'intent secular de dominació de les dones i que estableix mecanismes de poder consensuats a través d'una ideologia que legitima i mitifica l'opressió.

Les violències exercides contra les dones han tingut diferents definicions: sexista, patriarcal, viril, de gènere, etc. Com diu la llei, és una violència que pateixen les noies i les dones pel simple fet d'haver nascut dones.

La *Llei 5/2008, de 24 d'abril, del dret de les dones a eradicar la violència masclista* defineix la violència masclista com aquella que s'exerceix contra les dones com a manifestació de la discriminació i de la situació de desigualtat en el marc d'un sistema de relacions de poder dels homes sobre les dones i que, produïda per mitjans físics, econòmics o psicològics, incloses les amenaces, les intimidacions i les coaccions, tingui com a resultat un dany o un patiment físic, sexual o psicològic, tant si es produeix en l'àmbit públic com en el privat.

Les formes que pren la violència masclista són:

a) Violència física: comprèn qualsevol acte o omissió de força contra el cos d'una dona, amb el resultat o el risc de produir-li una lesió física o un dany.

14

b) Violència psicològica: comprèn tota conducta o omissió intencional que produeixi en una dona una desvaloració o un patiment, per mitjà d'amenaques, d'humiliació, de vexacions, d'exigència d'obediència o de submissió, de coerció verbal, d'insults, d'aïllament o qualsevol altra limitació del seu àmbit de llibertat.

c) Violència sexual i abusos sexuals: comprèn qualsevol acte de naturalesa sexual no consentit per les dones, inclosa l'exhibició, l'observació i la imposició, per mitjà de violència, d'intimidació, de prevalença o de manipulació emocional, de relacions sexuals, amb independència que la persona agressora pugui tenir amb la dona o la menor una relació conjugal, de parella, afectiva o de parentiu.

d) Violència econòmica: consisteix en la privació intencionada i no justificada de recursos per al benestar físic o psicològic d'una dona i, si escau, dels seus fills o filles, i la limitació en la disposició dels recursos propis o compartits en l'àmbit familiar o de parella.

Els àmbits on es manifesta la violència masclista són:

1) Violència en l'àmbit de la parella: consisteix en la violència física, psicològica, sexual o econòmica exercida contra una dona i perpetrada per l'home que n'és o n'ha estat el cònjuge o per la persona que hi té o hi ha tingut relacions similars d'afectivitat.

2) Violència en l'àmbit familiar: consisteix en la violència física, sexual, psicològica o econòmica exercida contra les dones i les menors d'edat en el si de la família i perpetrada per membres de la mateixa família, en el marc de les relacions afectives i dels lligams de l'entorn familiar. No s'hi inclou la violència exercida en l'àmbit de la parella, definida en l'apartat primer.

3) Violència en l'àmbit laboral: consisteix en la violència física, sexual o psicològica que es pot produir en el centre de treball i durant la jornada laboral, o fora del centre de treball i de l'horari laboral si té relació amb la feina, i que pot adoptar dues tipologies:

a) Assetjament per raó de sexe: el constitueix un comportament no desitjat relacionat amb el sexe d'una persona en ocasió de l'accés al treball remunerat, la promoció en el lloc de treball, l'ocupació o la formació, que tingui com a propòsit o produeixi l'efecte d'atemptar contra la dignitat de les dones i de crear-los un entorn intimidatori, hostil, degradant, humiliant o ofensiu.

b) Assetjament sexual: el constitueix qualsevol comportament verbal, no verbal o físic no desitjat d'índole sexual que tingui com a objectiu o produeixi l'efecte d'atemptar contra la dignitat d'una dona o de crear-li un entorn intimidatori, hostil, degradant, humiliant, ofensiu o molest.

4) Violència en l'àmbit social o comunitari: comprèn les manifestacions següents:

a) Agressions sexuals: consisteixen en l'ús de la violència física i sexual exercida contra les dones i les menors d'edat que està determinada per l'ús premeditat del sexe com a arma per demostrar poder i abusar-ne.

b) Assetjament sexual: qualsevol comportament, verbal o físic, de naturalesa sexual que tingui el propòsit o produeixi l'efecte d'atemptar contra la dignitat d'una persona, en particular quan es crea un entorn intimidatori, degradant o ofensiu.

c) Tràfic i explotació sexual de dones i nenes: és la captació, el transport, el trasllat, l'acolliment o la recepció de persones, recurrent a l'amenaça o a l'ús de la força o altres formes de coacció, amb finalitats d'explotació.

d) Mutilació genital femenina o risc de patir-la: inclou qualsevol procediment que impliqui o pugui implicar una eliminació total o parcial dels genitals femenins o hi produeixi lesions, encara que hi hagi consentiment exprés o tàcit de la dona.

e) Matrimonis forçats: Aquells que es produeixen sense el consentiment vàlid de com a mínim un dels contraents per la intervenció de terceres persones de l'entorn familiar (sovint els progenitors), que s'atorguen la facultat de decisió i pressionen perquè aquesta pràctica es produeixi.

f) Violència derivada de conflictes armats: inclou totes les formes de violència contra les dones que es produeixen en aquestes situacions, com ara l'assassinat, la violació, l'esclavatge sexual, l'embaràs forçat, l'avortament forçat, l'esterilització forçada, la infecció intencionada de malalties, la tortura o els abusos sexuals.

g) Violència contra els drets sexuals i reproductius de les dones, com ara els avortaments selectius i les esterilitzacions forçades.

Parlar de violències en plural implica incloure una visió àmplia del fenomen en què les noies no només pateixen pel fet d'haver nascut dones sinó també per motius de gènere, de classe, de procedència, d'opció sexual, etc.

Respecte a la discriminació per opció sexual, entenem la LGTBfòbia com una de les manifestacions més de les violències masclistes. Quan una persona se surt dels “mandats de gènere” rep càstigs d'exclusió i d'estigmatització en relació amb la norma establerta. En definitiva, el sistema dicotòmic de gènere és un sistema tancat i restrictiu que dona la pauta de com ens hem de comportar segons el sexe al qual pertanyem.

3.4 L'adolescència com a etapa vital

De totes i tots és sabut que l'adolescència és sinònim de canvis: creació i sorgiment de noves identitats, nous coneixements sobre un mateix/mateixa, noves maneres de veure i interpretar el món que ens envolta i una iniciació a la presa de decisions i autonomia. Es tracta, doncs, d'un període de transició i de múltiples transformacions. És una etapa de transició entre la infància i l'edat adulta. L'adolescència comença amb la pubertat i sol acabar amb l'entrada a l'edat adulta. Se sol situar entre els 12-13 i els 17-18 anys i és l'etapa més curta i sovint intensa de la vida de les persones.

Noies i nois experimenten canvis físics molt diferenciats en aquesta etapa: mentre que els nois maduren una mica més tard que les noies, els seus cossos experimenten canvis en relació amb la talla, la disminució del greix al cos, apareix el pèl i creixen els genitals i té lloc la primera ejaculació. En el cas de les noies, apareix la menarquia, augmenta el greix corporal, creixen els genitals i els pits i apareix també el pèl.

16

Aquests canvis físics van sovint acompanyats de canvis psicològics i socials que també es viuen de forma diferenciada segons si ets noi o noia. L'autoconcepte i l'autoestima són dos dels factors clau en aquesta etapa evolutiva. L'autoestima és aquell sentiment subjectiu del propi jo que acompanya la valoració global que una persona fa d'ella mateixa. L'autoconcepte és la imatge que la persona fa d'ella mateixa en comparació amb el grup d'iguals. En aquesta etapa les noies solen rebre més pressions estètiques i de comportament que els nois.

La construcció de la identitat està condicionada per l'autoconcepte i l'autoestima. El grup té un pes molt important en aquesta etapa, i és per això que l'autoconcepte i l'autoestima estan molt condicionats per l'acceptació del grup d'iguals.

Amb tot, s'ha de posar el focus en el desigual desenvolupament i trajectòries diferents que fan nois i noies. Mentre que uns se socialitzen pel triomf, l'estudi, l'àmbit públic i el treball remunerat; les altres se socialitzen per l'alteritat, l'àmbit privat i la cura dels altres.

La socialització del gènere és entesa com el procés en què les persones senten i pensen diferent segons el gènere al qual pertanyen. Aquesta socialització és un procés a través del qual a cada edat es van incorporant noves pautes culturals femenines i masculines, i ja abans que s'arribi a l'edat adulta aquestes ens semblen naturals. De tota manera, no és un procés que discorri en una sola direcció, imposant expectatives socials i culturals a les persones: la socialització és també una qüestió d'acció social individual. I aquesta doble dimensió, col·lectiva i individual, és la que pot produir canvis socials significatius, ja que va redefinint de manera deliberada les posicions en l'ordre social.

És en aquesta etapa quan s'inicien les primeres relacions amoroses i sexuals. Els models d'amor en què se socialitzen, en major mesura, les noies, són models de relació on es troba la idealització de l'altra persona, l'entrega total, l'amor entès com a focus de la vida, i el desig d'estar sempre amb la persona estimada. Aquestes

creences, herència de l'edat mitjana, continuen avui vigents en les relacions que s'estableixen entre nois i noies joves. Malauradament, sovint, aquestes creences associades a l'**amor romàntic** porten a relacions perilloses o insanes que corren el risc de convertir-se en relacions on la violència masclista hi és present. Afirmacions com: "la gelosia és una mostra d'amor", "tothom té una mitja taronja que el complementa" o "l'amor vertader és per sempre" formen part de la socialització del gènere i com les noies aprenen que amor és sinònim de patiment. Per desmuntar-ho cal que les noies siguin conscients de la desigualtat i aprenguin que hi ha múltiples opcions més a l'hora de relacionar-se emocionalment i sexualment.

La concepció romàntica de l'amor és un caldo de cultiu per a les violències masclistes. Sovint, les noies posen l'amor al centre de la seva vida i expectatives vitals, i a partir d'aquí la sexualitat es posa al servei d'aquesta mirada. El perill rau en el risc de patir agressions sexuals o pràctiques sexuals abusives en nom de l'amor. La socialització dels nois tampoc ajuda a tenir una sexualitat lliure i sana, sinó que fomenta una sexualitat incontrolable, al centre dels seus interessos i coitocèntrica (amb la prestació sexual al centre). Aquesta combinació de socialització masculina i femenina sobre l'amor i el sexe esdevé material sensible ja que posa les premisses per fomentar les relacions abusives.

3.5 La perspectiva intercultural

Concebuda com una categoria d'anàlisi, ens ajuda a mirar les relacions socials que posen en interacció els subjectes a partir del reconeixement recíproc de les diferències culturals. Ens facilita identificar les desigualtats entre dones i homes de diferents procedències i els obstacles que afronten en els diferents espais socials (SURT. Fundació de dones, Violència masclista contra les dones migrades. Algunes orientacions a professionals contra la violència masclista).

Aquesta mirada implica:

- Qüestionar estereotips i prejudicis vigents.
- Identificar i treballar els aspectes de discriminació per qüestió de procedència, ètnia, religió, etc.
- Respectar la diversitat i denunciar les pràctiques i polítiques discriminatòries i de marginació cap a persones immigrades o de minories ètniques.
- Considerar sistemàticament la diversitat com un valor que enriqueix el conjunt de la societat.
- Incorporar estratègies de gestió de la diversitat i l'adquisició de competències per part de l'equip per treballar la diversitat.
- Potenciar processos que promoguin la igualtat d'oportunitats.

Aquesta perspectiva ens ajuda a analitzar les situacions de desigualtat de gènere segons marcs de referència diferents i defugir la mirada occidental, androcèntrica i incorporar la gestió de la diversitat des de l'inici.

La incorporació de les perspectives interculturals i de gènere és fonamental en la intervenció amb les noies, ja que es tracta d'una eina que permet donar respostes més informades, adequades i equitatives, analitzant les causes que generen desigualtats i, fonamentalment, elaborant propostes d'acció tendents a modificar-les, contribuint així a la prevenció i l'erradicació de les violències masclistes.

Cal destacar que l'actuació des d'una perspectiva intercultural i de gènere no equival a una simple addició dels diferents condicionants (gènere, origen, ètnia, classe social, orientació sexual, diversitat funcional, etc.) que

intervenen en una situació individual, sinó que implica prestar atenció a com s'entrecreuen els factors culturals i de gènere en el cas de cada dona. D'aquesta forma, es permet personificar l'atenció a la dona/noia víctima de la violència.

4. Marc metodològic: Intervenció professional en el procés

La finalitat de la intervenció professional és promoure i afavorir els processos d'apoderament de les noies joves. Tal com s'ha apuntat en apartats anteriors, l'apoderament no és quelcom que pugui atorgar una tercera persona sinó que respon a un procés individual i col·lectiu de les mateixes noies. L'equip professional farà la funció de facilitar el procés. Es tractarà d'afavorir i propiciar espais simbòlics i moments específics per implicar les joves en el camí. Encara que la proposta es planteja com una acció grupal, pensem que, atès el context, es pot treballar també des de la intervenció individual en espais de tutoria, espais informals amb cadascuna de les noies, etc. La proposta té coherència en el seu conjunt, però al mateix temps és una eina flexible i adaptable a les necessitats de cada professional i cada noia.

4.1 Competències que s'han de tenir per facilitar grups

18

Recomanem que les persones professionals que faran ús d'aquesta guia i que, per tant, facilitaran processos d'apoderament a les noies residents a Can Llupià (actuals i futures) han de tenir una sèrie de competències prèvies que les capacitin per treballar amb noies adolescents i joves en el context del Centre Educatiu Can Llupià.

Entenem les competències com el conjunt integrat i complex de coneixements, capacitats, habilitats, destreses i actituds que es posen en joc (es mobilitzen) en un context concret i en una activitat determinada.

Les competències es construeixen a partir d'aprenentatges professionals i extraprofessionals, tenen un caràcter dinàmic, és a dir, es desenvolupen i evolucionen amb l'experiència i ajuden a construir noves capacitats.

Arran de l'informe de context i del treball específic amb l'equip de professionals, presentem els coneixements, les actituds i les habilitats que haurien de tenir les persones que implementaran i lideraran la proposta educativa (SURT. Fundació de dones, 2014):

Coneixements:

- Teories feministes i estudis de gènere
- Comprensió del model hegemònic i heteropatriarcal
- Profunda comprensió de les dinàmiques grupals
- Coneixement sobre l'adolescència
- Coneixement sobre la realitat del Centre Educatiu Can Llupià
- Metodologies d'aprenentatge amb enfocament de competències
- Teories sobre apoderament
- Coneixement en matèria de mediació i resolució de conflictes
- Tècniques de dinamització i facilitació de grups
- Etc.

Actituds:

- Creativitat
- Solidaritat
- Curiositat
- Obertura de mires
- Negociació
- Flexibilitat
- Sentit de l'humor
- Curiositat
- Iniciativa per crear i innovar
- Autoconeixement
- Confiança en una mateixa
- Empatia
- Confiança en les capacitats de les altres persones
- Predisposició a l'aprenentatge
- Actitud participativa
- Respecte
- Treball en equip i cooperació
- Etc.

Habilitats:

- Paciència
- Flexibilitat
- Comprensió oral
- Capacitat per mantenir distància crítica
- Capacitat per no implicar-se emocionalment
- Capacitat per prendre decisions ràpides
- Capacitat per respondre a les necessitats del grup
- Capacitat per crear i establir ambients de confiança
- Etc.

19

4.2 Funcions de la persona facilitadora de processos d'acompanyament

Algunes de les funcions centrals de les persones facilitadores són:

1. Crear un entorn d'aprenentatge on es pugui experimentar, explorar i així ajudar a créixer les persones que participen del procés.
2. Acompanyar les joves en el descobriment del saber que ja saben (el saber que se sap) o els coneixements que ja posseeixen i animar-les a seguir aprenent i a desenvolupar el potencial.
3. Facilitar el créixer mitjançant l'experiència col·lectiva: compartir, donar i rebre.
4. Promoure la participació activa en la presa de decisions de les pròpies vides.

Un dels reptes més importants per a les persones facilitadores en el Centre Educatiu Can Llupià serà ser capaces de tenir un doble rol i navegar entre els dos: durant les accions d'apoderament grupal s'ha de tenir

clar i manifestar a les noies que s'està exercint un rol específic de facilitació de procés d'apoderament, al marge (encara que en diàleg) amb el rol general d'educador/a. Pensem que aquest doble rol, encara que pugui tenir algunes dificultats, és també font de riquesa (pensem en el grau de coneixement de les noies o en la possibilitat d'actuar en diferents espais a partir de temes treballats a les sessions, etc.).

4.3 Principis i valors bàsics de la facilitació en espais grupals

Des del coneixement de l'espai i les possibilitats que es donen en el Centre Educatiu Can Llupià, ens disposem a continuació a oferir i proposar pautes específiques per promoure una correcta facilitació d'un grup en el marc d'un programa d'apoderament.

Hem de ser conscients que les noies que participaran en aquestes accions educatives viuen en règim tancat, en una situació de privació de la llibertat. Pensem que aquesta premissa s'ha de tenir molt en compte, ja que és un factor estructural que pot condicionar negativament la possibilitat de fomentar espais de confiança, de lliure expressió, d'autoreflexió, etc. En aquest sentit, el centre com a institució i la persona facilitadora han de ser coresponsables de crear les millors condicions possibles per a la correcta implementació del procés.

Caldrà establir pautes bàsiques de comportar-se en grup. Aquestes pautes s'escriuran de forma conjunta en un paper i quedaran penjades en un lloc visible.

Tenint en compte les consideracions anteriors, aquest espai parteix dels principis i valors següents:

20

a) Promoure la creació d'un espai segur i de confiança

Tot i ser conscients que el programa educatiu es desenvolupa en un Centre en què les noies estan privades de llibertat, creiem que s'han d'oferir moments i espais específics en què les noies s'han de sentir segures per poder expressar opinions, sentiments, pors, inquietuds, etc. Per això partim de la idea que cada participant, és a dir, cada noia, és responsable dels seus aprenentatges, però la facilitadora té el deure de procurar i garantir que els aprenentatges tenen lloc en espais estimulants i ambients segurs.

b) Garantir la confidencialitat

La confidencialitat és una de les normes bàsiques a pactar a l'inici del Programa i a recordar-la a l'inici de cada sessió. Les noies participants han de tenir plena garantia que en aquell espai es pot plantejar lliurement tot tipus de qüestions, i la facilitadora ha de vetllar perquè siguin respectades. En cas que la facilitadora detecti una situació en què la noia necessiti alguna intervenció terapèutica (violència masclista), la facilitadora haurà d'actuar d'ofici i ser coneixedora dels recursos públics i privats on poder-se adreçar. Fóra convenient tenir una eina que marqui els passos i circuits a seguir en aquests tipus de casos (Protocol de violència masclista i d'assetjament sexual al Centre Educatiu Can Llupià).

c) Flexibilitat, paciència i respecte

És tasca de la facilitadora crear un ambient obert i respectuós en què les joves puguin sentir-se còmodes compartint experiències i aprenent d'elles.

d) Aprendre a partir de l'experiència i l'autoreflexió

Les dinàmiques s'han de basar en models d'aprenentatge experiencial que animin les joves a qüestionar i analitzar les seves experiències vitals. Cal fer seguiment de les dinàmiques per tal que les joves reflexionin sobre

allò que ha succeït.

e) Promoure la participació de totes les persones

La funció de la facilitadora és la de crear un ambient grupal en què tothom se senti lliure de participar com i quan vulgui fer-ho. És tasca, doncs, de la facilitadora promoure un espai que ofereixi a totes les joves l'oportunitat de participar.

f) Divertir-se i gaudir

Les joves necessiten passar-s'ho bé i divertir-se. Cal posar humor a les dinàmiques.

g) Aprendre del conflicte i gestionar-lo

Les dificultats i els conflictes permeten el creixement individual i grupal. La facilitadora ha de vetllar perquè es puguin resoldre els conflictes en el si del grup i vetllar per tal que es restableixin les comunicacions entre les persones participants.

h) Autoconeixement del facilitador o facilitadora

És molt important que la facilitadora hagi fet exercicis analítics, reflexius i crítics i es conegui a ella mateixa. Cal que abans de dinamitzar els grups de noies la facilitadora hagi fet anàlisis i reflexions entorn de les qüestions de gènere i les violències masclistes.

i) Supervisió professional

És recomanable que hi hagi alguna o algun professional (pot ser un company o una companya de feina) que faci el rol de supervisió del projecte. Les funcions serien, a grans trets, animar i donar suport a la facilitadora. És important que aquesta figura sigui un o una professional que conegui molt bé el grup i les seves dinàmiques.

j) Facilitar significa escoltar allò que es diu i percebre el que no es diu

L'escolta empàtica i l'escolta activa són la clau de la comunicació efectiva i una habilitat bàsica per a la facilitació. Quan les noies s'escolten entre elles activament, se senten més implicades, obertes i participatives i aquest fet promou i desenvolupa millor comunicació. La facilitadora també ha d'interpretar el llenguatge no verbal (gest, mirada, posició corporal) i identificar també allò que no es diu amb la paraula.

4.4 Consells per a la millor intervenció professional

Els consells que es proposen a continuació pretenen servir de recomanacions a l'hora d'iniciar processos d'apoderament amb noies joves. Així com hem dit amb anterioritat, el plantejament dels processos d'apoderament és grupal però els consells han de servir també per a les intervencions individuals.

a) Tenir en compte la flexibilitat

La descripció de dinàmiques/activitats que segueixen a continuació és merament orientativa. Cada facilitadora ha de poder adaptar/aplicar les dinàmiques/activitats adaptant-se a les necessitats i possibilitats del grup i de l'entorn.

b) Saber quins són els passos a seguir

Cal ubicar-se i tenir clar que el que estem duent a terme és un procés, i com a tal, s'inicia, es desenvolupa i

finalitza. Cal saber cap on es dirigeix el procés i quins passos segueix l'actual. Cal tenir molt clar què es fa en cada moment i com es fan les activitats.

c) Resultats

Les joves han de trobar sentit a allò que fan. És important saber donar resposta als objectius de les dinàmiques/activitats a curt termini. Les joves han de poder trobar resultats positius i immediats que evitin reforçar les seves frustracions.

d) Estabilitat de la facilitadora (facilitador)

És molt recomanable, sempre que sigui possible, que el procés d'apoderament amb perspectiva de gènere el lideri/faciliti un equip de dues persones, si pot ser sempre les mateixes. Com que és un procés, és aconsellable que les noies tinguin sempre les mateixes referents. Tot i així, en el context del Centre Educatiu Can Llupià, això implica una dificultat afegida atesos els diferents canvis de torn anuals o les diverses substitucions (variabilitat dels equips educatius).

e) Espais i temps

Cal un espai neutre, diàfan, que permeti activitats de lliure moviment, amb possibilitat de posar i treure cadires, espais amb ambients relaxats i divertits. L'òptim és disposar de dues hores per sessió i, si pot ser, per organització del centre, dins un temps determinat i emmarcat dins el Programa Educació per la Salut.

f) Moment de les noies

Cal conèixer el moment psicològic i emocional de les noies, tenint en compte si estan vivint un moment vital estressant o delicat que pugui vulnerar el seu estat emocional si emprenen un procés d'apoderament.

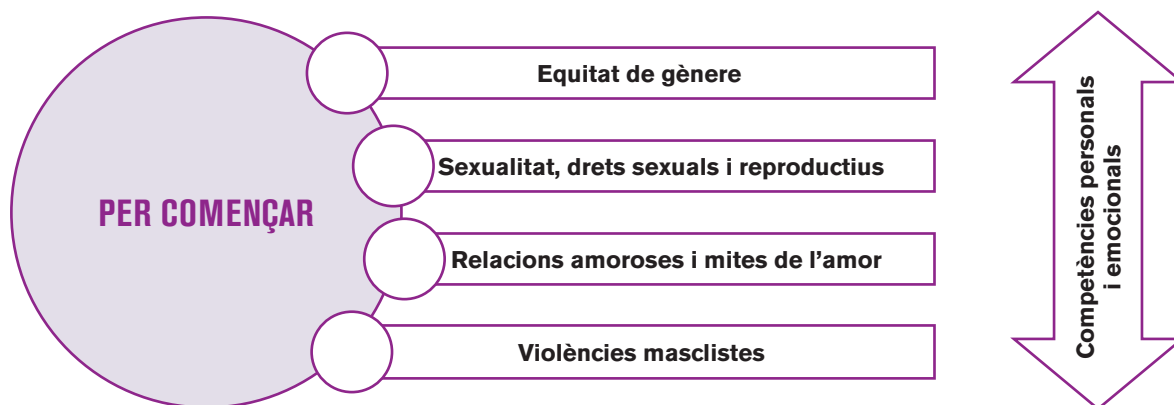
Segona part: Proposta educativa per a l'apoderament de les noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià

1. Proposta educativa per a l'apoderament de les noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià

A continuació es descriu la proposta educativa d'apoderament (emmarcada dins el Programa d'Educació per a la Salut) amb orientacions pràctiques i dinàmiques a desenvolupar, que s'ha estructurat en 6 blocs/mòduls.

Ara bé, és una proposta educativa flexible que pretén donar resposta a les necessitats de les noies i segons les característiques del grup. Té una lògica de procés, amb diferents temàtiques a treballar. Per implementar-la se suggereix un ordre temàtic que pot ser modificat en funció de les necessitats del grup i dels professionals.

Es fa una proposta organitzativa de quatre blocs temàtics centrals, més un inicial i un altre de caràcter transversal que va apareixent al llarg de tot el treball educatiu.



Aquests mòduls tenen uns continguts i conceptes clau associats i es treballen amb unes dinàmiques determinades. En total s'han dissenyat, escrit i definit 30 dinàmiques que configuren la proposta educativa d'apoderament per a noies adolescents i joves del Centre Educatiu Can Llupià. Tal com s'indica, algunes d'aquestes dinàmiques van ser validades a la fase de prova. Les dinàmiques que han estat provades s'identifiquen dins l'apartat "Consells per a la facilitació".

Orientacions per al bon desenvolupament de la proposta educativa dins el context del Centre Educatiu Can Lluprà

A continuació, i segons les experiències provades al centre, facilitem unes explicacions concretes per afavorir el bon i correcte funcionament de la proposta educativa. Les orientacions tenen a veure amb el temps de cada bloc, l'espai on es puguin desenvolupar les sessions, els continguts, el "com" ho fem i l'avaluació.

a) Durada

Es proposa que les sessions grupals tinguin una durada màxima de dues hores. Segons la nostra experiència, durant la darrera mitja hora, es comença a observar certa fatiga i distracció per part de les noies.

Per al desenvolupament de la proposta educativa completa s'han de dur a terme 12 hores com a mínim, distribuïdes en 6 sessions de 2 hores cadascuna. D'aquesta manera es garanteix que:

- Durant el desenvolupament de les sessions es treballen tots els temes, i es poden dur a terme almenys una o dues dinàmiques per cada bloc.
- Dóna resposta a la necessitat de treball de procés, on hi ha un abans i un després i un mentrestant, encara que cada noia ho visqui amb el seu temps i segons la seva història.

El plantejament és holístic, però tal com s'ha dit anteriorment, l'eina també serveix per donar resposta aïllada en casos de necessitat per part dels i les professionals com per part de les noies. Per exemple, si es dóna en el si del centre un conflicte determinat, es poden aprofitar algunes dinàmiques de la proposta educativa per abordar-ho en grup o de forma individual. També els i les professionals poden trobar inspiració en les dinàmiques plantejades en moments concrets d'atenció individual o d'espais de confiança (més o menys formals) amb les noies.

b) Espai

Tal com s'ha mencionat al punt 4.4 Consells per a la millor intervenció professional, es necessiten espais neutres, diàfans i que permetin el lliure moviment. Des de la nostra experiència durant la fase de prova, vàrem realitzar dues de les cinc sessions a l'espai comú de la unitat de convivència de noies (Grup Xaloc), ubicada al primer pis. En relació amb l'espai, l'experiència no va ser del tot satisfactòria, ja que no considerem que sigui un espai neutre, sinó que és un espai de convivència, on passen bona part del dia. En canvi, durant les darreres sessions, vam ser a l'espai del gimnàs, amb millors resultats perquè era un espai diferent al quotidià, i aquest ús de l'espai implicava un trasllat que afavoria el canvi d'ubicació simbòlica cap a l'espai d'apoderament. L'únic inconvenient és que, com que portàvem a terme l'activitat de 10 a 12 hores, coincidí amb l'hora del pati de les altres tres unitats de convivència, fet que distreia l'atenció de les noies, però que en tot cas va ser un problema reconduït per les facilitadores.

c) Material

En termes generals, el material que es necessita per desenvolupar la proposta educativa d'apoderament és pissarra o paperògraf per recollir les idees que surten durant el treball, folis, bolígrafs, tisores, cola (tot això amb la precaució necessària a causa de l'entorn de reclusió), projector i ordinador per poder projectar vídeos, cançons i si de cas una presentació (en PowerPoint) per anar marcant l'estructura de la sessió. En cadascuna de les fitxes de dinàmiques queda especificat el material necessari.

Hem observat que la possibilitat de tenir, durant un període determinat de temps, material per utilitzar que no forma part de la seva quotidianitat és viscut molt positivament per les noies.

d) Continguts

Els continguts proposats són fruit de la necessitat de treballar cap a la prevenció de les violències masclistes, en clau d'apoderament. Per tant, els continguts segueixen aquest fil conductor i tenen a veure bàsicament amb les diferències de rols i estereotips de gènere i les desigualtats que aquestes generen.

Cadascun dels blocs té uns continguts associats que cal conèixer i entendre. Per això, al començament de cada bloc, es presenta una introducció conceptual que recull de forma genèrica els conceptes clau.

e) Metodologia

En línia amb el marc metodològic, el procediment general emprat ha de promoure la participació de les noies i l'acompanyament en el seu procés d'apoderament. Per això s'ha de donar veu a totes, respectant els seus temps i desitjos. També s'ha de tenir cura de mantenir durant tot el procés un ambient segur, de confiança i de respecte i col·laboració.

Per tot això, és important establir amb les noies unes normes de funcionament i de comportament durant aquestes sessions, i donar espai perquè puguin expressar com s'han sentit al final de cada sessió. També creiem, per l'experiència de prova, que és necessari dur a terme a l'inici de cada sessió una dinàmica per trencar el gel; així es poden rebaixar les possibles tensions que hi puguin haver hagut anteriorment.

25

f) Seguiment i avaluació

Dediquem a l'avaluació un capítol específic (4), però no volem deixar de dir que és important que la persona facilitadora reculli per escrit o bé comenti amb els companys i les companyes com s'ha desenvolupat la sessió i les possibles accions de millora. D'aquesta manera s'estarà recollint el relat del desenvolupament de les sessions, que servirà posteriorment per avaluar la proposta educativa d'apoderament. Aquesta retroalimentació pot ser a càrrec de la persona referent del Programa d'Educació per a la Salut o referent de la proposta educativa assignada pel centre.

Suggerim l'ús d'una llibreta personal per a cada noia mentre duri el procés. En aquesta llibreta, que facilitarà el centre i es pactarà l'ús que se n'ha de fer, les noies faran diferents exercicis vivencials individuals que donaran suport al procés grupal. Cada noia tindrà una llibreta on podrà expressar lliurement (a partir d'escrits o dibuixos) com se sent, què sap, què li manca per saber, què la preocupa, què li agradaria que passés.

Respecte al seguiment i l'avaluació, considerem que la llibreta és un instrument clau per conèixer les expectatives i els sentiments i aprenentatges fets per part de les noies, alhora que és un canal de comunicació entre la facilitadora i la noia (les noies). Les noies hauran d'adoptar el compromís de cuidar-la i fer-ne un ús per al creixement personal i l'aprenentatge.

Amb tot, esperem que aquesta guia sigui d'utilitat per als professionals i les professionals que actuen com a persones facilitadores del procés d'apoderament que proposem per a les noies (actuals i futures) del Centre Educatiu Can Llupià.

2. Sumari d'activitats

BLOC	CONCEPTES CLAU	ACTIVITATS	NÚM.
0 Per començar	Normes bàsiques, activitats per trencar el gel, consciència grupal, cohesió grupal, expectatives	Número 1. Amb quina imatge m'identifico? Número 2. Creació de normes bàsiques de treball en grup Número 3. El bingo de les relacions Número 4. El tren dels massatges Número 5. Tinc un missatge per a tu	1-5
1 Iniciació de les noies adolescents i joves a l'equitat de gènere	Sexe, gènere, socialització del gènere, rols i estereotips de gènere, igualtat de gènere, equitat de gènere, feminismes, identitat de gènere	Número 6. Ens visiten els extraterrestres Número 7. Buscant el gènere a les revistes i als diaris Número 8. Frases inacabades Número 9. Els nois no ploren Número 10. La línia del temps feminista	6-10
2 Sexualitat, drets sexuals i reproductius i identitats sexuals	Sexe, sexualitat, orientació sexual, drets sexuals i reproductius, cossificació, LGTBIfòbia i pressió i control social, intersexual i transsexual	Número 11. Què en sé jo de sexe? Com és el meu cos? Número 12. Estimada Anna Número 13. Visionat vídeo Hollysiz- Light Número 14. Quina és la meva fantasia sexual? Número 15. Sexe i joves. La pressió social	11-15
3 Relacions amoroses i mites de l'amor romàntic	Amor, amor romàntic, mites de l'amor romàntic, relacions abusives	Número 16. Què és amor? Com ens enamorem dones i homes? Número 17. La recepta de les relacions Número 18. Visionat del curt Doble Check de Paco Caballero Número 19. Llum verda, llum vermella Número 20. Cançons d'amor i desamor	16-20
4 Violències masclistes	Violència, violència simbòlica, violència masclista, formes que pren la violència masclista, àmbits	Número 21. Què en saps de la violència masclista? Número 22. L'iceberg de la violència masclista Número 23. Anàlisi de casos Número 24. Sección Femenina Número 25. Com abordar la violència masclista. Recursos	21-25
5 Competències personals i emocionals	Empatia, respecte, consciència d'una mateixa, autoestima, competències emocionals, identitat, capacitats, autoimatge	Número 26. Què dius? No et sento o no t'escolto! Número 27. No és no! Número 28. Mercat d'intercanvi Número 29. La meua vida d'aquí a 10 anys Número 30. Carta a una persona amiga	26-30

3. Dinàmiques/Activitats

Per tal de facilitar la tasca a les persones facilitadores obrirem i introduïrem cada bloc amb una descripció de les paraules clau, objectius generals, una breu introducció conceptual, indicacions per a la facilitadora i la relació de les dinàmiques dissenyades per a cada bloc.

0. Per començar

Idees i conceptes clau

Normes bàsiques, activitats per trencar el gel, consciència grupal, cohesió grupal, expectatives.

Objectius

- Presentar el programa d'apoderament
- Pactar les normes bàsiques del grup
- Facilitar i propiciar la cohesió grupal
- Generar clima i ambient agradable i confidencial
- Trencar el gel a l'inici de les sessions

Introducció conceptual

És clau que durant la primera sessió del programa d'apoderament les noies se sentin segures, còmodes i que se'ls expliqui com es desenvoluparà el programa en conjunt i les sessions del programa.

És important explicar i definir què és apoderament i posar l'èmfasi en el fet que és un procés i no una meta.

Indicacions per a la facilitadora (facilitador)

1. El grup ha d'elaborar normes bàsiques de comportament durant el desenvolupament de la primera sessió. Aquestes s'han d'adequar al context i al grup. Són a priori normes que han de sorgir del mateix grup, com per exemple: respectar els torns de paraules, escoltar-nos, no interpel·lar-nos, respectar-nos, demanar torns de paraula, etc. El fet que les noies elaborin conjuntament les normes facilitarà la cohesió grupal ja que s'haurà d'arribar a acords, farà sensació de propietat i autoritat.
2. Aquestes normes bàsiques s'escriuran en un format atractiu, creatiu, i es penjaran mentre duri el programa en un lloc visible de l'espai on es desenvolupin les sessions per tal que totes les noies les tinguin ben presents sempre, i hi puguin recórrer en cas de necessitat.
3. La facilitadora ha de tenir un paper actiu que promogui la participació i es recomana que participi de les activitats com una més i no com a experta externa que no forma part del grup. La facilitadora pot adaptar el seu llenguatge i utilitzar un to més juvenil, si escau.
4. La facilitadora haurà de detectar, esbrinar i demanar directament els interessos i necessitats de les noies en relació amb les temàtiques tractades i haurà de procurar introduir-les per tal de donar-hi resposta.
5. La facilitadora haurà de saber gestionar els possibles conflictes que puguin sorgir durant el desenvolupament de les sessions i haurà de procurar fer de mitjancera entre les parts que no estiguin d'acord.

RELACIÓ DE DINÀMIQUES:

Número 1. Amb quina imatge m'identifico?

Número 2. Creació de normes bàsiques de treball en grup

Número 3. El bingo de les relacions

Número 4. El tren dels massatges

Número 5. Tinc un missatge per a tu

AMB QUINA IMATGE M'IDENTIFICO?		Número 1
Descripció de la dinàmica	Exercici d'autoconeixement i autopercepció a partir de la tria d'imatges i la justificació pertinent. Dinàmica provada	
Durada	25 minuts	
Objectius	• Trencar el gel • Iniciar un treball d'autoconeixement i autopercepció • Fomentar la cohesió grupal	
Material necessari	Imatges impreses d'animals, flors, arbres, objectes... Etiquetes per posar els noms Cola Llibreta personal Tisores	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora demana a les noies que es posin dretes en cercle al voltant d'una taula. 2. La facilitadora col·loca imatges d'animals, objectes i flors i plantes damunt la taula. 3. La facilitadora convida les noies a escollir una imatge que les representi o els agradi i a seure. 4. D'una en una les noies diuen el seu nom i expliquen per què han triat la imatge. 5. Un cop feta la ronda de presentacions i identificació amb una imatge, les noies enganxen la imatge a la seva llibreta, posen el seu nom i escriuen per què l'han triada.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	És bona idea que la facilitadora participi igual que les noies de l'activitat i es presenti i s'identifiqui amb una imatge. Aquest fet facilita la cohesió grupal. Després de la prova recomanem tenir diverses còpies d'una mateixa imatge ja que sovint les noies volen la mateixa i això pot generar conflictes.	
Font	Elaboració pròpia	

CREACIÓ DE NORMES BÀSIQUES DE TREBALL EN GRUP

Número 2

Descripció de la dinàmica	A l'inici de la proposta educativa cal definir i establir unes normes pactades de bon funcionament i comportament que serviran de referència durant tot el procés de treball per a l'apoderament. Dinàmica provada
Durada	30 minuts
Objectius	Definir i dissenyar les normes bàsiques de treball que tindran vigència durant tota la proposta educativa d'apoderament
Material necessari	Retoladors Pissarra Fulls de paper Bolígrafs Retoladors de colors Cartolina gran Pasta adhesiva
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora explica breument la proposta educativa d'apoderament a les noies. 2. La facilitadora explica la importància de posar unes normes bàsiques i quina utilitat tenen. 3. Es fan grups petits (3-4 noies per grup) i es demana que facin una pluja d'idees en 7-10 minuts per reflexionar sobre les normes bàsiques. 4. La facilitadora demana al grup que expliqui les normes bàsiques mentre una o dues voluntàries les van anotant a la cartolina. 5. Un cop elaborada la llista, es pacta entre totes seguir les normes. 6. La facilitadora penja la cartolina en un lloc visible i aquesta serà present durant tota la proposta educativa d'apoderament.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Malgrat que som conscients que el disseny d'aquesta proposta educativa s'adreça a noies que viuen i conviuen en un centre educatiu privat de llibertat, on ja hi ha molta normativa establerta, cal posar unes normes bàsiques per al bon desenvolupament de la proposta educativa. La facilitadora haurà de suavitzar possibles malestars per possibles situacions de sobrecontrol que es puguin donar. Després de la prova confirmem la necessitat d'aquesta dinàmica, ja que ha servit per marcar les pautes bàsiques de comportament que ens han servit com a marc al llarg del programa.
Font	Elaboració pròpia

EL BINGO DE LES RELACIONS		Número 3
Descripció de la dinàmica	Es tracta d'una dinàmica en què, a partir de diferents preguntes a les altres noies, vas coneixent aspectes de la seva vida alhora que vas explicant la teva. Qui aconsegueix omplir la fitxa ha de cantar bingo.	
Durada	20 minuts	
Objectius	• Promoure que les noies participants es coneguin • Fomentar i facilitar la cohesió grupal	
Material necessari	Fitxa 1. El bingo de les relacions Bolígrafs	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora, amb l'ajuda d'una noia, reparteix una fitxa per a cada participant. 2. Es convida les joves a moure's lliurement per la sala i hauran de buscar persones que encaixin amb els detalls descrits a la fitxa. 3. Si les noies troben qui encaixa amb la descripció de la fitxa, l'anoten al seu full. La primera noia que tingui tot el full complet cridarà: BINGO! 4. S'atura el joc i la facilitadora demanarà a la guanyadora que expliqui les relacions trobades. El joc pot continuar o aturar-se en aquest punt.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora haurà de donar suport a aquelles noies que no saben com buscar i demanar a les altres la informació que necessiten. Pot ajudar a fer preguntes.	
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)	

EL TREN DELS MASSATGES

Número 4

Descripció de la dinàmica	Exercici corporal i relaxant que consisteix a fer i rebre un massatge a l'esquena mentre s'escolta música relaxant. Dinàmica provada
Durada	10-15 minuts
Objectius	• Trencar el gel • Facilitar la relaxació • Facilitar la cohesió de grup • Crear vincle a partir del massatge i l'experiència corporal
Material necessari	Música relaxant
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora demana a les noies que s'asseguin a terra en cercle i fent un tren. 2. Cada noia farà un massatge a l'esquena de la que té al davant. 3. El massatge serà fet segons el parer de qui el fa i no de qui el rep. 4. Passats 5 minuts, la facilitadora demanarà que les noies que facin mitja volta i passaran a fer el massatge a qui els l'ha fet abans. 5. La facilitadora suggerirà que en finalitzar ens donem les gràcies amb qui hem interactuat.
Consells per a la facilitació a Can Lluprà	Després de la prova, se suggereix que la facilitadora participi igual que les noies de l'activitat i faci i rebi el massatge. Aquest fet facilita la cohesió grupal i promou la confiança amb la facilitadora.
Font	Elaboració pròpia

TINC UN MISSATGE PER A TU!		Número 5
Descripció de la dinàmica	Es tracta d'una dinàmica on cada noia ha d'escriure un missatge positiu a totes les integrants del grup. Dinàmica provada	
Durada	45-60 minuts	
Objectius	• Reforçar l'autoestima de les noies • Millorar l'autoimatge • Fer aportacions en positiu cap a les altres • Fomentar l'empatia	
Material necessari	Full blanc Cel·lo Retoladors Llibreta personal Cola d'enganxar	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora reparteix un full blanc a cadascú amb un tros de cel·lo i demana a les noies que se'l posin a l'esquena i reparteix un retolador. 2. La facilitadora demana a les noies que escriguin a totes les altres un missatge en positiu sobre la persona a qui escriuen. 3. Un cop finalitzada la dinàmica, cada noia llegeix els missatges que li han escrit les altres. 4. La facilitadora pregunta si alguna vol fer algun comentari sobre això. 5. La facilitadora demana a les noies que enganxin el seu full a la llibreta personal.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Després de la prova, pensem que és una dinàmica que dóna molt de joc. Enforteix relacions, crea vincles i facilita la cohesió de grup. És important destacar i posar en valor com ens veuen per reforçar l'autoestima de totes. És bo que la facilitadora també participi de l'activitat com una més. També és tasca de la facilitadora evitar que les noies escriguin missatges negatius; per tant, cal anar revisant alguns missatges per evitar possibles conflictes entre les noies. El temps no és important. Si la dinàmica funciona, és millor ser flexibles amb la durada i no posar límit temporal quan sigui possible ja que l'organització de les activitats que hi ha al centre té una planificació horària ajustada.	
Font	Elaboració pròpia	

1. Iniciació de les noies adolescents i joves a l'equitat de gènere

Idees i conceptes clau

Sexe, gènere, socialització del gènere, rols i estereotips de gènere, igualtat de gènere, equitat de gènere, feminismes, identitat de gènere

Objectius

- Fomentar el desenvolupament d'un pensament crític que permeti a les noies adolescents i joves afrontar les normes i els estereotips de gènere que la societat accepta i que perpetuen la desigualtat de gènere.
- Ajudar les noies adolescents i joves a identificar l'impacte negatiu d'unes normes de gènere rígides i explorar la manera com els estereotips limiten algunes decisions personals i les expectatives de la vida.
- Pensar en les alternatives sobre com qüestionar les normes de gènere i ajudar les noies adolescents i joves a comprendre els seus drets d'igualtat i llibertat.

Introducció conceptual

Sexe: Conjunt de característiques biològiques a partir de les quals es divideix els individus d'una espècie en mascles, femelles, intersexuals, transsexuals i transgèneres.

Gènere: Conjunt de característiques, comportaments, desigualtats, rols, valors i expectatives culturalment associades als sexes. Aquestes característiques varien en funció de la societat i l'època històrica. El concepte de gènere es va introduir per distingir entre les diferències biològiques (sex) i les desigualtats socials construïdes sobre aquestes diferències biològiques (gènere).

Socialització de gènere: Forma d'educar de manera diferenciada homes i dones a l'hora de transmetre i aprendre els valors, les expectatives i els rols de la societat en què han nascut.

Rols de gènere: Conjunt de comportaments, tasques i actituds que en una societat i en un moment històric determinat s'assignen a les persones en funció del seu sexe.

Estereotips de gènere: Idees preconcebudes, prejudicis, que s'han anat construint i transmetent en les societats amb el pas del temps. Són, doncs, construccions culturals i socials que classifiquen els atributs psíquics i físics de les persones, dividint-los en homes i dones, i limitant-ne les respectives possibilitats de desenvolupament de certes capacitats personals, culturals, socials, econòmiques, polítiques, esportives, emocionals, etc.

Igualtat de gènere: La igualtat de gènere es refereix a la idea aritmètica de repartir a parts iguals per situar tothom en un mateix punt de partida. És la situació en què totes les persones (independentment del seu sexe, identitat o orientació i opció sexual) tenen l'oportunitat d'accedir en igualtat de condicions als recursos socials i als béns.

Equitat de gènere: Sovint s'utilitza aquest concepte com a sinònim d'igualtat de gènere malgrat que és important entendre que l'equitat atén la situació real de les persones alhora que qüestiona les relacions de poder. Segons Sara Moreno, el concepte d'equitat incorpora la idea de justícia com a punt de partida i la igualtat com a horitzó.

Feminisme: Moviment social i polític que reivindica assolir la igualtat entre dones i homes. En aquests moments és un moviment molt divers i plural que analitza les relacions de poder i reivindica i lluita en l'àmbit públic i es manifesta per millorar les relacions personals.

Identitat de gènere: situació en què totes les persones tenen llibertat per comportar-se, prendre decisions i accedir a béns i recursos socials sense estar limitades per estereotips, rols, discriminacions o violència. No es tracta que les persones siguin uniformes/homogènies, sinó que tinguin els mateixos drets, obligacions, oportunitats reals i de tracte.

Indicacions per a la facilitadora (facilitador)

- 1.** La facilitadora ha de saber identificar les desigualtats de gènere i els estereotips. Ha de ser una persona sensible i formada.
- 2.** La facilitadora haurà de saber gestionar les múltiples opinions estereotipades de les joves i haurà d'ajudar-les a desconstruir opinions i a construir-ne de noves, lliures de prejudicis de gènere. És important que aquesta tasca es faci des del respecte.
- 3.** La facilitadora actua sovint com a model de referència per a les joves. Serà bo que aquesta expliqui relacions sanes i lliures d'estereotips. És important que la facilitadora faci un exercici previ de revisar les pròpies idees preconcebudes sobre els rols i estereotips de gènere.

35

RELACIÓ DE DINÀMIQUES

Número 6. Ens visiten els extraterrestres

Número 7. Buscant el gènere a les revistes i als diaris

Número 8. Frases inacabades

Número 9. Els nois no ploren

Número 10. La línia del temps feminista

ENS VISITEN ELS EXTRATERRESTRES

Número 6

Descripció de la dinàmica	Exercici en el qual la facilitadora actua com si no fos humana (és extraterrestre) i demana a les noies que descriguin què és ser home i dona a la Terra. Dinàmica provada
Durada	60 minuts
Objectius	- Facilitar que les noies adolescents i joves prenguin consciència sobre la igualtat i la desigualtat de gènere - Reflexionar de forma col·lectiva sobre l'impacte de les normes de gènere en les seves vides i expectatives
Material necessari	Fitxa 2: Ens visiten els extraterrestres Pissarra Fulls de paper Targetes Bolígrafs Retoladors Cartolina gran Pasta adhesiva
Desenvolupament de la dinàmica	- La facilitadora informa les noies que s'espera una visita d'una comissió d'extraterrestres de Mart o Júpiter. Aquesta comissió té especial interès a conèixer les persones que viuen al planeta Terra. Saben que hi ha homes i dones però no saben com distingir-los. La comissió demana ajuda a les noies per poder identificar homes i dones. - La facilitadora divideix una cartolina en dues parts amb una línia al mig. En un costat hi posa el símbol de l'home i a l'altre, el de la dona. - La facilitadora demana a les noies adolescents i joves que iniciïn una pluja d'idees amb les principals característiques que diferencien homes i dones. La facilitadora anota a la pissarra les característiques i adjectius que les noies van dient. - Amb l'objectiu de reflexionar sobre el que s'ha dit, la facilitadora intercanvia els símbols de lloc per donar peu al pensament crític i pregunta quines característiques no encaixen amb dones i homes. A partir d'aquí la facilitadora fomenta i facilita el debat de rols i estereotips de gènere.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Si hi ha alguna noia que no hi vol participar perquè pensa que homes i dones som iguals, caldrà que la facilitadora demani a la noia o a les noies en qüestió que centrin el seu interès en aquells estereotips dominants. Després de la prova no volem deixar de dir que és una dinàmica que, encara que en aparença sembli senzilla, dóna molt joc perquè potencia la imaginació de les noies, que realment es mostren molt disposades a jugar i a explicar a extraterrestres com funciona la dicotomia de gènere. És molt important saber fer un bon tancament de l'exercici que realment qüestionari la normativitat dels rols de gènere assignats.
Font	Adaptada de Mar Camarasa i Laura Sales. SURT. Fundació de Dones. (2013)

BUSCANT EL GÈNERE A LES REVISTES I ALS DIARIS		Número 7
Descripció de la dinàmica	Treball de reflexió sobre com els mitjans de comunicació condicionen les oportunitats, els drets i els rols de dones i homes. Dinàmica provada	
Durada	60 minuts	
Objectius	• Explorar i desconstruir les normes de gènere • Reflexionar sobre la imatge d'homes i dones als mitjans de comunicació • Fomentar el debat crític respecte de les normes de gènere	
Material necessari	Revistes juvenils i de moda Diaris Tisores Cola d'enganxar Cartolines Retoladors	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora fa 3 grups d'unes 5-6 noies i reparteix revistes i diaris per a cada grup. 2. La facilitadora convida les joves a fullejar revistes i a retallar imatges d'homes i dones en relació amb com s'han de comportar. 3. La facilitadora demana a les noies que encetin un debat en grup entorn de les preguntes següents: - DONES: Com apareixen retratades les dones en les imatges? Descriu l'aparença i les característiques del seu cos. Descriu el paper d'aquestes dones en relació amb el rol que desenvolupen en la societat (dones professionals, mares, etc.) - HOMES: Com apareixen retratades les dones en les imatges? Descriu l'aparença i les característiques del seu cos. Descriu el paper d'aquestes dones en relació amb el rol que desenvolupen en la societat (homes professionals, pares, etc.) 4. Després, la facilitadora obre un debat conjunt sobre les experiències i percepcions per posar en comú les principals conclusions. La facilitadora (o alguna voluntària) escriu a la pissarra les aportacions de les noies. 5. La facilitadora guia el debat segons les preguntes següents: - Segons la teva experiència, quina aparença i quin comportament s'espera de nois i noies? - Què passa si algun noi o noia no segueix les normes de gènere?	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora ha de conèixer bé les cultures de procedència d'algunes noies en relació amb les normes de gènere per tal de tenir present la gestió de la diversitat cultural i d'origen. Després de la prova es considera que és molt important animar a la reflexió conjunta i mantenir un fil conductor, ja que hi ha el risc que les noies es fixin en aspectes que no tenen a veure amb els objectius de la dinàmica.	
Font	Elaboració pròpia	

FRASES INACABADES

Número 8

Descripció de la dinàmica	Reflexió i debat a partir d'unes frases no acabades sobre dones i homes i oportunitats que tenen unes i altres. Dinàmica provada.
Durada	30-45 minuts
Objectius	• Iniciar les joves en conceptes d'igualtat de gènere • Facilitar la reflexió personal i grupal • Potenciar el comportament crític sobre normes de gènere, feminitat i masculinitat
Material necessari	Fitxa 3: Frases inacabades Llibreta personal Bolígrafs Cola d'enganxar Tisores
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora dóna una còpia de la fitxa 3, en què hi apareixen escrites 11 frases inacabades. 2. La facilitadora demana a les noies que pensin com acabar les frases i les completin segons el seu parer. 3. S'inicia un debat entre tot el grup per veure quines han estat les reflexions i es convida a totes les joves a acabar les frases en veu alta i per torns. 4. La facilitadora guiarà el debat entre les noies adolescents i joves procurant complir les normes bàsiques (pactades prèviament).
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Fomentar la participació de totes, observant i escoltant allò que no es diu directament però sí amb gests, mirades... La facilitadora pot passar el vídeo "Corre com una nena" <u>Always #Likeagirl</u> Més informació a : <u>https://www.youtube.com/watch?v=pQishDaKLdM</u> Després de la prova es valida la utilitat d'aquesta dinàmica com a manera d'explorar els estereotips i rols de gènere i qüestionar-los conjuntament.
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)

ELS NOIS NO PLOREN		Número 9
Descripció de la dinàmica	Exercici de posicionament (hi estic d'acord, no ho sé, he de pensar-ho, hi estic en desacord) en relació amb una sèrie d'enunciats al voltant de les desigualtats i discriminacions de gènere.	
Durada	60-90 minuts	
Objectius	• Sensibilitzar sobre els estereotips de gènere • Mostrar com els estereotips de gènere creen discriminació i fomenten la desigualtat de gènere • Reflexionar sobre com qüestionar els estereotips de gènere • Detectar els estereotips de gènere	
Material necessari	Fitxa 4: Els nois no ploren Rètols: hi estic d'acord/no ho sé/he de pensar-ho/hi estic en desacord	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora col·loca els 4 rètols a cada cantonada de l'espai: hi estic d'acord/no ho sé/he de pensar-ho/hi estic en desacord 2. A continuació la facilitadora comença a llegir els enunciats i les noies han de posicionar-se segons el seu criteri. 3. Un cop posicionades, la facilitadora les convida a explicar els perquè de les seves tries i explica que poden canviar d'opinió després d'escoltar els raonaments de les companyes. 4. Un cop llegits tots els enunciats, la facilitadora convida les noies a seure i s'inicia un debat al voltant de les preguntes següents: - Com us heu sentit durant l'activitat? Us ha semblat difícil posicionar-vos? - Per què creieu que les persones tenim diferents opinions respecte als enunciats? - Ha provocat l'opinió d'una altra persona un canvi en la teva? Quina? - Què podem fer per tal que en un futur proper nois i noies puguem actuar de forma més lliure i segons els nostres criteris?	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora haurà d'anar amb compte amb els judicis que algunes noies fan sobre les opinions de les altres. Caldrà demanar i fomentar molt respecte durant la dinàmica ja que després totes resten al centre convivint en situacions quotidianes. La facilitadora també haurà de tenir en compte els seus propis prejudicis i estereotips i evitar traslladar-los a les noies.	
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)	

LA LÍNIA DEL TEMPS FEMINISTA

Número 10

Descripció de la dinàmica	Exercici sobre l'evolució històrica dels drets de les dones i la igualtat de gènere a l'Estat espanyol i a Catalunya.
Durada	60 minuts
Objectius	• Reflexionar sobre els drets de les dones des d'una perspectiva històrica. • Valorar els assoliments aconseguits a través de les reivindicacions del moviment feminista.
Material necessari	Fitxa 5-6-7: Línia del temps feminista i agraeix-ho a una feminista. Papers grans amb un dibuix de la línia del temps feminista (fitxa 5) Paperògraf i retolador Targetes/cartolines amb els fets històrics escrits (es poden extreure de la fitxa 6) Pasta adhesiva per penjar les targetes a la línia del temps Còpies de la fitxa 6 per a totes les persones participants Llibreta personal Bolígrafs Cola d'enganxar
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora farà petits grups de treball de 5 persones com a màxim, i donarà a cada grup un paper gran amb una línia del temps dibuixada. A la fitxa 5 hi ha una proposta de línia del temps que va des del 1900 fins al 2015 i que està dividida en dècades. Per tal de contextualitzar l'activitat, a la línia del temps s'assenyalen els fets històrics més significatius del darrer segle a l'Estat espanyol: Primera i Segona Repúbliques, Dictadura Franquista, etc. 2. La facilitadora lliurarà a cada grup unes targetes amb frases que descriuen fets destacats en la història de les dones a Catalunya i l'Estat espanyol (A la fitxa 6 es proposen diverses frases). 3. La facilitadora demanarà a cada grup que llegeixi cada una de les targetes i que de forma conjunta reflexioni i decideixi on creu que s'ha de situar cada un dels fets a la línia del temps. Un cop acordat, cada grup enganxa les diferents targetes a la dècada corresponent. 4. Una vegada tots els grups hagin situat els fets històrics a la línia del temps, la facilitadora promourà la posada en comú i la reflexió conjunta sobre els resultats. A la fitxa 6 es detallen les dates en què han tingut lloc cada un dels fets, per tal de saber on ubicar-los correctament a la línia del temps. Algunes preguntes per guiar el debat del grup poden ser: - Us ha sorprès algun d'aquests fets? Pensàveu que havia passat abans? Després? - Coneixeu el paper del moviment feminista en el reconeixement d'aquests drets? I en la denúncia i lluita contra les violències i altres situacions discriminatòries que pateixen les dones? - Alguns drets es poden aconseguir però també es poden tornar a perdre. Reflexionar sobre la importància de tenir sempre presents les lluites passades i actuals per no perdre aquests drets. Com a conclusió, i per tal de reflexionar sobre la importància del feminisme en l'assoliment dels drets de les dones, es pot facilitar el text "Agraeix-ho a una feminista" (fitxa 7). Aquest full l'enganxaran a la llibreta personal.

Consells per a la facilitació a Can Llupià	És important transmetre a les persones participants que no es tracta de cap “examen d'història” i que no passa res si no saben situar els fets en la línia del temps. L'activitat és una oportunitat per poder parlar dels drets de les dones i la igualtat de gènere, i veure que, en molts casos, són drets reconeguts molt recentment i alguns sovint discutits. També és important explicar a les persones participants que es tracta d'una línia del temps que se situa a l'Estat espanyol, però que podria dur-se a terme a qualsevol país. El model de línia del temps proposat a la fitxa 5 pot ser adaptat, afegint-hi dades sobre la situació de les dones i els seus drets en altres països o informació d'altres fets posteriors al 2015 o que es considerin interessants per al grup. Considerem que és una dinàmica que necessita un cert nivell de coneixement i de capacitat de concentració. Per això també es pot utilitzar de forma fragmentada, treballant alguns dels temes específics sense abastar el conjunt de la dinàmica.
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)

2. Sexualitat, drets sexuals i reproductius i identitats sexuals

Conceptes i idees clau

Sexe, sexualitat, orientació sexual, drets sexuals i reproductius, cossificació, LGTBfòbia i pressió i control social, intersexual i transsexual

Objectius

- Analitzar i avaluar els prejudicis de gènere en relació amb la sexualitat
- Qüestionar les identitats de gènere
- Ajudar les noies a prendre consciència que cada persona és única
- Fomentar entre les noies joves una autoimatge i avaluació saludables

Introducció conceptual

Sexe: Conjunt de les peculiaritats bioquímiques, fisiològiques i orgàniques que divideixen els individus d'una espècie en mascles i femelles i fan possible entre ells, mitjançant els adequats processos de conjugació o fecundació, una periòdica modificació de la informació genètica.

Sexualitat: És aquella manera de comportar-se respecte a l'instint sexual i a la seva satisfacció. Respon a un concepte més ampli que el sexe i abasta més dimensions de l'ésser humà (hi interactuen factors biològics, psicològics, socioeconòmics, culturals, ètics, religiosos i d'elecció personal).

Orientació sexual: És aquella atracció sexual i amorosa per persones en funció d'un i/o altre sexe. L'orientació sexual és diferent de la conducta o pràctiques sexuals: les persones poden expressar o no la seva orientació sexual en les seves pràctiques (ex.: es pot ser homosexual i tenir pràctiques heterosexuals).

Drets sexuals i reproductius: Drets que tota persona té per decidir lliurement amb qui, quan i com té relacions sexuals, si vol tenir o no fills i filles, quants en vol tenir, disposar d'informació sexual i de planificació familiar, disposar de mètodes anticonceptius de fàcil accés, dret a no ser sotmesa a violència ni a explotació sexual, dret a no ser sotmesa a pràctiques de mutilació genital, dret a elegir la parella, dret a ser o no sexualment activa, dret a la confidencialitat de l'ús de serveis de salut sexual, etc. Suposa que les persones assumeixen de manera compartida les responsabilitats i conseqüències que es deriven dels seus comportaments sexuals.

Cossificació: És quan es pensa i es converteix les dones en objectes merament sexuals a disposició dels homes. Els exemples més clars de cossificació de les dones són els anuncis televisius i impresos que tenen com a objectiu vendre algun producte utilitzant el cos de les dones com a objecte a ser explotat i exposat al servei del producte en venda en qüestió (alcohol, tabac, cotxes). Aquesta cossificació posa sovint l'èmfasi en zones concretes dels cossos de les dones com són els llavis, els pits i altres zones considerades eròtiques.

LGBTfòbia: Rebuig i discriminació cap a lesbianes, gais, transsexuals i bisexuals. De vegades s'hi afegeix QI (LGTBQI) per incloure persones queer i intersexuals.

Pressió i control social: El control i la pressió social són el conjunt de normes, mecanismes i regulacions que la societat desenvolupa per mitjà de diferents agents o instruments per garantir l'acceptació i el compliment de les normes, valors i pautes de conducta. En el cas de les dones/noies, les pressions socials tenen a veure

amb el sistema patriarcal que marca les normes i els comportaments d'homes i dones i en facilita i fomenta les desigualtats i discriminacions de gènere.

Intersexual: Persones que tenen uns trets sexuals que no es corresponen amb els de les típiques categories home o dona, i que socialment es consideren trets “ambigus” o “mixtos”.

Transsexual: Persones que se sotmeten, per via hormonal o quirúrgica, a un procés de canvi de sexe (procés de reassignació sexual). Per exemple, la vaginoplàstia és una cirurgia de transformació del penis en vagina.

Indicacions per a la facilitadora (facilitador)

- 1.** Els temes relacionats amb la sexualitat són personals i privats i, per tant, tot allò que es faci en relació amb aquest àmbit versarà sobre experiències personals. Cal que la facilitadora tingui predisposició i sensibilitat quant a aquests temes per fer-ne un bon abordatge, preventiu i sensibilitzador.
- 2.** Si el grup presenta dificultats a l'hora de parlar amb llibertat sobre sexualitat i orientació sexual, pot ser d'utilitat treballar en grups reduïts. El treball en grup permetrà a les joves mantenir cert espai personal.
- 3.** És important iniciar les sessions amb definicions de sexe, sexualitat de forma conjunta. Facilitarà parlar en marc teòric i de referència comú.
- 4.** També s'haurà de tenir en compte l'edat de les joves i la seva procedència.
- 5.** Caldrà que la facilitadora posi en qüestió els seus propis estereotips referent a la sexualitat, alhora que haurà de gestionar bé els estereotips de les joves tot proporcionant informació vàlida i així desmuntar mites entorn del tema.

43

RELACIÓ DE DINÀMIQUES

Número 11. Què en sé jo de sexe? Com és el meu cos?

Número 12. Estimada Anna

Número 13. Visionat vídeo Hollysiz - The Light

Número 14. Quina fantasia sexual tinc?

Número 15. Sexe i joves. La pressió social

QUÈ EN SÉ JO DE SEXE? COM ÉS EL MEU COS?

Número 11

Descripció de la dinàmica	Exercici de pluja d'idees sobre sexe, sexualitats i parts del cos. També preveu el dibuix de siluetes masculines i femenines i detectar-hi les zones erògenes. Dinàmica provada
Durada	60 minuts
Objectius	• Iniciar el tema de la sexualitat des d'allò que les noies saben • Identificar mites entorn de la sexualitat • Introduir el tema del plaer sexual
Material necessari	Paperògraf Retoladors de colors Cel·lo
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora pregunta en veu alta a les noies què és sexualitat, sexe i quines emocions s'impliquen en el sexe. Mentre les noies van aportant idees, la facilitadora (o una voluntària) va escrivint les diferents opinions, pensaments, sabers. 2. Després de la pluja d'idees es repassa tot allò que han anat dient les noies i es posen en clar conceptes i s'inicia un debat entorn de la sexualitat i els aspectes reproductius i d'orientació sexual. 3. A continuació, la facilitadora fa 2 grups i reparteix dos fulls grans i un retolador on les noies dibuixaran una silueta humana. 4. La facilitadora demana a les noies que dibuixin els òrgans sexuals i detectin les zones erògenes o de plaer. Es fomenta el posterior debat en grup i a continuació s'inicia amb totes les noies. 5. La facilitadora aprofita per introduir els conceptes de transsexualitat i intersexualitat i desmuntar mites entorn de la sexualitat masculina i femenina.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Després de la prova de la dinàmica se suggereix a la facilitadora que mantingui una actitud oberta i receptiva davant aquest tema per tal que les noies puguin sentir-se lliures i expressar el que pensen, si volen, sobre les experiències sexuals que han viscut. Segons el perfil de les noies, el desenvolupament de la dinàmica serà més o menys fluid, ja que a vegades aquestes poden manifestar algunes resistències, bromes o comentaris. En aquest punt és important que la facilitadora sàpiga reconduir una possible situació torçada.
Font	Elaboració pròpia

ESTIMADA ANNA		Número 12
Descripció de la dinàmica	A partir de dos testimonis, es proposa reflexionar sobre les relacions abusives i els límits.	
Durada	30 minuts	
Objectius	• Promoure que les joves desenvolupin l'empatia, la comunicació assertiva i l'autoestima • Fomentar la presa de decisió i el pensament crític i l'actitud constructiva	
Material necessari	Fitxa 8 Retoladors Pissarra	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora explica a les noies adolescents i joves que per al desenvolupament de la dinàmica hauran d'imaginar-se que són professionals de la comunicació que gestionen un blog i que donen consells a les persones que escriuen demanant respostes a preguntes. 2. La facilitadora demana que una voluntària llegeixi en veu alta la primera carta. Un cop totes les joves han escoltat la carta, la facilitadora demana opinions sobre què li dirien a la persona que ha escrit la carta. Per guiar el debat es poden fer servir les preguntes següents: - Creieu que la noia hauria de parlar amb el seu company sobre les dificultats en la relació? - Creieu que està obligada a seguir amb la relació? - Creieu que convindria, a la noia o a la seva parella, demanar ajuda a una persona adulta? 3. La facilitadora fomenta el debat entre les noies i les anima a pensar en consells assertius i realistes. Mentre ho fa haurà de treballar també els estereotips de gènere que vagin apareixent.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Aquesta dinàmica fomenta l'empatia cap a les altres i ofereix l'oportunitat de poder parlar de situacions de malestar de forma indirecta i sense haver de posicionar-se en primera persona. La facilitadora ha de donar màxima autoritat a les noies ja que elles són les expertes que han de donar l'opinió i aconsellar. Se suggereix no qüestionar cap opinió sinó que el que cal és acollir-les i integrar-les a les opinions de totes.	
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)	

VISIONAT VÍDEO HOLLYSIZ - THE LIGHT

Número 13

Descripció de la dinàmica	Visionat d'un curt on un nen vol viure lliurement la seva identitat de gènere. Dinàmica provada
Durada	20 minuts
Objectius	• Fomentar el respecte i l'empatia • Treballar les múltiples identitats de gènere • Reflexionar sobre la socialització del gènere
Material necessari	Ordinador Projector Altaveus Connexió a internet Llibreta personal
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora explica que la dinàmica consisteix a visualitzar un vídeo sobre un nen amb una identitat diferent. Hollysiz-The Light https://www.youtube.com/watch?v=Cf79KXBCIDg 2. Es projecta el vídeo (durada 3 minuts) 3. A continuació la facilitadora demana l'opinió que tenen del vídeo que han vist i que escriguin a la llibreta com s'han sentit mirant el vídeo, i com se sentirien si fossin elles el nen. Es dóna l'opció de fer-ho a partir de dibuixos. 4. La facilitadora convida les noies que vulguin a compartir en veu alta sentiments i reflexions.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Arran de la prova de la dinàmica, pensem que com que el personatge del vídeo és un nen d'uns 6-8 anys (i no una persona adolescent) provoca en les noies un sentiment de cura i protecció. És important en la dinàmica anar més enllà d'aquest sentiment i acceptar de l'altre/a la seva identitat de gènere i orientació sexual, tingui l'edat que tingui. Cal que la facilitadora demani un discurs respectuós cap a totes les expressions identitàries per lluitar contra la LGTBfòbia i per no generar possibles conflictes a la unitat de convivència.
Font	Elaboració pròpia

QUINA FANTASIA SEXUAL TINC?		Número 14
Descripció de la dinàmica	Exercici que consisteix a escriure o dibuixar a la llibreta personal una fantasia sexual que les faci sentir bé. Dinàmica provada	
Durada	30 minuts	
Objectius	• Parlar lliurement i sense tabús de sexe • Potenciar la creativitat i la imaginació • Reflexionar sobre la socialització del gènere	
Material necessari	Llibreta Bolígrafs Retoladors de colors Música relaxant	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora demana a les noies que imaginin o recordin durant dos minuts una situació sexual plaent. 2. Es demana a cada noia que agafi la seva llibreta i un bolígraf. 3. A continuació la facilitadora explica a les noies que han de fer com si fossin escriptors professionals de novel·la eròtica i sexual i que descriguin/dibuixin la seva fantasia sexual amb pèls i senyals. 4. La facilitadora convida les noies que vulguin a compartir en veu alta la seva fantasia.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Un cop provada la dinàmica, es va poder detectar que les noies viuen la sexualitat de formes molt diverses i també la viuen segons el seu grau de maduresa. No obstant això, en moltes de les fantasies sexuals escrites per part de les noies, apareix l'amor romàntic i el sexe lligat a l'amor. D'altra banda, en la situació en què es troben les noies de Can Llupià, és important tractar el tema amb molta cura, ja que la sexualitat es viu plenament només en situació de llibertat. També s'ha de dedicar especial atenció a les diferents edats de les noies i als seus moments maduratius i vivències sexuals.	
Font	Elaboració pròpia	

SEXE I JOVES. LA PRESSIÓ SOCIAL

Número 15

Descripció de la dinàmica	Exercici de debat per prendre consciència sobre la presa de decisions en la pròpia sexualitat.
Durada	60 minuts
Objectius	• Debatre sobre com influencia la pressió social en la presa de decisions en les seves relacions socials. • Analitzar com poden fer front les noies a la pressió social per tal de poder decidir lliurement i estar informades sobre la pròpia sexualitat.
Material necessari	Fitxa 9: Sexe i joves: la pressió social Una pilota petita
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora demana a les noies que es col·loquin en cercle, explica que llançarà una pilota petita a alguna i a l'atzar i que aquesta haurà de respondre a un enunciat que la facilitadora llegirà. 2. Un cop la facilitadora ja ha llançat la pilota i ha llegit l'enunciat, la jove tindrà entre 30 segons i un minut per contestar i explicar què faria ella en una situació com aquella. La facilitadora continua llançant la pilota fins que totes les noies han intervingut com a mínim una vegada. 3. Un cop finalitzada l'activitat, la facilitadora demana a les noies que s'asseguin i s'inicia un debat grupal sobre els enunciats i les respostes donades. Les preguntes que poden guiar el debat són: - Què creus que passaria si reaccionessis així? - Què creus que passaria si actuessis segons la pressió social? Com et sentiries? 4. La facilitadora tanca el debat amb les conclusions més importants de l'exercici.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora ha de conèixer el concepte de pressió social, què és i com funciona. Ha de saber detectar i fer reflexionar les noies sobre xantatge emocional, manipulació, etc. S'ha de treballar el concepte de pertinença al grup com a pressionador d'actuacions possiblement no desitjades. Cal treballar l'autonomia, la presa de decisions.
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)

3. Relacions amoroses i mites de l'amor romàntic

Conceptes i idees clau

Amor, amor romàntic, mites de l'amor romàntic, relacions abusives

Objectius

- Fomentar les relacions lliures i sanes
- Dotar d'eines a les noies per identificar les relacions abusives
- Capacitar per construir relacions saludables i lliures de violència basades en la igualtat de gènere
- Desconstruir la concepció romàntica de l'amor
- Prevenir la violència masclista

Introducció conceptual

Amor: És un gran afecte cap a altres persones, objectes o éssers

Amor romàntic: Model de relació amorosa basat en una barreja de desig emocional i sexual (a diferència de l'amor platònic, que se centra en el vessant espiritual, o dels matrimonis arreglats/pactats per la família). Entre les seves característiques i creences hi trobem: la idealització de l'altra persona, l'entrega total a l'altra persona, el desig de presència constant, l'amor com a element central de l'existència humana, el perdó i la justificació de qualsevol comportament en nom de l'amor, la llibertat d'elecció de parella, la vinculació d'amor i sexe, l'exclusivitat sexual, la capacitat de l'amor per triomfar davant qualsevol adversitat, la presumpció d'heterosexualitat, la presumpció d'amor etern, la consideració que la gelosia és un signe d'amor, la vinculació d'amor i patiment, la consideració que l'amor és cec...

49

Mites de l'amor romàntic

Mite de la mitja taronja: Creença que escollim la parella que teníem predestinada d'alguna forma, i que és l'única elecció possible. És aquella que em complementa.

Mite de l'aparellament: Creença que la parella heterosexual és universal i natural.

Mite de l'exclusivitat: Creença que és impossible estar enamorat/ada de dues persones a la vegada.

Mite de la fidelitat: Creença que tots els desitjos passionals, romàntics i eròtics han de satisfer-se exclusivament amb una única persona, la pròpia parella.

Mite de la castedat o de la sexualitat: Creença que la sexualitat és quelcom brut i pecaminós.

Mite de la gelosia: Creença que la gelosia és una mostra d'amor, la gelosia és un requisit indispensable en el veritable amor. Aquest mite s'utilitza com a justificació de comportaments abusius, violents, possessius, represius, injustos, egoistes...

Mite de l'equivalència: Creença que "l'amor" i "l'enamorament" són equivalents. Implica no reconèixer la diferència entre els dos conceptes, i no reconèixer com a natural la transformació de sentiments al llarg del temps, o viure-la de forma traumàtica.

Mite de l'omnipotència: Creença que “l'amor ho pot tot”, i que és suficient un gran amor per solucionar tots els problemes interns i externs que vinguin... per canviar el caràcter, la personalitat, la forma de vestir, o vicis de les persones. Aquest mite ha fet mal, especialment en les relacions de violència masclista, creant fils invisibles que fomenten la dependència emocional.

Mite del matrimoni o de la convivència: Creença que l'amor romàntic i autèntic ha de conduir necessàriament a la unió estable dels membres i que, per tant, la satisfacció sexual només s'ha de donar en el matrimoni. Això es contraposa a la passió, que és transitòria i comporta la decepció.

Mite de la passió eterna: Pensar que l'amor químic dels primers mesos es pot mantenir durant anys de convivència.

Relacions abusives

Les relacions abusives són conductes possessives i violentes que la cultura patriarcal ha legitimat associant-les a la passió i l'amor, i que poden aparèixer a les primeres relacions sentimentals. Si no s'identifiquen i detecten, poden portar directament a relacions violentes.

Indicacions per a la facilitadora (facilitador)

1. Els temes relacionats amb l'amor i les múltiples formes de relacionar-nos són molt personals i sovint, per com ens hem socialitzat, doloroses. Cal que la facilitadora tingui predisposició i sensibilitat a acollir i sostenir les noies que sentin dolor o malestar davant aquests temes.
2. És important iniciar les sessions amb definicions d'amor, relacions, bones i dolentes, per tal que les pròpies noies construeixin discurs i defineixin els conceptes que s'aniran treballant al llarg d'aquest bloc.
3. La facilitadora haurà de ser una gran observadora, ja que en tractar-se d'amor i possibles relacions abusives i no sanes, pot portar a la descoberta de possibles víctimes de violència masclista. Caldrà que la facilitadora estigui o hagi estat familiaritzada a detectar-la i que pugui fer un traspàs als altres membres de l'equip en cas que ho consideri oportú (psicòleg/òloga, tutor/a...).
4. També s'haurà de tenir en compte l'edat de les joves i la procedència.
5. Caldrà que la facilitadora posi en qüestió els propis estereotips en relació amb com viu ella l'amor i les relacions amoroses.

RELACIÓ DE DINÀMIQUES

Número 16. Què és amor? Com ens enamorem dones i homes?

Número 17. La recepta de les relacions

Número 18. Visionat del curt Doble Check, de Paco Caballero

Número 19. Llum verda, llum vermella

Número 20. Cançons d'amor i desamor

QUÈ ÉS AMOR? COM ENS ENAMOREM DONES I HOMES?		Número 16
Descripció de la dinàmica	Exercici de pluja d'idees sobre amor, relacions, tipus d'enamorament, segons si ets dona o home. Dinàmica provada	
Durada	60 minuts	
Objectius	• Iniciar les noies en el tema de l'amor des dels seus coneixements i experiències • Identificar relacions no sanes • Conèixer els mites de l'amor romàntic	
Material necessari	Fitxa 10: Els mites de l'amor romàntic Pissarra Retolador Llibreta personal Bolígrafs	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora pregunta en veu alta a les noies què és amor, si alguna vegada han estat enamorades i què ha passat i què han sentit quan ho han estat. 2. Després de la pluja d'idees es repassa tot allò que han anat dient les noies i es posen en clar conceptes i s'inicia un debat entorn dels mites de l'amor romàntic (fitxa 10) 3. A continuació, la facilitadora fa 2 grups i reparteix la fitxa de mites i demana que identifiquin i debatin de forma grupal sobre els mites que han pogut viure, pensar o experimentar. 4. La facilitadora demana a les noies que dibuixin a la llibreta personal l'amor i que les que vulguin comparteixin i expliquin com l'han representat. 5. La facilitadora aprofita per introduir els conceptes d'amor entre persones del mateix sexe, de diferents edats, d'altres cultures, etc.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Hem observat que és important que la facilitadora doni l'espai necessari per tal que les noies expressin els seus interessos i inquietuds respecte d'aquest tema. Després de la prova de la dinàmica hem pogut observar que la majoria de noies ha tingut relacions no sanes i, per tant, abusives. Cal que la facilitadora en prengui consciència per aturar-se i treballar-ho amb més cura i temps, si s'escau. L'espai de la tutoria ofereix la possibilitat d'aprofundir en aquells casos que es consideri necessari. La facilitadora atorga autoritat a les noies i així valora les seves experiències i opinions des de l'horitzontalitat i sense voler imposar conceptes. No obstant això, s'ha de saber també quins són els elements que volem treballar i quins missatges transmetre, com per exemple, qüestionament de l'amor romàntic, mites, etc.	
Font	Elaboració pròpia	

LA RECEPTE DE LES RELACIONS

Número 17

Descripció de la dinàmica	Exercici per posar en valor les relacions sanes d'amor i d'amistat. Dinàmica provada
Durada	30 minuts
Objectius	• Posar en valor l'amistat i l'amor des de les relacions sanes • Pensar en les coses que es valoren d'una relació • Treball conjunt de la recepta de les relacions • Fomentar la cohesió grupal i la pertinença al grup
Material necessari	Fitxa 11: La recepta de les relacions Llibreta personal Trossos de full Recipient que simbolitzi una olla Llibreta personal Bolígrafs
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora explica que la dinàmica que es farà a continuació versa sobre les relacions importants, i explica que no només són les d'amor sinó també les d'amistat. La facilitadora convida les noies a inventar la recepta de les relacions. 2. La facilitadora demana a les noies que de forma individual escriguin en un tros de paper l'ingredient que no pot faltar en una recepta de l'amor/la relació. 3. A continuació, i un cop les noies ja han escrit el seu ingredient i dipositat el paper a l'olla, la facilitadora agafa els trossos de paper i va anotant els ingredients a la pissarra. 4. La facilitadora demana a les noies que facin l'exercici de convertir tots aquells ingredients en una bona recepta. 5. De forma grupal es completa la recepta amb els ingredients que falten. 6. La facilitadora regala a les noies la recepta de les relacions (fitxa 12) 7. Es convida les noies a enganxar la recepta de l'amor a la llibreta alhora que a escriure la que han elaborat entre totes.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora pot introduir també ingredients no positius però sí reals com poden ser la discussió, el desencontre puntual i la diversitat de parers. Ja que les noies han d'escriure la recepta a la llibreta, pot ser un bon recurs per utilitzar en altres moments per recordar a les noies què volen en les seves relacions d'amor.
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)

VISIONAT DEL CURT DOBLE CHECK, DE PACO CABALLERO		Número 18
Descripció de la dinàmica	Visionat d'un curt en què una parella discuteix sobre control al mòbil. Dinàmica provada	
Durada	30 minuts	
Objectius	• Facilitar la reflexió sobre control • Informar sobre ciberassetjament i altres formes de control a partir de les TIC • Promoure un bon ús de les TIC lliure de control • Posar en valor la confiança en les relacions	
Material necessari	Ordinador Projector Altaveus Connexió a internet	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora explica que la dinàmica consisteix a visualitzar un curt sobre una parella que discuteix en un bar. Doble Check https://www.youtube.com/watch?v=8tmB-wF_I3c 2. Es projecta el vídeo (durada 3 minuts) 3. A continuació la facilitadora demana l'opinió que tenen del vídeo que han vist i que expliquin situacions similars amb les altres xarxes socials. 4. La facilitadora convida les noies que vulguin a compartir en veu alta sentiments i reflexions. 5. La facilitadora informa dels riscos del ciberassetjament.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Segons l'experiència duta a terme a Can Llupià, hem de ser conscients que sovint les noies poden empatitzar més amb el noi que amb la noia. Llavors és important tenir clars els missatges que es volen transmetre respecte del control i la privacitat.	
Font	Elaboració pròpia	

LLUM VERDA, LLUM VERMELLA

Número 19

Descripció de la dinàmica	Activitat per treballar les característiques de les relacions saludables i no saludables.
Durada	30 minuts
Objectius	- Promoure el debat sobre què no és sa i què sí que ho és. - Estimular el respecte, la confiança, la comunicació i la consciència d'una mateixa.
Material necessari	Fitxa 12: Llum verda, llum vermella Pissarra Bolígrafs
Desenvolupament de la dinàmica	- La facilitadora explica al grup que buscaran qualitats i conductes de les relacions i conjuntament decidiran si són bones/saludables (llum verda), preocupants (llum taronja) o no saludables (llum vermella). - La facilitadora divideix el grup en dos i entrega a cada grup un nombre idèntic de targetes. - Cada grup decideix quines qualitats posaria en relació amb cada color - La facilitadora inicia un debat entorn de les qualitats saludables i les no saludables.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Depenent de la vivència i els coneixements de les noies, la facilitadora haurà de posar més o menys èmfasi en determinats elements com ara la gelosia, els límits, la confiança, etc.
Font	Adaptada de SURT. Fundació de Dones (2014)

CANÇONS D'AMOR I DESAMOR		Número 20
Descripció de la dinàmica	Demandar a les noies les seves cançons d'amor i desamor preferides i treballar-ne el contingut. Dinàmica provada.	
Durada	45 minuts	
Objectius	• Posar en valor els seus gustos i preferències • Analitzar cançons d'amor i desamor • Identificar sexisme i relacions no sanes • Prevenció de la violència masclista	
Material necessari	Ordinador Projector Altaveus Connexió a internet Llibreta personal	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora explica que la dinàmica consisteix que cada noia escrigui a la seva llibreta una cançó d'amor i una altra de desamor. 2. Un cop identificades i escrites, hauran d'analitzar en grups de tres la lletra de les cançons (que si no les saben les podran buscar a internet). 3. La facilitadora demana que busquin de les cançons els punts forts/sans i els punts febles/no sans i que en detectin els mites que hi apareixen. 4. La facilitadora detecta quines cançons són les més escollides i es fa una sessió de ball. 5. La facilitadora fa un resum de les conclusions de la dinàmica aportant que les cançons d'amor són sexistes i que sovint són plenes d'estereotips. 6. Per finalitzar, s'aporten exemples de cançons en positiu, com per exemple "Ella", de Bebe.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Hem pogut observar que, encara que el ball no serveix específicament per treballar la sensibilització, és una eina útil per rebaixar tensions i cohesionar el grup. També serveix per connectar amb el propi cos i expressar-se a través d'ell. En general són fonamentals, també, les estones d'oci.	
Font	Elaboració pròpia	

4. Violències masclistes

Conceptes clau

Violència, violència simbòlica, violència masclista, formes que pren la violència masclista, àmbits (vegeu descripció ampliada en l'apartat marc conceptual)

Objectius

- Explorar i reflexionar sobre les pròpies experiències de violència
- Millorar el coneixement que tenen les noies sobre el fenomen de la violència masclista en relació amb les causes, les conseqüències i l'impacte
- Facilitar eines per afrontar possibles casos de violència masclista

Introducció conceptual

Violència simbòlica: La violència simbòlica és l'expressió més estructural del patriarcat, fenomen històric i cultural que comporta un sistema de valors basat en l'intent secular de dominació de les dones i que estableix mecanismes de poder consensuats a través d'una ideologia que legitima i mitifica l'opressió.

Violència masclista: Aquella que s'exerceix contra les dones com a manifestació de la discriminació i de la situació de desigualtat en el marc d'un sistema de relacions de poder dels homes sobre les dones i que, produïda per mitjans físics, econòmics o psicològics, incloses les amenaces, les intimidacions i les coaccions, tingui com a resultat un dany o un patiment físic, sexual o psicològic, tant si es produeix en l'àmbit públic com en el privat.

56

Les formes són:

- Violència física
- Violència psicològica
- Violència sexual i abusos sexuals
- Violència econòmica

Els àmbits on es manifesta la violència masclista són:

1. Violència en l'àmbit de la parella
2. Violència en l'àmbit familiar
3. Violència en l'àmbit laboral
 - Assetjament per raó de sexe
 - Assetjament sexual
4. Violència en l'àmbit social o comunitari
 - Agressions sexuals
 - Assetjament sexual
 - Tràfic i explotació sexual de dones i nenes
 - Mutilació genital femenina o risc de patir-la
 - Matrimonis forçats
 - Violència derivada de conflictes armats
 - Violència contra els drets sexuals i reproductius de les dones

Indicacions per a la facilitadora (facilitador)

- 1.** És molt important que les persones que faciliten processos amb noies, i tracten sobre el fenomen de la violència masclista tinguin un ampli coneixement sobre el fenomen en si mateix, de manera que ens puguem assegurar que la facilitadora en coneixerà les causes estructurals, les conseqüències, les formes i manifestacions que pren i l'impacte que provoca sobre la vida de les noies/dones.
- 2.** Caldrà que la facilitadora doni suport a les noies que poden no estar reconeixent algunes manifestacions de violència com a tal.
- 3.** Acompanyar i informar les joves en la detecció de la violència i com prevenir-la tot evitant situacions de possibles riscos.
- 4.** Caldrà que la facilitadora sigui coneixedora dels diferents recursos on derivar possibles noies víctimes de violència masclista.
- 5.** És important que la facilitadora informi al grup que poden abandonar la sessió (temporalment) si els temes que s'estan tractant tenen un impacte dur que els genera malestar.

RELACIÓ DE DINÀMIQUES

Número 21. Què en saps de la violència masclista?

Número 22. L'iceberg de la violència masclista

Número 23. Anàlisi de casos

Número 24. Sección Femenina

Número 25. Com abordar la violència masclista. Recursos

QUÈ EN SAPS DE LA VIOLÈNCIA MASCLISTA?

Número 21

Descripció de la dinàmica	Exercici de pluja d'idees sobre què és violència masclista, de gènere? Dinàmica provada
Durada	45 minuts
Objectius	• Definir violència masclista • Iniciar les noies en el fenomen de la violència masclista • Conèixer les formes que pren i els àmbits on es manifesta • Facilitar informació
Material necessari	Pissarra Retolador Llibreta personal Bolígrafs
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora procura explicar la importància del respecte en relació amb un tema tan complicat com és la violència masclista abans de començar la dinàmica. 2. La facilitadora demana que en parelles o grups de tres descriguin: - Què és la violència masclista? - Com es manifesta? - Què es pot fer per erradicar-la? 3. Després de la pluja d'idees es repassa tot allò que han anat dient les noies i es posen en clar conceptes i s'inicia un debat entorn de la violència masclista. Les idees i paraules clau es van anotant a la pissarra. 4. La facilitadora explica l'evolució que ha fet el concepte des del crim passional a la violència masclista i demana a les noies que expressin quina nomenclatura els interessa més o s'hi senten més identificades. 5. La facilitadora demana a les noies que dibuixin a la llibreta personal una representació de violència masclista o que descriguin què els provoca. 6. La facilitadora aprofita per explicar l'existència de la línia telefònica 900 900 120, on es pot trucar 365 dies/24 hores.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Començar a tractar el tema amb una pluja d'idees és útil per entendre quin és el nivell de comprensió del fenomen i així ajustar els discursos i la resta de la sessió. En cas que apareguin vivències de violència, la facilitadora (que no terapeuta) haurà d'observar si és pertinent, o no, que la noia exposi la seva experiència. En cas que sigui necessari un abordatge individualitzat i especialitzat, la facilitadora suggerirà a la noia parlar-ho en un altre moment i lloc.
Font	Elaboració pròpia

L'ICEBERG DE LA VIOLÈNCIA MASCLISTA		Número 22
Descripció de la dinàmica	Exercici molt visual per conèixer la violència no tolerada (assassinats, cops) i la tolerada (insults, humiliacions, etc.). Dinàmica provada	
Durada	60 minuts	
Objectius	- Identificar la violència masclista - Promoure el debat entorn del fenomen de la violència masclista i el seu component estructural	
Material necessari	Fitxa 13: L'iceberg de la violència Ordinador Projector Bloc de notes adhesives Bolígrafs	
Desenvolupament de la dinàmica	- La facilitadora demana a les noies que reflexionin davant la imatge de l'iceberg en relació amb dos enunciat. - Violència no tolerada - Violència socialment tolerada - Després, la facilitadora demana que s'escriuin en les notes adhesives exemples concrets de com es manifesta aquella que no és socialment tolerada, i que per tant és denunciada, i sobre la que és socialment tolerada. - Un cop escrites les manifestacions, les han d'ubicar en no tolerada o en socialment tolerada. - Un cop les notes adhesives col·locades, cal analitzar i ordenar el perquè de l'existència de la violència masclista a la societat. - La facilitadora anima les noies a denunciar-la i a no patir-la.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Caldrà que la facilitadora porti exemples concrets d'algunes manifestacions de les diferents formes de la violència masclista per poder apropar-nos a una definició comuna. De totes maneres, i després de la prova de la dinàmica, les noies són coneixedores de molts exemples. Només cal que la facilitadora acompanyi per anomenar de forma apropiada.	
Font	Elaboració pròpia	

ANÀLISI DE CASOS

Número 23

Descripció de la dinàmica	Anàlisi de casos pràctics Dinàmica provada
Durada	45 minuts
Objectius	• Analitzar els tipus de violència que apareixen en els casos • Fomentar l'empatia • Apoderar per buscar solucions i vies de sortida a la violència masclista
Material necessari	Fitxa 14: Anàlisi de casos Pissarra Retolador
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora divideix el grup en dos i reparteix a cadascun dels grups un cas (fitxa 14). 2. Les noies, en grup reduït, llegeixen el cas que els ha tocat. 3. La facilitadora anota a la pissarra les preguntes per a l'anàlisi dels casos: - Què us sembla aquesta situació? - Pot ser real? - Què podríem fer si fóssim la persona protagonista? - Què faríem si fos una amiga o un amic? - Com creieu que acabarà la història? - Coneixeu alguna història similar? 4. A continuació la facilitadora demana que en petits grups es doni resposta a aquestes preguntes i posin en joc tot allò après i parlat durant les sessions. 5. Per últim, cada grup llegeix en veu alta el cas i comparteix en veu alta les respostes a les preguntes plantejades.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Cal donar pautes durant el debat a partir de les preguntes plantejades abans, ja que és un tema que requereix respecte i àmplia comprensió estructural del fenomen.
Font	Elaboració pròpia

SECCIÓN FEMENINA		Número 24
Descripció de la dinàmica	Anàlisi de fragments d'alguns textos de la Sección Femenina. Dinàmica provada	
Durada	30 minuts	
Objectius	• Esbrinar les causes estructurals de la violència masclista • Denunciar la desigualtat de gènere i la manca de drets de les dones • Analitzar el paper de les dones durant una època històrica determinada	
Material necessari	Fitxa 15: Sección Femenina Llibreta personal Bolígrafs	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora divideix el grup en tres subgrups i reparteix un fragment de la Sección Femenina a cada grup. 2. Cada grup analitzarà el paper de les dones i les possibles relacions directes i vigències actuals d'aquests rols. 3. La facilitadora conduirà el debat amb una doble finalitat: - Observar tots els drets assolits - Constatar que encara avui hi ha moltes desigualtats de gènere que perjudiquen les dones. 4. La facilitadora aprofita per introduir els conceptes de justícia, ciutadania de ple dret i equitat de gènere. 5. Per últim, s'analitzen les imatges/missatges de la Sección Femenina i l'escollida es retalla i s'enganxa a la llibreta.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora pot preguntar a les noies sobre les vides de les dones de la seva família i com aquestes van ser receptores d'aquest tipus de missatges. En el cas de noies d'altres i diferents procedències, la dinàmica ofereix la possibilitat de conèixer situacions diferents a les d'ara i poden identificar els punts en comú d'abans, actuals i de diferents llocs.	
Font	Elaboració pròpia	

COM ABORDAR LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

Número 25

Descripció de la dinàmica	Joc de rol
Durada	45 minuts
Objectius	• Facilitar eines per a la comunicació assertiva • Promoure la cohesió grupal • Fomentar una comunicació verbal oberta de rebuig a la violència masclista • Transmetre informació sobre com abordar la violència
Material necessari	Taula i cadires Fulls blancs i bolígrafs
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora disposa una taula i dues cadires en un espai central de la sala i demana dues voluntàries per fer el joc de rol. Una serà l'amiga que escolta i l'altra serà la que està patint episodis de violència masclista. 2. La facilitadora orienta les voluntàries sobre què i com fer el joc de rol i demana a les altres actitud analítica i observadora. Demana que analitzin la situació i anotin allò que creguin que pot ser motiu de ser parlat. 3. A continuació, la suposada víctima explica la seva situació a l'amiga, que actua segons indicacions de la facilitadora, amb actitud no empàtica, amb judici, amb moltes preguntes, culpabilitzant la víctima. 4. Després de la representació, la facilitadora demana a les noies l'anàlisi del joc de rol. De forma conjunta elaboren bones i males pràctiques en relació amb allò que han escoltat amb l'objectiu d'elaborar unes indicacions per ajudar una possible víctima. 5. Les orientacions que ha de donar la facilitadora són: - Escolteu activament i doneu credibilitat al testimoni - No qüestioneu mai la vivència de l'altra, no ataqueu l'agressor - No aïlleu la noia, intenteu de mantenir el contacte amb ella - Respecteu la privacitat de la noia - No pregunteu gaire - Dediqueu-li temps - No feu interpretacions - No us enfadeu amb ella - Escolteu-ne la demanda 6. Un cop les pautes d'actuació han estat elaborades per les noies, amb el suport de la facilitadora, es torna a fer el joc de rol aplicant aquestes pautes. 7. Per últim, cal reflexionar sobre el darrer joc de rol i observar les diferències amb el primer.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora ha de detectar les persones voluntàries que poden protagonitzar aquesta història i fer la demanda directa. S'ha de realitzar de forma molt dinàmica i involucrant el major nombre de persones per tal de mantenir viva l'atenció.
Font	Elaboració pròpia

5. Competències personals i emocionals (Bloc Transversal)

Conceptes clau

Empatia, respecte, consciència d'una mateixa, autoestima, competències emocionals, identitat, capacitats, autoimatge

Objectius

- Millorar les capacitats de les joves per comunicar-se, negociar, prendre consciència i gestionar conflictes
- Desenvolupar un millor coneixement d'elles mateixes i potenciar l'autoestima
- Promoure la presa de consciència de les competències emocionals i potenciar la imatge positiva de cadascuna

Introducció conceptual

Mitjançant les dinàmiques proposades en aquest apartat, les noies joves rebran suport per desenvolupar competències emocionals i habilitats de comunicació útils per tal d'aprendre a construir relacions sòlides i positives.

Entenem les competències com un conjunt integrat i complex de coneixements, capacitats, habilitats, destreses i actituds que es posen en joc –i es “mobilitzen”– en un context concret.

Les competències que s'abordaran seran:

- **Resolució de conflictes:** aprendre a resoldre un problema o desacords sense discutir. Saber com gestionar els conflictes d'una manera positiva amb l'objectiu de mantenir-se lluny de la violència, de sentir-se bé amb elles mateixes i aprendre a respectar les altres persones.
- **Bona comunicació:** aprendre a escoltar tenint en compte i respectant el punt de vista de l'altra persona.
- **Empatia:** aprendre a comprendre la situació de l'altra persona des de la perspectiva d'aquesta.
- **Confiança en si mateixa:** identificar les capacitats i recursos personals propis i reconèixer-los com a elements de gran eficàcia per tal de modificar situacions de la vida (personal, familiar i social, etc.).
- **Gestió de les emocions:** reconèixer, interpretar i saber gestionar les pròpies emocions i les de les altres.

Les competències emocionals clau per a la vida són:

- **Autoconeixement:** Consciència de les pròpies fortaleeses, valors i limitacions.
- **Autoconfiança:** Identificar les pròpies habilitats, recursos personals i donar-los valor com a elements de gran capacitat per transformar situacions de la pròpia vida.
- **Autonomia:** Capacitat per prendre decisions i actuar per una mateixa d'acord amb un criteri individual.
- **Gestió de les emocions:** Reconèixer, interpretar i gestionar les pròpies emocions per tal de generar respostes positives davant situacions d'estrès.
- **Negociació i gestió de conflictes:** Gestionar diferents interessos de forma constructiva i respectuosa.
- **Comunicació:** Comprendre, expressar i interpretar els missatges verbals, no verbals i escrits per interactuar en diferents comunitats culturals, mobilitzant les capacitats, les actituds i els coneixements necessaris per aconseguir una bona interacció i mantenir, així, relacions positives i constructives.
- **Pensament crític:** capacitat per pensar clarament i racionalment. Consisteix a desafiar consensos i adoptar punts de vista diferents dels majoritaris.
- **Treball en equip i cooperació:** capacitat per integrar-se i participar plenament en un grup de treball per aconseguir un objectiu comú.

Indicacions per a la facilitadora (facilitador)

- 1.** És necessari que la facilitadora procuri treure el millor de cada noia, tot fent un acompanyament serè i respectuós amb els propis processos vitals i experiencials de cada noia.
- 2.** Es recomana que al llarg de tot el programa es facin activitats específiques per tal de fomentar les competències emocionals que promoguin els canvis. El treball en grup és de facto un espai de comunicació, de relacions interpersonals, d'intercanvi mutu i de suport entre les joves.
- 3.** Serà tasca de la facilitadora ajudar les noies a desafiar les autopercepcions. La facilitadora captarà les percepcions positives per potenciar-les.
- 4.** Tal com ja s'ha comentat en apartats anteriors, reiterem la importància que la facilitadora participi de les activitats.

RELACIÓ DE DINÀMIQUES

Número 26. Què dius? No et sento o no t'escolto!

Número 27. No és no!

Número 28. Mercat d'intercanvi

Número 29. La meva vida d'aquí a 10 anys

Número 30. Carta a una persona amiga

QUÈ DIUS? NO ET SENTO O NO T'ESCOLTO!

Número 26

Descripció de la dinàmica	Dinàmica on es treballen aspectes comunicatius i d'escolta. Dinàmica provada
Durada	30 minuts
Objectius	• Facilitar eines per a la comunicació assertiva • Promoure la cohesió grupal • Ajudar les joves a reconèixer les pròpies competències
Material necessari	Pissarra Retoladors Llibreta personal Bolígrafs
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora escriu a la pissarra: Què és la comunicació? 2. Les noies descriuen com l'entenen elles i la facilitadora va anotant a la pissarra totes les idees. Un cop elaborada una definició de comunicació, la facilitadora demana a les noies que facin parelles per treballar. 3. La facilitadora explica que la dinàmica consisteix que una de les integrants parli (expliqui alguna cosa) mentre que l'altra el que fa és boicotejar l'altra mostrant desinterès, tallant la conversa, badallant... Es deixa un minut per persona i s'han d'intercanviar els papers (les dues integrants del grup han de ser emissores i receptores). 4. La facilitadora pregunta a les noies com s'han sentit quan no les escoltaven. De les conclusions, se n'extraurà que no és just no ser escoltada. La facilitadora demana que les noies escriguin a la seva llibreta com s'han sentit quan no eren escoltades en altres situacions i en altres relacions i què poden fer elles per millorar l'actitud i la capacitat d'escolta.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Aquesta dinàmica es pot introduir quan el grup està dispers o bé no està respectant les normes bàsiques de funcionament. La facilitadora haurà de posar en valor les competències que va detectant en les noies i haurà de fer possible l'anàlisi de l'escolta activa i empàtica. La facilitadora haurà de procurar que totes les noies tinguin espai i siguin reforçades positivament.
Font	Elaboració pròpia

NO ÉS NO!

Número 27

Descripció de la dinàmica	Dinàmica on es treballa el saber dir no, a partir de diferents formes de comunicar. Dinàmica provada
Durada	30 minuts
Objectius	• Facilitar eines per a la comunicació assertiva • Fomentar l'autonomia i la presa de decisions • Ajudar les joves a reconèixer les pròpies competències • Enfortir l'autoconeixement • Conèixer eines per evitar possibles agressions de caràcter sexual
Material necessari	Ordinador Canó Altaveus Connexió a internet
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora demana a les noies que facin dues files procurant tenir una companya davant. 2. A continuació, la facilitadora informa una de les files que haurà de dir no a qui tenen davant amb la mirada. Un cop fet, li toca el torn a l'altra membre de la parella. 3. Després es demana el mateix procediment amb un gest i posteriorment amb la paraula. 4. La facilitadora demana al grup que quan compti fins a tres totes es disposaran en cercle, es donaran les mans i ben fort cridaran un NO! 5. La facilitadora passa el vídeo de l'Spot No y 33.000 veces No.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Després de l'èxit d'aquesta dinàmica pensem que també es pot realitzar durant la sessió de treball de violència masclista. La facilitadora hauria de participar de forma activa d'aquesta activitat, per si hi ha alguna noia que no tingui parella d'activitat. És important saber contenir les emocions i l'energia que es desprenen de la mateixa dinàmica.
Font	Elaboració pròpia

MERCAT D'INTERCANVI		Número 28
Descripció de la dinàmica	Exercici on ofereixo quelcom que sé fer molt bé. Dinàmica provada	
Durada	45 minuts	
Objectius	• Facilitar eines per a la comunicació assertiva • Fomentar l'autoestima i l'autoconeixement • Facilitar la cooperació entre les noies • Ajudar les joves a reconèixer i posar en valor les pròpies fortaleeses	
Material necessari	Pissarra Retoladors Bloc de notes adhesives Paperògraf	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora explica a les noies que la dinàmica consisteix, primer, a pensar i detectar aquelles coses que les noies saben fer molt bé i, d'altra banda, coses que creguin que poden necessitar d'alguna companya. 2. La facilitadora reparteix fulls de notes adhesives i demana que en un dels fulls de notes hi escriguin què ofereixen i en l'altre què necessiten i el seu nom en ambdós. 3. La facilitadora haurà elaborat un full gran on en un costat hi diu: "Què ofereixo" i en l'altre hi posa: "Què necessito". 4. Les noies enganxen les notes adhesives on correspon, i quan ho han fet totes, llegeixen totes les notes i s'inicia una ronda d'intercanvis.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora haurà d'estar atenta i alerta per identificar també necessitats i posar en relació les noies. La convivència facilita aquesta dinàmica ja que l'intercanvi es pot donar en un altre espai fora del programa d'apoderament, com per exemple, fer trenes, o planxar el cabell.	
Font	Elaboració pròpia	

LA MEVA VIDA D'AQUÍ A 10 ANYS

Número 29

Descripció de la dinàmica	Descriure com serà la vida de cadascuna passats 10 anys. Dinàmica provada
Durada	30 minuts
Objectius	• Reflexionar sobre les expectatives de la vida • Considerar i qüestionar els estereotips de gènere que apareixen • Observar els canvis en les percepcions
Material necessari	Llibreta personal Bolígrafs Retoladors de colors Pissarra
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora convida les noies que s'imaginin d'aquí a 10 anys. Les preguntes que poden servir de guió, i que la facilitadora escriurà a la pissarra són: - Quants anys tindràs? - On viuràs? - On treballaràs? Què vas haver de fer per aconseguir aquest treball? - Estaràs soltera? Casada? Tindràs criatures? - Què li diries a una noia més jove que tu que et demana consell sobre què fer amb la seva vida? - Què creus que serà el millor de la teva vida? 2. Un cop les joves han acabat amb la seva futura història, l'explicaran a la resta del grup.
Consells per a la facilitació a Can Llupià	Després de la dinàmica es poden detectar molts estereotips i rols de gènere. La facilitadora haurà de posar i suggerir alguns exemples en cas de bloqueig d'alguna noia i donar suport en la redacció, si s'escau. La facilitadora haurà d'identificar els estereotips de gènere i, a tall de tancament i conclusió, desmuntar-los.
Font	Elaboració pròpia

CARTA A UNA PERSONA AMIGA		Número 30
Descripció de la dinàmica	Dinàmica de tancament del programa on es recullen les expectatives inicials i la valoració que se'n fa	
Durada	30 minuts	
Objectius	• Contrastar les expectatives inicials amb el final del programa • Avaluar el programa d'apoderament	
Material necessari	Fulls blancs Bolígrafs	
Desenvolupament de la dinàmica	1. La facilitadora demana a les participants que escriguin una carta a una persona amiga explicant-li el programa i com s'ha desenvolupat, què han après i què els ha agradat més i menys. 2. La facilitadora convida a cada jove a llegir la carta en veu alta, sense pressionar les noies que no vulguin fer-ho de forma voluntària.	
Consells per a la facilitació a Can Llupià	La facilitadora haurà de donar màxima llibertat a totes les expressions de les noies, i reforçar positivament tot el que d'elles sorgeixi.	
Font	Elaboració pròpia	

4. Seguiment, avaluació i tancament

El seguiment i l'avaluació són una etapa fonamental en qualsevol procés d'apoderament. Han de ser elements transversals durant tot el camí, i s'han de concretar en diferents tècniques. Dit d'una altra forma, des de la facilitació de processos d'apoderament, sempre s'ha de tenir les antenes alerta, per ser capaços de detectar quins elements estan funcionant millor i quins pitjor i, a partir d'aquesta detecció, anar modificant les actuacions successives.

Respecte al treball amb les noies del Centre Educatiu Can Llupià, proposem diferents metodologies i instruments de seguiment i avaluació, algunes de les quals s'han anat implementant (i, per tant, provant) durant la prova pilot del 2015.

Detecció continuada de les dinàmiques/respostes del grup durant les sessions. Cada grup és un món, i cada persona que forma part del grup, també. És per això que hi ha dinàmiques que en un determinat moment d'un procés grupal funcionen millor, i d'altres que en canvi no donen els resultats esperats. Això no sempre és possible preveure-ho, però sí que és responsabilitat de la facilitació anar reajustant el programa segons la resposta del grup. Amb aquesta finalitat, en acabar cada sessió és important que les persones facilitadores facin un balanç identificant quines dinàmiques han funcionat millor o pitjor, quins temes han tingut millor o pitjor rebuda, quins elements han distorsionat el desenvolupament de la sessió (factors externs, com per exemple conflictes fora de l'aula, situacions personals de les noies, etc.).

Seguiment i avaluació continuus a través de la llibreta de les noies. Tal com s'ha mencionat al capítol anterior, amb l'eina de la llibreta es pretén documentar el desenvolupament de les sessions, en termes d'aprenentatge i de procés. Amb les llibretes, les noies poden anar expressant la seva valoració durant el procés d'apoderament. Al finalitzar cada sessió, es demana a cada noia de contestar les preguntes següents:

- Què has après avui?
- Com t'has sentit?

A través d'aquestes preguntes, es dona l'espai perquè cada noia pugui reflexionar sobre la sessió, fixar coneixement i, al mateix temps, comunicar a la facilitadora o al facilitador com se sent respecte a les sessions.

La considerem una eina fonamental de seguiment, ja que ha donat acollida en forma escrita (o dibuixada) a les vivències i als aprenentatges de les noies en clau de procés. També és una eina per detectar malestars, necessitats emocionals i treballar les mancances dels canals de comunicació formals. Ens va permetre recollir les vivències i els aprenentatges, i poder redefinir i reformular la nostra actuació.

Tal com s'ha pogut observar, la llibreta és un instrument que fomenta l'autoconeixement, la creativitat i esdevé un element motivador per a les noies, que les interpel·la durant tot el procés.

Avaluació de cada sessió per part de les noies. En finalitzar cada sessió és interessant que les noies puguin valorar com ha anat.

Hi ha a continuació una breu orientació d'algunes dinàmiques d'avaluació. Es tracta d'identificar quina va millor per a aquell grup o per a aquell moment del procés. De fet, és possible decidir fer sempre la mateixa dinàmica (per crear una mena de ritual compartit de tancament), o bé anar variant les tècniques a cada sessió. Alguns exemples de dinàmiques d'avaluació:

- Utilitzar emoticones ("m'ha agradat, no m'ha agradat, no ho sé") que cada noia pot escollir i penjar (a un paperògraf o a la seva llibreta).
- En cercle, cadascuna explica què "s'endú de la sessió" (què li ha agradat) i què "deixa" (què no li ha agradat tant).
- Cada noia dibuixa com s'ha sentit durant la sessió, de la forma que prefereix. Si aquesta dinàmica es realitza en diferents moments del procés, és possible anar analitzant els possibles canvis en la forma de sentir de les noies.
- Utilitzar el semàfor, és a dir, cada noia escull una targeta (verda, vermella o taronja) i així expressa la seva opinió sobre la sessió (penjant la targeta al paperògraf o a la seva llibreta, o bé aixecant-la si la dinàmica es fa de forma oral).

Avaluació final per part de les noies. És fonamental reservar un espai al final del procés en què les noies puguin valorar el conjunt de les sessions. Això es pot realitzar a través de la dinàmica "Carta a una persona amiga" (vegeu capítol anterior), per poder recollir les impressions. En alternativa, per poder sistematitzar els resultats de l'avaluació, pot ser útil passar una fitxa, que cadascuna ompli per escrit, i així poder recollir alguns ítems bàsics per a l'avaluació. Algunes de les preguntes poden ser:

- Quins temes t'han agradat més o menys?
- Quines dinàmiques t'han agradat més o menys?
- T'ha agradat com s'ha dinamitzat el grup?
- Em sento millor de com em sentia al començament de les sessions? Si és que sí, en quins aspectes?
- Valora de l'1 al 5 (l'1 és poc i el 5 és molt) els ítems següents:
 - Espais
 - Aprenentatge
 - Clima en el grup
 - Durada
 - Facilitadora
 - Utilitat de les temàtiques
 - Etc.

Avaluació final per part de la facilitadora. En finalitzar el procés d'apoderament se suggereix que les persones facilitadores puguin dur a terme una valoració global del programa (millor si queda recollida per escrit). D'aquesta forma, es pot fer una reflexió sobre els aspectes que han funcionat millor i pitjor, i per quines raons. A més, és un moment fonamental per poder ajustar els programes d'apoderament futurs, a partir de la valoració del camí ja fet. Com ja s'ha plantejat en els consells per a la facilitació, recomanem la figura de la persona supervisora que participi de l'informe de tancament i del procés de reflexió final. L'informe haurà de donar resposta a:

- Descripció del procés realitzat (objectius, continguts i temporització);
- Recull de les percepcions per part de les noies;
- Recull de les percepcions per part de la persona facilitadora i supervisora:
 - De l'evolució del grup
 - De l'evolució de cadascuna de les noies
- Propostes de millora i consells per a una propera facilitació.

A més, es considera també imprescindible fer el tancament del procés, amb l'espai que necessita. El tancament és un moment en què entre totes (persona facilitadora i noies), es posa la paraula “fi” al camí fet conjuntament en les sessions, però amb la idea que tot el que s'hagi treballat no s'aturi, sinó que sigui com petites llavors que vagin creixent. La forma com cada grup tanca depèn molt del grup, i és adaptable. Per exemple, es pot tancar amb una cançó, amb una abraçada col·lectiva, intercanviant missatges de comiat (per escrit o oralment).

Tercera Part: Fitxes

Sumari de les FITXES

Fitxa 1: El bingo de les relacions

Fitxa 2: Ens visiten extraterrestres

Fitxa 3: Frases inacabades

Fitxa 4: Els nois no ploren

Fitxa 5: La línia del temps feminista (I)

Fitxa 6: La línia del temps feminista (II)

Fitxa 7: Agraeix-ho a una feminista

Fitxa 8: Estimada Anna

Fitxa 9: Sexe i joves. La pressió social

Fitxa 10: Els mites de l'amor romàntic

Fitxa 11: La recepta de les relacions

Fitxa 12: Llum verda/llum vermella

Fitxa 13: L'iceberg de la violència

Fitxa 14: Anàlisi de casos

Fitxa 15: Sección Femenina

FITXA 1

EL BINGO DE LES RELACIONS

Té un germà petit

Va néixer el mateix mes que tu

El seu color preferit és el mateix que el teu

Té xicot o xicota

Ha tingut una mascota en algun moment de la vida

Li agrada la mateixa música que a tu

Té algú a la seva vida a qui considera model a seguir

Té una cosina

Té una germana petita

FITXA 2

ENS VISITEN EXTRATERRESTRES



HOME

DONA

FITXA 3

FRASES INACABADES

• Les dones i els homes són...

• Les dones haurien...

• Les dones no haurien....

• Les dones poden...

• Les dones no poden...

• Les dones necessiten...

• El millor de ser una noia jove és...

• El millor de ser un noi jove és...

• La igualtat de gènere significa que...

• La igualtat de gènere és positiva perquè...

• La igualtat de gènere és negativa perquè...

FITXA 4 **ELS NOIS NO PLOREN**

- Les nines són només per a nenes

- Els nois no ploren

- Els nois no porten faldilla

- Una noia no pot ser qui mani en una relació

- Només els nois juguen a futbol

- Les noies són dèbils i els nois són forts

- Les noies ajuden la mare mentre que els nois ajuden el pare

- És millor ser noia que noi

- Quan passa alguna cosa, els nois sempre són els primers culpables

- Els nois poden dir paraulotes, les noies no

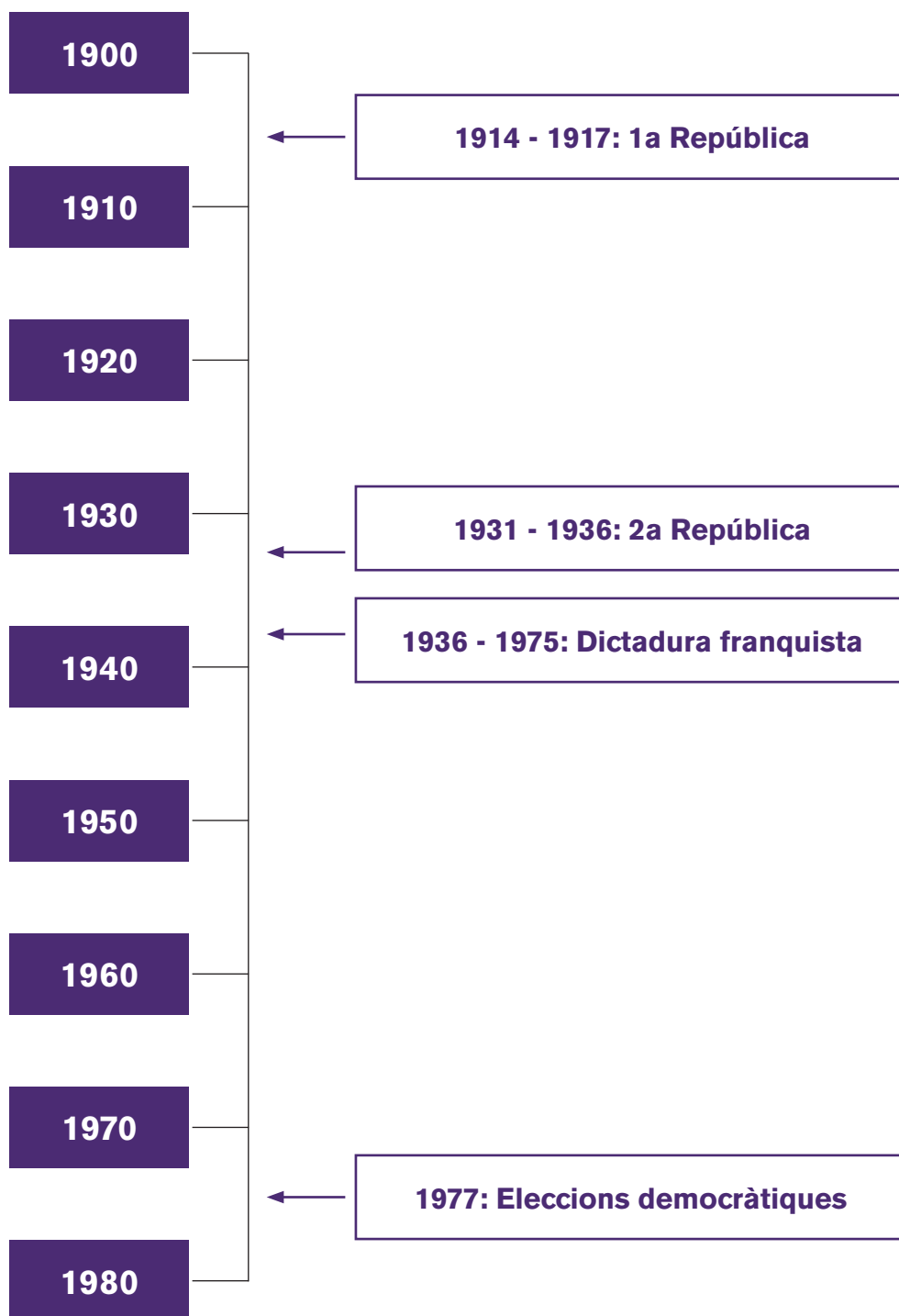
- Les noies són més llestes que els nois

- Està bé que els nois es peguin, però no les noies

- Les noies saben mentir millor que els nois

FITXA 5

LA LÍNIA DEL TEMPS FEMINISTA (I)



FITXA 6

LÍNIA DEL TEMPS FEMINISTA (II)

1. “A l'estat espanyol , les dones cobren un 22,50% menys que els homes”

2. “Les dones poden votar per primer cop a l'Estat espanyol”

3. “Es legalitza l'ús de la píndola anticonceptiva a l'Estat espanyol”

4. “Es regula l'avortament a l'Estat espanyol”

5. “Les dones poden accedir a la universitat”

6. “Es legalitza el matrimoni homosexual a l'Estat espanyol”

7. “Les dones no poden viatjar soles sense l'autorització del marit”

8. “A l'Estat espanyol una dona és violada cada 8 hores”

Les frases entre cometes són les que es proposen per escriure a les targetes de l'activitat de la Línia del temps feminista. Cada frase va acompanyada de la data en què va passar aquell fet i d'una petita explicació. Quan és necessari, s'hi afegeix la font, com a informació per a la facilitació.

1. “A l'Estat espanyol, les dones cobren un 22,50% menys que els homes”

Actualment, la legislació prohibeix pagar diferents salaris pel mateix treball (cosa que seria discriminació salarial directa), però no per això deixa d'existir una bretxa salarial entre dones i homes. Una discriminació salarial indirecta, subtil, més complexa i que agreuja la desigualtat de gènere.

Segons les dades de l'enquesta salarial de l'Institut Nacional d'Estadística, l'any 2012, el salari mitjà anual de les dones de l'Estat espanyol va ser un 22,50% inferior al dels homes.

Font: http://www.intersindical.org/dones/article/22_de_febrer_dia_europeu_contra_la_discriminacio_salarial

2. “Les dones poden votar per primer cop a l'Estat espanyol”

El sufragi, fins a principis del segle XIX, era un dret reconegut només als homes. Durant el segle XIX va sorgir el moviment sufragista, que reclamava el dret a vot de les dones. A l'Estat espanyol les dones van poder votar per primer cop el 1931, durant la Segona República.

80

3. “Es legalitza l'ús de la píndola anticonceptiva a l'Estat espanyol”

A partir de la modificació de l'article 416 del Codi penal, el 7 d'octubre de 1978, es va legalitzar la pastilla com a mètode anticonceptiu a l'Estat espanyol.

Font:

http://pildoraymujer.com/es/historia_pildora/index.php

4. “Es regula l'avortament a l'Estat espanyol”

L'avortament es va regular per primera vegada a l'Estat espanyol durant la Segona República. Després d'aquest període i amb l'arribada de la dictadura, l'avortament es va penalitzar de nou. Després de la transició i, de nou, fruit de les reivindicacions del feminisme, el govern socialista aprova el 1985 la Llei orgànica 9/1985, que despenalitza l'avortament. Més de dues dècades més tard, el 2010, es va aprovar la Llei orgànica 2/2010, de salut sexual i reproductiva i d'interrupció voluntària de l'embaràs. Aquesta Llei queda modificada per la reforma de Llei orgànica 11/2015, de 21 de setembre, per reforçar la protecció de les menors i les dones amb capacitat modificada judicialment en la interrupció voluntària de l'embaràs.

5. “Les dones poden accedir a la universitat”

La Reial ordre de 8 de març de 1910 permetia l'accés lliure de les dones a la universitat sense la necessitat d'un permís especial.

6. “Es legalitza el matrimoni homosexual a l'Estat espanyol”

El matrimoni homosexual a Espanya va ser legalitzat l'any 2005. L'Estat espanyol es va convertir en el tercer país que legalitzava el matrimoni entre persones del mateix sexe, després d'Holanda, Bèlgica i el Canadà.

7. “Les dones no poden viatjar soles sense l'autorització del marit”

Durant el franquisme, i fins als anys seixanta, a les famílies més tradicionals, la dona havia de demanar permís al seu marit per viatjar, i havia de mostrar la seva autorització a la frontera.

Font:

<http://www.puntoencuentrocomplutense.es/2011/04/punto-de-historia-como-hemos-cambiado/>

8. “A l'Estat espanyol una dona és violada cada 8 hores”

Segons les dades facilitades pel Ministeri de l'Interior, l'any 2011 a l'Estat espanyol 3 dones són violades cada dia, 1 cada 8 hores.

Font:

http://sociedad.elpais.com/sociedad/2013/06/22/actualidad/1371929413_934353.html

FITXA 7 AGRAEIX-HO A UNA FEMINISTA

Si ets dona i...

- ... pots votar, agraeix-ho a una feminista.
- ... reps igual salari al d'un home per fer la mateixa feina, agraeix-ho a una feminista.
- ... vas anar a la universitat, en lloc de deixar els estudis després del batxillerat perquè els teus germans poguessin estudiar, ja que "tu de totes maneres simplement et casaràs", agraeix-ho a una feminista.
- ... pots sol·licitar qualsevol ocupació, no sols "feina per a dones", agraeix-ho a una feminista.
- ... pots rebre i donar informació sobre control de la fertilitat sense anar a presó per fer-ho, agraeix-ho a una feminista.
- ... ets metgessa, advocada, pastora protestant, jutgessa o legisladora, agraeix-ho a una feminista.
- ... practiques un esport professional, agraeix-ho a una feminista.
- ... pots portar pantalons sense ser excomunicada de l'església o feta fora del poble, agraeix-ho a una feminista.
- ... al teu cap li està prohibit pressionar-te que te'n vagis al llit amb ell, agraeix-ho a una feminista.
- ... ets violada però al judici no tracten la llargada del teu vestit o els teus anteriors xicots, agraeix-ho a una feminista.
- ... inicias negoci i pots obtenir un préstec emprant sols el teu nom i els teus antecedents de crèdit, agraeix-ho a una feminista.
- ... estàs sota judici i se't permet donar testimoni en defensa teva, agraeix-ho a una feminista.
- ... posseeixes propietat que únicament és teva, agraeix-ho a una feminista.
- ... tens dret al teu salari encara que estiguis casada o hi ha un home a la teva família, agraeix-ho a una feminista.
- ... obtens la custòdia de les teves filles i fills després d'un divorci o separació, agraeix-ho a una feminista.
- ... tens veu en com criar i tenir cura de les filles i fills en lloc que els controli completament el marit o el pare, agraeix-ho a una feminista.
- ... el marit et colpeja i això és il·legal i la policia el deté en lloc de fer-te un sermó sobre com ser una millor esposa, agraeix-ho a una feminista.
- ... t'atorguen un títol després d'haver anat a la universitat, en lloc d'un mer certificat per haver completat els estudis, agraeix-ho a una feminista.
- ... pots alletar el bebè, això sí, discretament, en un lloc públic i no ser arrestada per això, agraeix-ho a una feminista.
- ... et cases i els teus drets humans i civils no desapareixen dins dels drets del teu espòs, agraeix-ho a una feminista.
- ... tens el dret de refusar tenir relacions sexuals amb el marit, agraeix-ho a una feminista.
- ... tens dret que el registre mèdic confidencial amb les teves dades no sigui divulgat als homes de la família, agraeix-ho a una feminista.
- ... tens dret a llegir els llibres que vulguis, agraeix-ho a una feminista.
- ... pots escollir ser mare o no quan tu vulguis i no segons els dictats d'un espòs o un violador, agraeix-ho a una feminista.
- ... pots esperar viure fins als 80 anys en lloc de morir entre els 20 i 30 a causa d'embarassos il·limitats, agraeix-ho a una feminista.
- ... pots veure't com una humana adulta plena, i no com una menor d'edat que necessita ser controlada per un home, agraeix-ho a una feminista.

Font: Autora desconeguda, el text original és "Thank a feminist"

FITXA 8

ESTIMADA ANNA

Estimada Anna,

Últimament, el meu xicot no para de donar-me ordres i no em permet decidir res del que anem a fer junts. Tampoc li agrada que surti amb les meves amigues. Podries donar-me algun consell per afrontar aquesta situació?

*Atentament,
Entre l'espasa i la paret*

83

Estimada Anna,

Porto un mes sortint amb el meu xicot i em semblava que tot anava bé, però m'han arribat rumors que està flirtejant amb altres noies. Jo ja sabia que algunes de les seves amistats són noies, però ara em preocupa que s'estigui aprofitant de mi.

*Què hauria de fer?
Necessito consell*

FITXA 9 **SEXE I JOVES: LA PRESSIÓ SOCIAL**

- 1. Si no tens relacions sexuals aviat, la gent creurà que no li agrades a ningú**

- 2. Encara no has tingut relacions sexuals? Vaja, que immadura que ets!**

- 3. Si tens relacions sexuals, seràs més popular entre les teves amistats.**

- 4. No entenc perquè no tens relacions sexuals. Les teves amigues n'han tingut un munt de vegades.**

- 5. Dit per la parella: Si no véns al llit amb mi, pensaré que no t'interessa la nostra relació i ho deixarem córrer.**

- 6. Ets l'única que encara és verge.**

- 7. Si no te'n vas al llit amb mi, els altres pensaran que ets lesbiana.**

- 8. Mai no em poso condó. No entenc per què vols que me'l posi. És que no et refies de mi?**

- 9. Per què vols que em posi condó? És que penses que tinc la SIDA o alguna cosa així?**

- 10. Si ho fem, t'estimaré molt més.**

- 11. Si no ho fas amb mi, és que no t'agrada prou.**

- 12. De debò, que la primera vegada no fa mal.**

FITXA 10 **ELS MITES DE L'AMOR ROMÀNTIC**

1. Mite de la mitja taronja: Creença que escollim la parella que teníem predestinada d'alguna forma, i que és l'única elecció possible. És aquella que em complementa.

2. Mite de l'aparellament: Creença que la parella heterosexual és universal i natural.

3. Mite de l'exclusivitat: Creença que és impossible estar enamorat/ada de dues persones a la vegada.

4. Mite de la fidelitat: Creença que tots els desitjos passionals, romàntics i eròtics han de satisfer-se exclusivament amb una única persona, la pròpia parella.

5. Mite de la castedat o de la sexualitat: Creença que la sexualitat és quelcom brut i pecaminós.

6. Mite de la gelosia: Creença que la gelosia és una mostra d'amor, la gelosia és un requisit indispensable en el veritable amor. Aquest mite s'utilitza com a justificació de comportaments abusius, violents, possessius, repressius, injustos, egoistes...

7. Mite de l'equivalència: Creença que "l'amor" i "l'enamorament" són equivalents. Implica no reconèixer la diferència entre els dos conceptes i no reconèixer com a natural la transformació de sentiments al llarg del temps o viure-la de forma traumàtica.

8. Mite de l'omnipotència: Creença que "l'amor ho pot tot", i que és suficient un gran amor per solucionar tots els problemes interns i externs que vinguin... per canviar el caràcter, la personalitat, la forma de vestir, o vicis de les persones. Això ha fet mal, especialment en les relacions de violència masclista, creant fils invisibles que fomenten la dependència emocional.

9. Mite del matrimoni o de la convivència: Creença que l'amor romàntic i autèntic ha de conduir necessàriament a la unió estable dels membres, i que, per tant, la satisfacció sexual només s'ha de donar en el matrimoni. Això es contraposa a la passió, que és transitòria i comporta la decepció.

10. Mite de la passió eterna: Pensar que l'amor químic dels primers mesos es pot mantenir durant anys de convivència.

FITXA 11

LA RECEPTE DE LES RELACIONS

INGREDIENTS:

- *1 pessic de sal*
- *1 grapat d'amabilitat*
- *2 cullerades de tendresa*
- *1 litre de companyia*
- *1 culleradeta de generositat*
- *3 cullerots curulls de riures*
- *50 grams de somriures*
- *1 espurna d'alegria*
- *100 grams d'amor*

PROCEDIMENT:

Barregeu-ho tot alhora i obtindreu l'amistat perfecta.

FITXA 12 LLUM VERDA / LLUM VERMELLA

LLUM VERDA	LLUM TARONJA	LLUM VERMELLA
Parleu l'un/a amb l'altre/a	T'incomoda	És una persona pesada
Confieu l'un/a en l'altre/a	A vegades et molesta	És gelós
Us doneu suport mútuament	Li agrada presumir	Et sents insegura
Gaudiu de llibertat en la relació	Et truca (massa) sovint	Et sents molesta amb aquesta persona
Passeu més moments bons que dolents	És competitiu	Sents una confiança limitada
Promoveu altres amistats	Fa plans i després no els compleix	Intenta controlar-te i manipular-te
Feu coses junts	Intenta que t'assemblis a ell	No et dedica temps
Us sentiu feliços junt amb l'altre/a	És sarcàstic	Et fa sentir malament amb tu mateixa
Compartiu sentiments	Hi ha desigualtat de poder	Et critica

FITXA 13

L'ICEBERG DE LA VIOLÈNCIA

VIOLÈNCIA NO TOLERADA

VIOLÈNCIA SOCIALMENT TOLERADA

FITXA 14 **ANÀLISI DE CASOS**

Història de Paula (1)

La Paula és una noia de 3r d'ESO que porta nou mesos sortint amb en Jordi. En Jordi és un noi que també fa 3r d'ESO, és repetidor i va en una classe diferent de la Paula. Ella sempre ha estat una bona estudiant, però aquest any ha suspès diferents assignatures en el primer trimestre. Fa temps que no surt amb les seves amistats i ha deixat de fer coses que abans solia fer. Un dia troben en Jordi en una plaça embolicant-se amb una altra persona. Les amistats més properes estan preocupades per ella perquè no saben com plantejar-li el tema.

Al cap d'un temps, li diuen a la Paula el que han vist però ella no ho creu; ella pensa que l'únic que les seves amigues volen és que deixi la relació i deixar-los el camp lliure amb en Jordi. Arran d'això, la Paula sent cada dia més gelosia de totes les noies, però no és capaç de plantejar a en Jordi el que li han dit. En Jordi, d'altra banda, es comporta d'una manera cada vegada més agressiva amb ella, insultant-la, menyspreant-la... però a la Paula li costa de reconèixer aquesta violència.

Història de Raquel (2)

La Raquel està acabant un programa de qualificació professional inicial. Porta dos anys amb la seva parella, en Pere. Ell va acabar l'ESO fa un any i ara està fent un curs de formació professional en un altre centre. La Raquel i en Pere ja han mantingut relacions sexuals. Ella està començant a sentir-se malament en la relació, però no sap per què li passa això, així que li comenta a en Pere que vol deixar la relació, almenys per un temps. La reacció d'aquest és utilitzar el xantatge emocional dient-li que si el deixa explicarà a tothom que han mantingut relacions sexuals. La Raquel no sap què fer, té por que se n'assabenti la família.

FITXA 15 SECCIÓN FEMENINA

"Ten preparada una comida deliciosa para cuando él regrese del trabajo. Especialmente, su plato preferido. Ofrécete a quitarle los zapatos. Habla en tono bajo, relajado y placentero (...) En cuanto respecta a la posibilidad de relaciones íntimas con tu marido, es importante recordar tus obligaciones matrimoniales: si él siente la necesidad de dormir, que sea así, no le presiones o estimes la intimidad. Si tu marido sugiera la unión, entonces accede humildemente, teniendo siempre en cuenta que su satisfacción es siempre más importante que la de una mujer. Cuando alcance el momento culminante, un pequeño gemido por tu parte es suficiente para indicar cualquier goce que hayas podido experimentar. Si tu marido te pidiera prácticas sexuales inusuales, sé obediente y no te quejes."

(Sección Femenina 1958)

"Las mujeres nunca descubren nada; les falta, desde luego, el talento creador, reservado por Dios para inteligencias varoniles; nosotras no podemos hacer más que interpretar, mejor o peor, lo que los hombres nos dan hecho."

(Pilar Primo de Rivera, 1942)

"A través de toda la vida, la misión de la mujer es servir. Cuando Dios hizo el primer hombre, pensó: "No es bueno que el hombre esté solo". Y formó la mujer, para su ayuda y compañía, y para que sirviera de madre. La primera idea de Dios fue el 'hombre'. Pensó en la mujer después, como un complemento necesario, esto es, como algo útil."

(Sección Femenina. Formación Político-Social, primer curso de Bachillerato, 1963)



FITXA 15

SECCIÓN FEMENINA



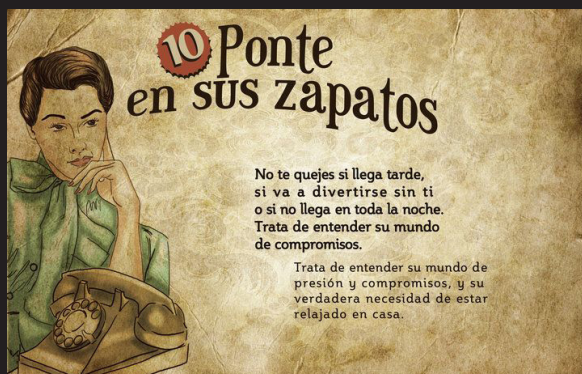
Hazlo sentir a sus anchas *Extra!*
Deja que se acomode en un sillón o se recueste en la habitación.
Ten una bebida caliente lista para él. Arregla su almohada y ofrece quitarle sus zapatos.
Habla con voz suave y placentera



8 Procura verte feliz
Regálale una gran sonrisa y muestra sinceridad en tu deseo de complacerlo.
Tu felicidad es la recompensa por su esfuerzo diario.



7 Minimiza el ruido
A la hora de su llegada apaga lavadora, secadora y aspiradora e intenta que los niños estén callados.
Piensa en todo el ruido que él ha tenido que soportar durante su pesado día de oficina.



10 Ponte en sus zapatos
No te quejes si llega tarde, si va a divertirse sin ti o si no llega en toda la noche. Trata de entender su mundo de compromisos.
Trata de entender su mundo de presión y compromisos, y su verdadera necesidad de estar relajado en casa.



11 No te quejes!
No lo satures con problemas insignificantes.
Cualquier problema tuyo, es un pequeño detalle comparado con lo que él tuvo que pasar.



Una buena esposa siempre sabe cual es su lugar



1 Ten lista la cena
Planea con tiempo una deliciosa cena para su llegada.
Esta es una forma de dejarle saber que has estado pensando en él y que te preocupan sus necesidades. La mayoría de los hombres están hambrientos cuando llegan a casa.
Prepara su plato favorito



6 Prepara a los niños
Cepíllales el cabello, lava sus manos y cámbiales la ropa en caso de ser necesario. Son sus pequeños tesoros y él los querrá ver relucientes.
tómate unos minutos para arreglar a los niños

Bibliografia

- Ajuntament de Barcelona i Consorci de Serveis Socials (015). Intervenció amb adolescents.
Disponible a:
<http://w110.bcn.cat/Dones/Continguts/Documents/ADOLESCENCIA%20I%20VM%20per%20WEB%20definitiu%2020%20abril%202015.pdf>
- Batliwala, Srilatha (1997), "El significado del empoderamiento de las mujeres: nuevos conceptos desde la acción", en Magdalena León (coord.), Poder y empoderamiento de las mujeres, Colombia, Tercer Mundo Editores/Universidad Nacional de Colombia.
- Camarasa, M.; Sales, L. (Ed.) (2013). Forward. Un enfoque de competencias para la mejora de la inclusión social de las mujeres migradas. Guía práctica para profesionales. Barcelona: Fundació SURT.
Disponible a:
http://forwardproject.eu/wp-content/uploads/2014/01/TOOLBOX_FORWARD_ES-CORR-prot.pdf
- Carles, C.; Expósito, M. (2006). Maletín de campo Una guía práctica para la capacitación y facilitación en procesos grupales. República Dominicana: Veterinarios Sin Fronteras.
Disponible a:
http://www.avalon.cat/monografics/public/assets/pagina_339/Capitulo_1_y_2.pdf
- Coll-Planas, Gerard; Vidal, Maria (2013). Dibuijant el gènere. Barcelona: Ed. Egales.
- Fundació SURT (2014). Empoderamiento de jóvenes tuteladas. Manual para profesionales. Proyecto "Empowering Care. Empowering girls in residential care against violence against women" (JUST/2012/DAP/AG/3078).
Disponible a:
http://www.empoweringcare.eu/wp-content/uploads/2013/04/Manual-para-profesionales-Empowering-Care_ES.pdf
- Fundació SURT (2013). Violència masclista contra les dones migrades. Algunes orientacions a professionals contra la violència masclista.
Disponible a:
<http://speakoutproject.eu/wp-content/uploads/2013/06/Handbook-in-Catalan.pdf>
- Lagarde y de los Ríos, M. (n.d.). Guía para el empoderamiento de las mujeres. Proyecto EQUAL I.O. Metal. FEMEVAL.
Disponible a:
http://www.femeval.es/proyectos/ProyectosAnteriores/Sinnovaciontecnologia/Documents/ACCION3_cuaderno1.pdf

- Llei 5/2008, del 24 d'abril, del dret de les dones a eradicar la violència masclista
Disponible a:
http://portaljuridic.gencat.cat/ca/pjur_ocults/pjur_resultats_fitxa/?action=fitxa&mode=single&documentId=491383&language=ca_ES
- Llei orgànica 3/2007, per a la igualtat efectiva de dones i homes
Disponible a:
http://www.cssbcn.cat/normativa/serveiDona/contentBase/0/text_files/file5/llei_igualtat_homes_dones_2007.pdf
- López Cancho, Raül (2011). El sexe de l'Àngels. Recursos per a l'educació amb perspectiva de gènere i LGTB (lesbiana, gai, transsexual, bisexual). Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
Disponible a:
<http://w110.bcn.cat/fitxers/dretscivils/elsexedelngelsencatal.736.pdf>
- Moreno Beltrán, Anna; Varela Fernández, Belén (2010). Drets sexuals i reproductius. Material didàctic adreçat a professionals que treballen amb joves majors de 16 anys. APFCIB (Associació de Planificació Familiar de Catalunya i Balears). Barcelona: Ajuntament de Barcelona i Generalitat de Catalunya.
- Platero, Raquel (Lucas) i Ceto, Emilio (2008). Herramientas para combatir el bullying homofóbico. Madrid: Editorial Talasa, Colección Ágora.
- Sanchís, R. (2006). ¿Todo por amor? Una experiencia educativa contra la violencia a la mujer. Barcelona: Octaedro.
- Sau, Victoria (1981). Diccionario ideológico feminista. Barcelona: Icaria editorial.
- Symington, Alison (2004). "Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica". En Derechos de las mujeres y cambio económico. No. 9. Toronto: AWID.
Disponible a:
http://www.awid.org/sites/default/files/atoms/files/interseccionalidad_-_una_herramienta_para_la_justicia_de_genero_y_la_justicia_economica.pdf
- Villanueva Lorenzana, Encina. (2011). Los pinceles de Artemisia. Experiencias de formación para la equidad de género. Madrid: Interred.
Disponible a:
<http://es.calameo.com/read/000572996270a0beacd47>