

IN

Revista Electrònica

IN **investigació**  
**novació**

Educativa i Socioeducativa

*«Aprendre a estimar», un programa de prevenció  
de la violència de gènere destinat a les noies del  
centre socioeducatiu «Es Pinaret»*

Elisa Ribas Galumbo  
Marta Escoda Trobat.



**«Aprendre a estimar», un programa de prevenció de la violència de gènere destinat a les noies del centre socioeducatiu «Es Pinaret»**

**Resum**

*El present article mostra una experiència realitzada en un centre d'internament de les Illes Balears per al compliment de mesures judicials. Des d'una perspectiva de gènere es va treballar mitjançant una sèrie de dinàmiques la millora de l'autoestima i la presa de consciència de les relacions de gènere entre noies i nois del centre.*

**Paraules clau**

*Es Pinaret, sexualitat, resolució de conflictes, relacions de gènere*

**Resumen**

*El presente artículo es la descripción de una experiencia realizada en un centro de internamiento en las Islas Baleares para el cumplimiento de medidas judiciales. Desde una perspectiva de género se ha trabajado la mejora de la autoestima y toma de conciencia de las relaciones de género entre chicas y chicos del centro.*

**Palabras clave**

*Es Pinaret, sexualidad, resolución de conflictos, relaciones de género*

Elisa Ribas Galumbo i Marta Escoda Trobat.  
Universitat de les Illes Balears. Centre de menors «Es Pinaret», Mallorca.  
Il·lustracions: Cecile Ribas Galumbo.

**Per citar l'article**

“Ribas, E. i Escoda, M. (2009). «Aprendre a estimar», un programa de prevenció de la violència de gènere destinat a les noies del centre socioeducatiu «Es Pinaret». *IN. Revista Electrònica d'Investigació i Innovació Educativa i Socioeducativa*, V. 1 , n. 1, PÀGINES 119-128. Consultado en [http://www.in.uib.cat/pags/volumenes/vol1\\_num1/ribas-escoda/index.html](http://www.in.uib.cat/pags/volumenes/vol1_num1/ribas-escoda/index.html) en (poner fecha)”

## **Context**

El centre socioeducatiu «Es Pinaret» és el major centre d'internament de les Illes Balears per al compliment de mesures judicials.

A principis de 2007 havia tingut un increment progressiu del nombre de noies, tot i que encara continuaven suposant una minoria clara davant els nois. Aquest fenomen va suposar un repte per a la intervenció educativa que es portava a terme en el centre, ja que va semblar evident la necessitat d'oferir-los una intervenció que en respectés les característiques i diferències.

Al llarg d'aquests anys venim treballant en la intervenció i l'abordament de la violència domèstica i intrafamiliar amb programes de resolució de conflictes i de desenvolupament d'habilitats emocionals. D'altra banda, com ressenyen molts d'estudis sobre el tema (González i Santana, 2001) per a la prevenció de la violència de gènere és imprescindible abordar les actituds que sustenten i justifiquen comportaments violents cap a la dona. Tot i que es faciliten espais de reflexió sobre aquest tema i que es realitzen activitats dissenyades per a l'anàlisi i modificació d'actituds, moltes d'aquestes actituds apareixen com a molt arrelades en les representacions culturals dels joves que atenem.

Les noies que arriben al nostre centre apareixen com una població molt vulnerable a la violència de gènere i freqüentment n'han estat testimoni o víctima. El 44% de les noies ateses durant la primera meitat de 2007 (quatre, en total) reconeixien haver patit maltractaments físics en les relacions de parella, una havia arribat a interposar una denúncia per aquest motiu i dues expressaven que les seves relacions amb les seves parelles eren o havien estat agressives, fins al punt que havien arribat a pegar-se mútuament. Presentaven, a més, unes actituds i creences que justificaven l'ús d'aquest tipus de violència.

## Actituds inicials de les participants

A entrevistes individuals o parlant en grup de les seves vivències i opinions, destaca la importància que donen a la parella com a centre de la seva vida, el paper de la gelosia, que justifiquen com a senyal d'amor de la parella, una visió tradicional del repartiment de papers a la llar i una posició de certa subordinació a les parelles. També observem una idealització del sentiment amorós, associada a la idea de sofriment i possessió, i la idea irracional que l'amor tot ho pot, fet que facilita que es mantinguin relacions destructives.

Apareixien com a molt resistents al canvi de creences del tipus:

- Justificar que un noi pegui a la noia si aquesta li ha estat infidel o que un noi es mostri agressiu amb la noia si ella lliga amb altres.
- Burlar-se d'un home la parella del qual li sigui infidel.
- Creure que a les dones els va millor netejar i ocupar-se de la casa i els fills que no als homes, o creure que un home no pega a la dona si aquesta no ha fet alguna cosa per provocar-lo.

Són significatives les idees següents:

- El fet més important a la vida d'una dona és trobar un home que l'estimi.
- Si estimem la nostra parella és normal que facem concessions, com netejar i fer-li el dinar per demostrar-li-ho.
- És útil provocar gelosia a la nostra parella per comprovar si ens estima realment.
- Si provoquem gelosia a la nostra parella és normal que perdi el control i es mostri agressiu.
- Els homes són, per naturalesa, més agressius que les dones.
- Si realment estimem algú podem patir molt i no deixar-lo mai, encara que ens tracti malament.
- Amb amor i paciència podem aconseguir que un home canviï per nosaltres.
- És normal que un noi no respecti una noia que s'embolica amb molts de nois.

## **Objectius**

1. Reflexionar sobre les expectatives que diposem en una relació de parella i de la cura que dediquem a altres àrees de la nostra vida.
2. Prendre consciència d'actituds o creences disfuncionals que subroguen la nostra autoestima a la nostra relació de parella, modificar-les i sentir-nos més valuoses com a persones individuals.
3. Saber detectar relacions perjudicials i sentir-se capaç de rompre-les, decidint de forma activa el tipus de relació que volem establir.
4. Tenir una visió positiva de les relacions de parella i entendre-les com a relacions que aporten satisfacció personal, proporcionant habilitats per mantenir una relació satisfactòria i saber manejar els conflictes.

## **Metodologia**

A cada sessió s'utilitza una metodologia molt activa i participativa, es fomenta la reflexió i el fet de compartir punts de vista. A més de la dinàmica grupal, també es treballa en parella a moltes activitats. Ens sembla necessari abordar amb les noies i els nois per separat els conceptes de l'amor i els rols de gènere, per afavorir una llibertat d'expressió en grups del mateix sexe, una identificació amb el grup i un procés d'assimilació d'experiències i punts de vista que permeti incidir de forma més eficaç en les actituds d'ambdós grups.

## **Sessió 1: L'amor**

És un primer espai per establir les normes i parlar de les relacions de parella, és a dir, la sexualitat, com ens han educat sobre el tema, com ens tracta la nostra parella, com la tractem a ella i tot allò que ens preocupa sobre aquest tema.

Normes del taller: respecte, participació, escolta activa (mostrem interès per allò que conta cada noia). Com aprenem a estimar?

- La influència dels contes de fades (Ventafocs, Blancaneu...)
- Les pel·lícules (Pretty Woman, High School Musical...)
- La família: ens eduquen igual a nois i a noies? Missatges verbals i no verbals
- I els amics i amigues: és important, la seva opinió?

**CONCLUSIONS:** La idea que ens fem de l'amor està influïda per les nostres experiències i per allò que ens han ensenyat. Sembla que ens han educat per ésser

afectuosos i comprensives, mentre els homes s'han de comportar com a més poderosos. És important ésser conscient de com ens comportem en una relació de parella, de com pensem que ens hem de comportar. És important reflexionar sobre d'on provenen les nostres idees i creences sobre aquest tema. També és important que siguem conscients de la importància que donem a l'amor i a la resta de coses que existeixen a la nostra vida (família, professió, amigues i amics, aficions...). Encara que ens hagin educat d'una manera determinada, en podem ser conscients i decidir què volem canviar.

## **Sessió 2: Sentir-nos estimades i estimar, un fet vital**

Escoltem cançons que les alumnes han portat. Què transmeten, aquestes cançons? Com se sent qui les canta? I nosaltres?

Debat sobre els tipus d'amor: maternal, romàntic, fraternal, amiatat...

Es dibuixa el contorn i el cor situat al pit (en parella). Emplenar el dibuix del cos de tot l'amor sentit, assignant un color per a cada persona que ens ha estimat. Al cor, fer-hi el mateix en relació a l'amor que sentim pels altres, amb un color determinat per a la persona que estimem.

Debat: Com hem sentit que algú ens estimava? Sentim amor per qui ens estima? A algun dibuix algú ha deixat espai blanc al seu cos?

**CONCLUSIONS:** L'amor no ha d'anar unit al patiment, encara que aquesta és una idea bastant estesa. Estimar i sentir-nos estimades és imprescindible a la vida. Podem sentir amor per molta gent del nostre entorn i sentir-nos estimades encara que no tinguem parella. Tot i que una relació de parella és important, no és l'única cosa que pot fer-nos sentir bé. És important saber apreciar la sensació de sentir-nos estimades i desenvolupar la capacitat de demostrar els nostres sentiments d'afecte als altres.



PODER HABLAR DE LOS CONFLICTOS SIN TEMOR

### Sessió 3: Quan ens tracta bé o malament la nostra parella?

S'analitzen i debaten les activitats realitzades en parella, activitats independents, en família i la parella, i amb amics / amigues i la parella. En aquesta sessió es treballa a través dels conflictes que puguin sorgir i els sentiments que comporten. Així mateix s'analitzen diferents estils de resolució de conflictes: «La hi torno, callo, ho parlo amb les meves amigues i la meva família, ho parlo amb ell» i es reflexiona sobre què s'aconsegueix amb cada estratègia. Finalment es discuteix sobre les situacions que ens fan sentir malament i quines són maltractament.

**CONCLUSIONS:** Els conflictes són normals en totes les relacions (familiars, amb amics, amb coneguts i desconeguts...). Saber afrontar-los adequadament, de forma assertiva, defensant els nostres drets i respectant també els de les altres persones, ens ajuda a mantenir relacions agradables amb els altres. En la nostra parella és normal que també es produeixin conflictes. Es poden solucionar parlant i cercant-hi solucions conjuntes. No ens han de fer por, ja que ajuden a consolidar una relació sana.

És important saber diferenciar entre un conflicte i una situació de maltractament.

El maltractament es presenta de forma repetida i empitjora amb el temps. Existeix maltractament si un sempre vol tenir la raó i imposar el seu criteri sense respectar el de l'altra persona. L'agressivitat no s'ha de consentir mai i mai no està justificada. Hem de tenir en compte que també és contagiosa.

#### **Sessió 4: Relacions sanes o nocives?**

Lectura d'una història d'amor i maltractament. Es treballen les creences sobre allò que és acceptable o inacceptable. Així mateix s'analitzen les històries (a quines la protagonista ho passa malament, què passa perquè la història acabi bé o acabi malament...)

Debat: Ens hem sentit alguna vegada en una situació similar? Pensem que l'amor d'una persona pot canviar algú? Què faríem si fóssim amigues de la protagonista? Per què no es veuen les coses igual quan això li passa a una mateixa?

##### **QUÈ VULL A LA MEVA VIDA?**

Dibuixa un cercle en un full, que representa la seva vida. Al centre d'aquest cercle dibuixa un cor, que representa allò que estima més. Emplenar amb dibuixos o paraules allò que volen tenir a la seva vida, allò que desitgen que hi estigui defora i, dins el cor, allò que estimen més. Debat.

**CONCLUSIONS:** Les humiliacions, els comentaris despectius, el fet de deixar de parlar-nos... són maltractaments que van destinats a fer malbé la nostra autoestima i la nostra seguretat. No hem de consentir-los.

Hem de saber distingir una relació sana d'una relació nociva. És important saber com ens sentim i no acceptar allò que ens fa sentir malament.

Podem decidir què volem a dins la nostra vida i què hi volem fora.

#### **Sessió 5: Quines són les bases d'una relació sana?**

Es treballen les bases d'una bona relació. Es debaten els aspectes següents, en relació a la parella: poder parlar dels conflictes sense temor; escoltar-te; respecte davant opinions diferents; organitzar coses i divertir-se junts; passar temps també amb amigues i amics; tenir cura de la relació i complir amb allò que diu i no humiliar.

**CONCLUSIONS:** No hem d'acceptar sentir-nos malament en una relació. Hem de tenir clar com volem que siguin les nostres relacions i rompre amb les que no ens agradin.

Els principis per mantenir sana una relació són escoltar-se l'un a l'altre, tractar-se amb respecte, resoldre els conflictes que tenen solució, parlant-ne fins a trobar-hi la solució, mantenir relacions amb amics i amigues, organitzar coses i divertir-se junts...

#### **Sessió 6: L'amor ens ennigula la vista?**

Les ulleres rosa i les ulleres negres: aquestes ulleres tenen el poder de distorsionar la realitat i veure-ho tot més idealitzat. Faciliten que interpretem allò que succeeix segons els nostres desigs i il·lusions.



**Role Playing:** S'interpreten algunes situacions. Les alumnes fan torns per fer de protagonistes. Les altres observen què li passa a l'amiga, unes amb unes ulleres rosa posades, altres amb les ulleres negres i unes altres sense ulleres.

Debat sobre com interpreta cadascuna el comportament del noi de la protagonista, tenint en compte la influència de les ulleres que porten o l'objectivitat de no portar-ne.

**CONCLUSIONS:** Sovint estem tan immerses en una situació que no tenim res clar. Hem de ser conscients de com poden afectar els nostres sentiments (enamoramant, ràbia...) la interpretació de les nostres interaccions amb els altres. Hi ha elements objectius que ens ajuden a veure com és realment la situació i poder prendre les mesures adequades.



## Sessió 7: Deim què ens passa?

És bo poder comptar amb amigues o familiars que ens puguin escoltar i ajudar a veure millor què ens passa. En una relació de parella quan ens sentim malament, a qui li ho contem? Què ens guardem per a nosaltres? A qui li contem allò que ens fa més vergonya? Per què ens empegueixen situacions de les quals no som responsables?

**CONCLUSIONS:** No ens hem d'empegueir d'allò que ens pugui passar, contar-ho ens pot ajudar. Si una amiga ens conta alguna cosa és important ajudar-la i ésser conscients de l'esforç que fa quan ens ho diu. Podem donar-li la nostra opinió de la situació, fer-li sentir que estem amb ella si ens necessita. Avisar algú si la situació és crítica. No és aconsellable forçar-la a abandonar la relació si ella no ho vol, perquè podria evitar contar-nos res més.

## Sessió 8: Com actuar?

S'analitzen les relacions dels nostres pares. Com solucionen ells els conflictes? Realitzar l'enquesta dins el grup, donant un espai per a la reflexió individual i recollir les respostes anònimes. Analitzar els resultats. Com solen reaccionar les mares? I els pares? Quines són les conseqüències de cada reacció? Són constructives o destructives? És una relació satisfactòria o no? Què em transmet la meva mare? Interpretació de la història familiar. Pensen que els afecta a ells allò que han vist a casa? En aquesta sessió es realitza un entrenament de control de l'agressivitat.

**CONCLUSIONS:** És important ésser conscient de les estratègies que usem davant comportaments agressius de la nostra parella. És important que siguem capaços d'identificar els nostres sentiments i saber mantenir la calma, allunyar-nos de la situació per tranquil·litzar-nos, permetre que l'altre també es tranquil·litzi i cercar una solució al conflicte. No hem de defugir parlar de les situacions conflictives sinó, per contra, aprofitar els moments més relaxats per cercar-hi una solució.

## Sessió 9: Sessió final

### ANÀLISI DE LA PEL·LÍCULA *Te doy mis ojos*

Es donen a les participants les preguntes perquè es fixin en cada escena. Es tracta que reflexionin sobre els principals aspectes treballats a les sessions anteriors, els sentiments i actituds dels protagonistes, quin tipus "d'ulleres" porten...

## Anàlisi de l'experiència

En la primera experiència varen participar al taller totes les noies del centre «Es Pinaret», en total nou noies d'entre 14 i 18 anys.

Aquest taller va tenir molt bona acollida entre les destinatàries, però també entre la resta de professionals del centre, que mostraren interès per la temàtica i metodologia. Se'n va informar les famílies i algunes ens han comentat que alguns temes tractats als tallers foren debatuts a casa, fet que valorem de forma molt positiva.

Les noies hi participaren molt activament i valoraren molt positivament les sessions, sobre tot les que havien treballat activitats de teatre o *role-playing*.

Ens sembla important destacar, també, les experiències compartides en aquest espai, que va arribar a oferir-los un grau d'intimitat i seguretat suficient per revelar al grup experiències personals. Això ens va permetre treballar també l'anàlisi de moltes situacions reals que les participants aportaven al grup. L'ambient sempre fou de respecte mutu i d'interès per les opinions de les altres.

A petició de les noies varem decidir concloure el taller amb dues sessions sobre la sexualitat: una, orientada al concepte de sexualitat i l'altra, al coneixement i prevenció d'embarassos no desitjats i de malalties de transmissió sexual.

Va ser un èxit visible l'interès suscitat també en els nois, que sol·licitaren un taller semblant en el qual poguessin parlar de les seves relacions.

L'anàlisi i modificació d'actituds s'aconsegueix únicament en un ambient distès i segur, on no tinguem por d'ésser jutjats i, sens dubte, és per aquest motiu que hem observat en el nostre centre millors resultats en un taller exclusivament femení que no en un de mixt. D'altra banda, els estudis destinats al maltractament de gènere indiquen que és fonamental evitar la crispació o l'enfrontament entre actituds de sexes distints i això és evitable amb grups no mixts.

Valorem necessari prosseguir amb aquesta experiència i destinar un taller específic als nois. Pensem que pot ésser útil donar-los també a ells un espai de reflexió propi, en el qual puguin analitzar tots els problemes i situacions amb què es poden trobar amb una parella i desenvolupar habilitats específiques per a una resolució positiva dels conflictes en aquest àmbit.

### **Referències bibliogràfiques**

- NÚEZ DEL ROSARIO, L. (2003): No te lées con los chicos malos. Guía no sexista dirigida a chicas. Madrid, Obra Social Caja Madrid y Ayuntamiento de Madrid.
- GONZÁLEZ, R. i SANTANA, J. (2001): Violencia en parejas jóvenes. Análisis y prevención. Madrid, Pirámide.
- SEGURA, M. (2005): Educar las emociones y los sentimientos. Introducción al complejo mundo de los sentimientos. Madrid, Narcea.
- Llarmetratge: Te doy mis ojos. Dirigida per Bollaín, I. (2003)