

Atenció integral  
a dones i fills i filles víctimes  
de violència masclista  
Programa de suport psicosocial  
a fills i filles exposats a  
violència masclista

**EDICIÓ:****Fundació Bancària "la Caixa"**

## AUTORS:

Jorge Barudy

Maryorie Dantagnan

## ASSESSORAMENT:

Centro Exil

Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya

Josep Vilajoana i Celaya

M. Claustre Jané

Albert Bonillo

Laia Rosich

Universitat de Barcelona

Trinidad Donoso

## TRADUCCIÓ:

Caplletra

## DISSENY GRÀFIC, MAQUETACIÓ:

Cèl·lula, Acció Creativa

## IL·LUSTRACIÓ:

Imma Itxart

## IMPRESSIÓ:

Gràfiques Ortells, S.L.

© dels textos, les autores i els autors

© de l'edició, Fundació Bancària "la Caixa", 2018

Pl. de Weyler, 3 – 07001 Palma

D. L.: B 24085-2018

Atenció integral  
a dones i fills i filles víctimes  
de violència masclista  
Programa de suport psicosocial  
a fills i filles exposats a  
violència masclista








**Obra Social "la Caixa"**



---

## Índex

|           |   |           |
|-----------|---|-----------|
| <b>1.</b> | <b>Fonamentació teòrica del programa</b>  | <b>7</b>  |
| <b>2.</b> | <b>Indicacions pràctiques per a la intervenció amb nens i nenes</b>   | <b>17</b> |
| <b>3.</b> | <b>Avaluació</b>  | <b>25</b> |
|           | Escala de percepció del canvi de factors resilients<br>per a nens i nenes  | 29        |
| <b>4.</b> | <b>Sessions amb nens i nenes</b>  | <b>31</b> |
|           | <b>Sessió 1: Ens coneixem i trenquem el silenci</b>   | <b>33</b> |
|           | Activitat 1. Introduïm el grup  | 34        |
|           | Activitat 2. Ens coneixem l'un a l'altre  | 35        |
|           | Activitat 3. Coconstruïm les normes de funcionament   | 36        |
|           | Activitat 4. Escollim un nom per al grup  | 37        |
|           | <b>Sessió 2: Identifiquem emocions i sentiments</b>   | <b>38</b> |
|           | Activitat 1. <i>Collage</i> d'emocions  | 40        |
|           | Fitxa 1. <i>Collage</i> d'emocions                                       | 41        |
|           | Activitat 2. El meu mapa d'emocions   | 42        |
|           | Fitxa 2. El meu mapa d'emocions    | 43        |
|           | <b>Sessió 3: Discernim maneres constructives i destructives<br/>    d'expressar la ràbia</b>  | <b>44</b> |
|           | Activitat 1. Ràbia constructiva i ràbia destructiva   | 45        |
|           | Fitxa 1. Ràbia constructiva i ràbia destructiva                          | 47        |
|           | <b>Sessió 4: Aprenem a expressar la ràbia</b>   | <b>48</b> |
|           | Activitat 1. L'olla de pressió  | 49        |
|           | Fitxa 1. L'olla de pressió   | 51        |
|           | <b>Sessió 5: Definim el maltractament.<br/>    Responsabilitat i sentiment de culpa</b>   | <b>52</b> |

---

|   |           |
|---|-----------|
| Activitat 1. Mals tractaments enfront de bons tractaments _____ | 54        |
| Activitat 2. La silueta que fa o diu _____                      | 55        |
| <b>Sessió 6: Compartim experiències difícils.</b>               |           |
| <b>Quan els pares es barallen _____</b>                         | <b>56</b> |
| Activitat 1. <i>La capsa de la Blau</i> _____                   | 58        |
| Fitxa 1. Plantilla <i>La capsa de la Blau</i> ■ _____           | 60        |
| <b>Sessió 7: Explorem sentiments confusos I _____</b>           | <b>61</b> |
| Activitat 1. El pastís dels sentiments I _____                  | 64        |
| Fitxa 1. El pastís dels sentiments I ■ _____                    | 65        |
| Activitat 2. La targeta de seguretat _____                      | 66        |
| Fitxa 2. La targeta de seguretat ■ _____                        | 68        |
| <b>Sessió 8: Aprenem a ser assertius _____</b>                  | <b>69</b> |
| Activitat 1. L'autopista de l'assertivitat _____                | 70        |
| Fitxa 1. L'autopista de l'assertivitat ■ _____                  | 72        |
| <b>Sessió 9: Explorem sentiments confusos II _____</b>          | <b>73</b> |
| Activitat 1. El pastís dels sentiments II _____                 | 74        |
| Fitxa 1. El pastís dels sentiments II ■ _____                   | 76        |
| <b>Sessió 10: Trenquem els estereotips de gènere _____</b>      | <b>77</b> |
| Activitat 1. Ens expliqueu un conte? _____                      | 78        |
| Activitat 2. Targetes d'estereotips _____                       | 78        |
| Fitxa 1. Targetes d'estereotips ■ _____                         | 79        |
| Activitat 3. Ho capgirem? _____                                 | 80        |
| Activitat 4. Ens dibuixem? _____                                | 80        |
| Activitat 5. Inventem un conte? _____                           | 81        |
| <b>Sessió 11: Els oficis _____</b>                              | <b>82</b> |
| Activitat 1. Els oficis _____                                   | 83        |
| Fitxa 1. Els oficis ■ _____                                     | 84        |
| <b>Sessió 12: Un món nou _____</b>                              | <b>87</b> |
| Activitat 1. Conte <i>Un món nou</i> _____                      | 88        |
| Fitxa 1. Conte <i>Un món nou</i> ■ _____                        | 89        |

# Fonamentació teòrica del programa<sup>1</sup>



<sup>1</sup> El contingut teòric que es presenta en aquest apartat respon a una selecció del contingut teòric del Programa de suport psicosocial a fills i filles exposats a violència de gènere, per la qual cosa en correspon l'autoria als autors de l'esmentat programa (Barudy i Dantagnan, 2012).





---

Hi ha poca literatura, però va creixent, sobre les intervencions dutes a terme amb fills i filles de mares víctimes de violència masclista. La modalitat grupal es va començar a treballar cap als anys vuitanta en països anglosaxons, amb nens i nenes que havien estat objecte d'alguna mesura de protecció, i també amb usuaris dels serveis socials que havien patit violència masclista.

Com que en la major part dels casos es tracta de donar **suport a la resiliència secundària i de promoure-la**, els nens i nenes supervivents d'experiències i processos traumàtics necessiten un suport educatiu i terapèutic en una dinàmica grupal, que asseguri també una permanència en el temps i en l'estructura. Mentre avancen en el seu procés personal i grupal, els infants poden coconstruir a poc a poc un ambient de més confiança. Per això és més aconsellable treballar amb un grup com més estable millor, és a dir, un grup tancat.

El present programa opta per un model comprensiu del sofriment i el dany infantils basat en una lectura integral o ecosistèmica del fenomen de l'exposició a la violència masclista. Les accions proposades deriven d'aquesta comprensió, i pretenen tenir un impacte tant preventiu com curatiu.

Es vol donar a conèixer als professionals un model comprensiu que dona noves pistes per entendre les conseqüències d'aquesta violència. Es tracta d'aconseguir que les accions proposades, destinades a disminuir l'impacte d'aquesta violència en els infants, rebin les respostes més coherents i eficaces possibles, perquè l'ajuda no augmenti el sofriment dels afectats.

L'objectiu és contribuir a fer visible el sofriment i el dany que pateixen aquests nens i nenes, aportant, a més, coneixements que emergeixen de les investigacions i experiències recents sobre les conseqüències de l'exposició a la violència. D'aquesta manera, es vol millorar la detecció d'aquests infants per oferir-los ajuda i protecció precoç, suport per promoure la seva resiliència i, finalment, un tractament especialitzat en els casos en què el dany els hagi provocat trastorns greus. El programa

està dissenyat per oferir un model comprensiu de l'exposició infantil a un context de violència masclista en el si de la família i les seves conseqüències, proporcionar elements per a la detecció i el diagnòstic dels nens i nenes afectats, oferir una metodologia terapèutica destinada tant a donar suport a la resiliència d'aquests infants com a promoure-la, i, finalment, compartir les bases d'un mètode terapèutic pensat per tractar el dany psicològic ocasionat per l'esmentada exposició.

Aquest manual ofereix un model terapèutic basat en programes desenvolupats per clínics i investigadors (Cunningham i Baker, 2007; Barudy i Dantagnan, 2005). En aquestes bases científiques se sustenten els models i les tècniques que s'apliquen. Són fruit de les investigacions i experiències de professionals experts en psicotraumatologia sobre l'impacte de la violència en l'aferrament infantil, i d'estudis en el terreny de la neurociència que demostren que diferents nivells de desorganització cerebral i de la ment, com també d'atròfia cerebral, són el resultat de l'estrès sever i crònic provocat per aquests contextos de violència. El programa de suport terapèutic està orientat cap a un efecte reparador i correctiu, ja que ofereix activitats per treballar entorn de la dificultat de modulació emocional, la capacitat de discerniment entre sentir i actuar, la falta de sentit o incomprensió de la situació de violència, la falta de comprensió de la dinàmica víctima-abusador, els sentiments ambivalents cap a l'agressor, els sentiments de culpa, la identitat construïda a partir de les representacions mentals de les figures d'aferrament (home violent, dona víctima impotent), o els sentiments d'impotència, desemparament i por que moltes vegades es converteixen en terror físic. Finalment, s'aporta un mètode terapèutic especialitzat a calmar el patiment, el dolor i l'estrès internalitzat, i a tractar els trastorns afectius, cognitius i conductuals que són conseqüència dels traumes psíquics, que generalment es manifesten com una varietat de trastorns presents en diferents fases del desenvolupament.

### **Manifestacions en infants exposats a la violència masclista**

El fet de tenir terror davant les conductes violentes i amenaçadores envers la mare, viure en un ambient perillós, de por i hostilitat, i patir l'exposició a models

---

negatius de relacions familiars, converteix els fills i filles en víctimes d'un context familiar insegur, de carència i traumatitzant. Això comporta conseqüències negatives importants per al seu desenvolupament i per a la formació de les seves relacions afectives posteriors. L'experiència clínica i les diverses investigacions sobre el tema ho confirmen. Per tant, cal considerar sempre que, quan la dona agredida és mare, el perpetrador de la violència no tan sols està abusant o violentant la dona, sinó també els fills i filles. Tots els clínics i investigadors que estudien els efectes d'aquest tipus de violència en infants estan d'acord que la violència pot tenir una influència significativa en el seu desenvolupament físic, cognitiu, emocional i social, com també en les seves relacions interpersonals durant la infantesa i l'adultesa. En aquest sentit, Dawnovise *et al.* (2007) assenyalen que la presència de símptomes posttraumàtics és una de les conseqüències més habituals. Altres investigacions apunten que, malgrat l'alta freqüència d'aquesta simptomatologia, la seva aparició està determinada per la percepció d'amenaça i de control que els nens i nenes tinguin dels esdeveniments (Graham-Bermann *et al.*, 2006).

Estudis en població preescolar indiquen també la presència de símptomes posttraumàtics, però l'edat dels nens i nenes explica la dificultat que aquests símptomes puguin ser adequadament descrits segons la classificació establerta als manuals DSM (Levendosky *et al.*, 2002).

Altres estudis de gran importància són els que revelen el paper d'aquests contextos de violència en la gènesi de trastorns en els models d'aferrament infantil (Zeanah *et al.*, 1999). El baix rendiment en proves d'intel·ligència (Peek-Rostei *et al.*, 2007) i els trastorns psicossomàtics han estat també assenyalats com a conseqüències importants del mateix fenomen (Saltzman *et al.*, 2005).

Si bé és cert que els resultats de més de vint-i-cinc anys d'investigació mostren un ampli ventall de dificultats possibles (totes relacionades amb l'exposició dels nens i nenes al maltractament infligit a les seves mares), aquesta població no presenta un únic patró de resposta a aquesta violència. El que sí que és segur

és que la violència masclista prediu la presència, clínicament significativa, de **trastorns psíquics en infants**. Però les investigacions evidencien també que uns nens i nenes presentaran efectes clínicament significatius, mentre que en d'altres seran menys evidents per les seves capacitats i recursos resilients (Hughes *et al.*, 2001; Martínez-Torteya *et al.*, 2009).

A Espanya, Corbalán i Patró (esmentats a Patró i Limiñana, 2005) han recopilat informació sobre el percentatge de nenes i nens que presenten dificultats per haver estat exposats a violència masclista. Es va preguntar a dones maltractades residents en centres d'acolliment sobre les dificultats dels fills al seu càrrec, i es va determinar que el 10 % dels nens i nenes tenien problemes de conflictivitat a l'escola, el 7,5 % havien fugit de casa, el 53 % presentaven comportaments violents cap als seus iguals, el 22,5 % eren violents amb les seves mares, el 25 % tenien un baix rendiment escolar, el 32,5 % mostraven símptomes d'ansietat, el 30 % presentaven sentiments de tristesa i aïllament, i el 27,5 % tenien por del maltractador.

### **El món intern dels nens i nenes afectats per la violència masclista**

En els últims vint anys s'han desenvolupat nombroses investigacions clíniques dirigides a entendre les vivències dels infants i adolescents afectats per la violència dels adults. D'aquesta manera, s'ha pogut conèixer millor el que viuen els nens i nenes víctimes de maltractaments, i extrapolar aquests coneixements a les vivències i manifestacions dels fills i filles de mares maltractades, que estan exposats a la violència masclista i que n'estan afectats.

Aquestes vivències s'abordaran considerant els aspectes següents: la seva dinàmica, el seu impacte psicològic, les seves manifestacions conductuals i els desafiaments per als professionals.

---

### **La vivència de culpa**

El sentiment de culpa és present en algun grau en tots els nens i nenes maltractats, i en particular en els que estan exposats a la violència masclista. És important que els ajudem a prendre consciència que l'únic culpable de la violència és la parella de la seva mare, i que el que fa és un delictes penat per la llei. Quan això no passa i les conductes dels infants no s'interpreten com a resultants de la violència (i, el que encara és més greu, els infants són castigats per les seves conductes), hi ha el risc que aquests s'enclaustrin en els seus sentiments de culpa i les seves manifestacions conductuals. Passa el contrari quan membres de la xarxa de relacions del nen o nena (professionals o no) detecten i anomenen la violència, i ofereixen suport a les víctimes. En aquest cas, la detecció pot tenir un impacte terapèutic, des del moment que ajuda a trencar el parany de la culpabilitat i l'aïllament. Com que se senten reconeguts i ajudats com a víctimes de la violència, en un clima afectiu i respectuós, els infants afectats tenen l'oportunitat de canviar i desenvolupar la seva resiliència.

### **La vivència de l'estigmatització**

El sentiment de ser diferents amb relació als altres nens i nenes del seu entorn i el risc que persones externes a la família es puguin adonar de les agressions són altres vivències dels fills i filles exposats a la violència masclista. Aquest sentiment s'agreuja quan el pare o la parella de la mare els ataca també a ells.

Les humiliacions i la vergonya expliquen que aquests fills i filles es comportin com si fossin persones rares. S'aïllen més fàcilment, participen menys en activitats socials i rarament conviden els amics a casa. Aquesta vivència facilita que siguin objecte d'assetjament escolar (*bullying*).

### **Les vivències d'impotència i desemparament**

L'ambient d'amenaça, inseguretat i desprotecció que afecta els fills i filles té una relació molt estreta amb la impulsivitat de l'home agressor i la imprevisibilitat dels seus comportaments. Això fa que les vivències de les filles i fills siguin d'una por

permanent, acompanyada d'impotència i desemparament. Els nens i nenes afectats no tenen cap control sobre la situació, i senten que la seva vida i la de la seva mare estan a la mercè de l'agressor. Aquesta sensació d'impotència, vulnerabilitat i incapacitat de fer alguna cosa per sortir o resoldre la seva situació contribueix a fer que aquests fills i filles, igual que les seves mares, desenvolupin la síndrome d'indefensió apresada (Dutton i Painter, 1981).

### **La vivència de pèrdua**

Com que el pare és una amenaça permanent i la mare no pot estar sempre disponible, els fills i filles s'han d'enfrontar al sentiment de pèrdua del seu món infantil, com també al dol per la falta d'un pare protector i una mare incondicional o emocionalment disponible. Aquestes vivències, que passen pel filtre del desenvolupament evolutiu, expliquen que els nens i nenes tinguin més consciència de la pèrdua en relació amb una família suficientment protectora a partir dels 7 anys. Això pot fer que els fills i filles se sentin sols, siguin desconfiats i desenvolupin una maduració i una autonomia forçades per les circumstàncies. Com en altres contextos de maltractaments infantils, n'és una de les conseqüències més greus la pèrdua de confiança en els pares i en altres persones.

### **La vivència de ràbia intensa i permanent**

Els nens i nenes que creixen i es desenvolupen en un ambient familiar violent, negligent o caòtic poden sentir ràbia i hostilitat intenses que, sovint, són permanents. Això s'explica, entre altres coses, per la contaminació d'un ambient emocional intrafamiliar en què predominen la ràbia i la por. La ràbia, perquè un dels adults significatius per als fills i filles no sap reconèixer, modular i manejar les seves reaccions producte de la frustració o de la por de perdre el control o de ser abandonat. La por, perquè envaeix l'experiència quotidiana de la mare i dels fills per les contínues agressions. En aquest context, hi ha el risc que els fills i filles quedin desbordats per aquestes emocions i es bloquegin les possibilitats de desenvolupament de les seves intel·ligències emocionals. És probable que el que aprenguin és que sentir por i tristesa equival a tenir ràbia, i tenir ràbia dona dret a calmar-la agredint els altres.

---

També pot passar que els fills homes s'associïn afectivament amb més freqüència a l'agressor i que, per un fenomen d'identificació, imitin els comportaments violents i agredeixin la mare i les germanes. Això pot ser també considerat com un mecanisme per gestionar el desemparament i la impotència. Pot passar el mateix també amb les filles, com demostren les últimes investigacions sobre l'augment de la freqüència de simptomatologia externalitzada en les noies. En altres casos, s'ha observat que els fills i filles dirigeixen la ràbia cap a si mateixos: com que no tenen elements per comprendre tot el que passa, s'arriben a considerar mereixedors del que viuen, i queden atrapats en un cercle viciós en què la ràbia davant del que experimenten circula internament o externament. Així es poden arribar a explicar les seves conductes autodestructives i els seus comportaments agressius i hostils, fins i tot amb les persones que els volen ajudar.

## REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

Barudy, J. i Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.

Barudy, J. i Dantagnan, M. (2012). *Programa de apoyo psicosocial a hijos e hijas expuestos a violencia de género*. Barcelona: Obra Social "la Caixa".

Cunningham, A. i Baker, L. (2007). *Little eyes, little ears. How violence against a mother shapes children as they grow*. Londres: Centre for Children & Families in the Justice System.

Dawnovise N., Fowler, D. N. i Chanmugam, A. (2007, novembre). A Critical Review of Quantitative Analyses of Children Exposed to Domestic Violence: Lessons for Practice and Research. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 7(4).

Dutton, D. G. i Painter, S. L. (1981). Traumatic bonding: the development of emotional attachments in battered women and other relationships of intermittent abuse. *Victimology: an International Journal*, 6, 139-155.

Graham-Bermann, S. A., DeVoe, E. R., Mattis, J. S., Lynch, S. i Thomas, S. A. (2006). Ecological Predictors of Traumatic Stress Symptoms in Caucasian and Ethnic Minority Children Exposed to Intimate Partner Violence. *Violence Against Women*, 12, 662.

Hughes, H. M., Graham-Bermann, S. A. i Gruber, G. (2001). Resilience in children exposed to domestic violence. A: S. A. Graham-Bermann i J. L. Edleson (ed.), *Domestic violence in the lives of children: The future of research, intervention and social policy* (p. 67-90). Washington, DC: American Psychological Association.

Levendosky, A. A., Huth-Bocks, A. C., Semel, M. A. i Shapiro, D. L. (2002). Trauma Symptoms in Preschool-Age Children Exposed to Domestic Violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 17, 150.

Martínez-Torteya, C., Bogat, G. A., Von Eye, A. i Levendosky, A. A. (2009, març-abril). Resilience among Children Exposed to Domestic Violence: The Role of Risk and Protective Factors. *Child Development*, 80(2).

Patró Hernández, R. i Limiñana Gras, R. M. (2005, juny). Víctimas de violencia familiar: consecuencias psicológicas en hijos de mujeres maltratadas. *Anales de Psicología*, 21(1), 11-17.

Peek-Asa, C., Maxwell, I., Stromquist, A., Whitten, P., Limbos, M. A. i Merchant, J. (2007). Does Parental Physical Violence Reduce Children's Standardized Test Score Performance?. *Annals of Epidemiology*, 17, 847-853.

Saltzman, K. M., Holden, G. W. i Holahan, C. J. (2005). The Psychobiology of Children Exposed to Marital violence. *Journal of Clinical and Adolescent Psychology*, 34(1).

Zeanah, C. H., Danis, B., Hirshberg, L., Benoit, D., Miller, D. i Heller, S. S. (1999). Disorganized attachment associated with partner violence: A research note. *Infant Mental Health Journal*, 20(1), 77-86.



Indicacions pràctiques  
per a la intervenció  
amb nens i nenes

2



---

És aconsellable treballar amb un grup com més estable millor, és a dir, un grup tancat.

---

“ Formarem, per tant, grups tancats amb un mínim de 6 participants i un màxim de 12.”

---

En aquest sentit, l'ideal són 8 participants per grup, tot i que el més important és no sobrepassar la xifra de 12.

Han d'animar les sessions grupals professionals competents en el desenvolupament de pràctiques que afavoreixin la resiliència infantil, i coneixedors de la dinàmica de la violència contra la dona.

Se suggereix treballar amb dos grups d'edats diferents:

- De 7 a 9 anys
- De 10 a 12 anys

La constitució dels grups per rangs d'edats ha de servir només com una guia aproximada. Cal tenir present que els contextos de violència i de maltractaments provoquen sovint un trastorn generalitzat del desenvolupament, que afecta moltes de les seves àrees. Així, pot passar que un nen o nena d'una edat de 8 anys no tingui el desenvolupament psicoafectiu corresponent.

---

“ Per tant, quan formem un grup és important assegurar-nos que les edats cronològiques dels seus membres no discrepen gaire de les seves edats psicoafectives, per evitar que una gran heterogeneïtat dificulti l'assoliment dels objectius.”

---

Quan els infants estiguin molt nerviosos o inquietos, o quan alguns transgredeixin les regles de convivència, o busquin liderar de forma negativa el grup, és fonamental aprofitar aquests moments per comunicar la dificultat de treballar i optar per algunes intervencions alternatives, com per exemple que una de les dinamitzadores es centri en el nen o nena que presenta el problema, perquè la resta del grup pugui seguir treballant; o bé oferir una pausa de 3 o 5 minuts perquè els infants alliberin energies i es puguin moure i expressar com vulguin, dins dels límits, per descomptat, sense fer mal ni fer-se mal, i poder així tornar a treballar en condicions; o bé ajudar els infants a observar que el seu estat els altera el cor, prenent-los el pols, i que mitjançant exercicis de relaxació i respiració poden tornar a prendre el control sobre el seu cos i les seves emocions. Això últim ha resultat summament útil en la reconducció d'un grup en moments de treball, i forma part també de les intervencions terapèutiques. No deixem d'insistir que, en aquests casos, un enfocament directiu sol ser més eficaç que un de no directiu.

Els terapeutes que mostren una autoritat calmada aconseguen impactar positivament en els infants que tendeixen a presentar problemes conductuals per treballar.

Tot el que hem dit fins ara és indispensable per oferir un espai de treball segur, protegit i previsible, cosa que ha de facilitar la creació d'un clima de confiança que permeti l'adquisició de nous aprenentatges.

### **Estructura proposada per a les sessions**

Benvinguda (10-15 minuts). Joc introductori per establir el millor nivell d'energia que permeti treballar, sigui estimulants o bé modulants la inquietud o les conductes disruptives d'alguns infants.

Moment per compartir com ha anat la setmana (10-15 minuts), en què també es poden utilitzar diferents tècniques. Es reprèn de manera sintetitzada el contingut de l'última sessió, per refrescar la idea d'un procés de treball.

---

Desenvolupament de la unitat (40-50 minuts). Model d'aprenentatge actiu, en un marc de treball interactiu, divertit i participatiu.

El desenvolupament de la unitat incorpora una pausa al mig.

---

“ El temps de descans és cabdal en aquests tallers. Es tracta d'un moment més informal i relaxat, acompanyat d'un berenar que agradi als nens i nenes. En aquest moment els dinamitzadors han de posar la màxima atenció en els infants, ja que és una oportunitat excepcional per compartir experiències que probablement no es produeixen en el moment de l'activitat més estructurada, però sí amb un company o companya o amb un dinamitzador o dinamitzadora.”

---

També ofereix la possibilitat de practicar el que s'ha après. Per exemple, quan s'ensenyen habilitats socials per al maneig de la frustració o respostes davant d'una agressió, es poden aprofitar situacions que es presenten en el descans per il·lustrar i reforçar el que s'ha treballat a les sessions.

Activitat de tancament (15-20 minuts). Activitat compartida sobre el tema treballat: un pòster, un dibuix, una presentació, una cançó, etc. També es pot acabar la sessió amb un joc o amb exercicis de relaxació.

## **Bones pràctiques de les entitats, que sorgeixen a partir de l'avaluació del programa de nens i nenes**

### **A l'acollida del programa**

- Els nens i nenes que han patit violència masclista a casa poden manifestar una sèrie de problemàtiques que dificulten de poder-hi treballar o que s'integrin en el grup. Els menors arriben amb les seves mares, i no se'n fa cap selecció prèvia ni hi ha criteris de selecció, com passa amb les dones.
- Una proposta en aquest sentit és fer una segona entrevista amb la mare acompanyada dels seus fills i filles abans d'iniciar el programa. Aquesta segona entrevista del personal tècnic amb la mare, acompanyada dels seus fills i filles, possibilitaria una millor valoració general dels menors i seria una bona alternativa a aquest problema. Tot dependrà de la informació de què disposin els punts de derivació. Si aquests ja tenen una informació que permet fer una primera valoració dels menors, n'hi haurà prou.

### **La franja d'edat del programa de nens i nenes**

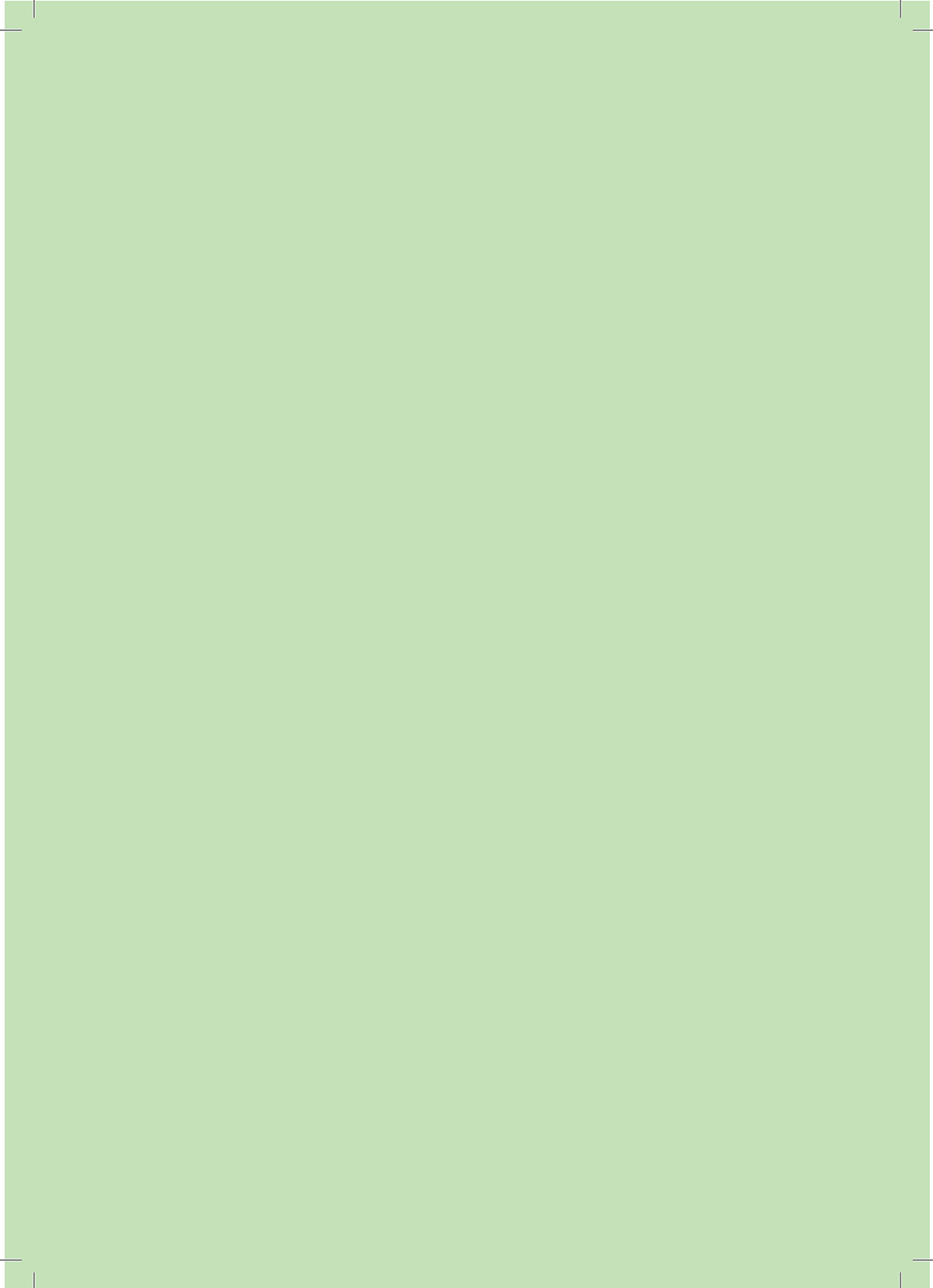
- En relació amb les activitats. El programa de nens i nenes està pensat per a la franja de 6 a 12 anys. Així i tot, les entitats opinen que les activitats són més adequades per als més petits. El personal tècnic creu que els infants més grans a vegades s'avorreixen perquè consideren que les activitats són per als petits, o bé perquè les acaben abans i s'han d'esperar. Algunes entitats solucionen aquesta casuística oferint activitats alternatives per als més grans que acaben abans.
- En relació amb els que queden fora de la franja d'edat, per sota o per damunt. Algunes dones tenen fills que no estan inclosos dins la franja d'edat de 6 a 12 anys, i no saben on deixar-los. Aquestes dones volen assistir al programa, però tenen aquest problema. Algunes entitats ho han solucionat assignant als més grans un paper diferent en el grup i muntant una guarderia per als petits amb el suport de personal voluntari. Els adolescents donaven suport al programa, al

---

mateix temps que el seguien, ajudant amb el material i les activitats. En aquests casos, les tècniques van manifestar que el resultat era satisfactori.

### **Informació a les mares sobre l'evolució dels seus fills i filles**

- En alguns punts s'insisteix que el programa hauria de preveure la devolució del que s'està treballant amb els fills i filles a les mares. L'evolució dels menors és palpable en alguns casos, i el personal tècnic creu que aquesta evolució, i fins i tot la situació en què es troben els menors, s'hauria de transmetre a les mares. Aquestes entitats oferien informació a les mares quan consideraven que era necessari, després d'una activitat la informació de la qual era interessant per a les mares, o bé per poder respondre a les preguntes que els podien fer els seus fills i filles.





Avaluació

3



S'utilitzen dos instruments d'avaluació:

- L'escala de percepció del canvi de factors resilients, que emplenarà el tècnic o tècnica individualment després de la segona i l'última sessió amb nens i nenes.
- Unes preguntes al final de cada sessió, a través de les quals es convida tots els participants a compartir les percepcions i emocions que els han suscitat les activitats.

En el quadre següent es mostren els moments, els agents i la forma d'aplicació d'aquests dos instruments:

| Quan                        | Què  | Qui             | Com                            |
|-----------------------------|--|-----------------|--------------------------------|
| Després de la segona sessió | Escala de percepció del canvi de factors resilients  | Personal tècnic | Individual amb cada nen o nena |
| Després de l'última sessió  | Escala de percepció del canvi de factors resilients  | Personal tècnic | Individual amb cada nen o nena |
| Al final de cada sessió     | Què ha estat el millor o el que més m'ha agradat d'aquest taller?<br>Què ha estat el pitjor o el que menys m'ha agradat d'aquest taller? | El grup         | En grup                        |

A continuació s'indiquen algunes de les consideracions psicopedagògiques que s'han de tenir en compte durant el procés d'avaluació perquè sigui dinàmic, interessant, motivador, proactiu i beneficiós per a totes les persones implicades.

“ El personal tècnic ha de conèixer bé la dinàmica del programa, el seu enfocament i les necessitats que s'intenten cobrir amb la seva aplicació; en definitiva, ha de «fer-se'l seu». Només així podrà dur a terme una avaluació atractiva, interessant i que no esdevingui un element marginal i puntual sense cap connexió amb tot el que s'està treballant.”

El personal tècnic s'ha de comprometre per poder comprometre, al seu torn, les persones que participen en els programes.

En cadascun dels moments d'avaluació, la motivació dels infants adquireix una importància considerable. És el personal tècnic qui ha de promoure aquesta motivació i qui ha de buscar les estratègies per aconseguir l'interès dels participants.

S'aconsella no convertir el moment d'emplenar les escales en un simple instrument pregunta-resposta. Per això, el personal tècnic ha de conèixer bé les escales que s'han d'emplenar.

### **Algunes consideracions per emplenar l'escala de percepció del canvi de factors resilients en la intervenció amb nens i nenes**

---

“ El personal tècnic ha d'emplenar l'escala de percepció del canvi de factors resilients per a nens i nenes de manera individual per a cadascun dels infants que componen els grups. S'ha d'emplenar en dos moments, després de la segona sessió i al final de l'última, a les columnes corresponents.”

---

Al final de la segona sessió, el personal tècnic ha de puntuar de l'1 al 5 cadascuna de les dimensions de l'escala. Ha de fer el mateix al final de l'última sessió de les intervencions. Quan empleni l'apartat corresponent a l'última sessió, s'ha de centrar en el coneixement que té de cada nen i nena en aquest moment, i no en les anotacions que va fer abans de la segona sessió.

## Escala de percepció del canvi de factors resilients per a nens i nenes

ÀLIES .....

|  | 2a sessió | Última sessió | Restar el resultat de la 2a sessió al de l'última |
|--|-----------|---------------|---|
| 1. Se sent part del grup.<br>Comentari:                                      | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 2. Mostra motivació i interès per les tasques que es proposen.<br>Comentari: | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 3. Intenta finalitzar les tasques que comença.<br>Comentari:                 | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 4. Accepta els límits que s'han establert.<br>Comentari:                     | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 5. Ajuda els altres companys.<br>Comentari:                                  | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 6. Quan necessita ajuda, la busca en els seus companys.<br>Comentari:        | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 7. Quan necessita ajuda, la busca en la facilitadora del grup.<br>Comentari: | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |

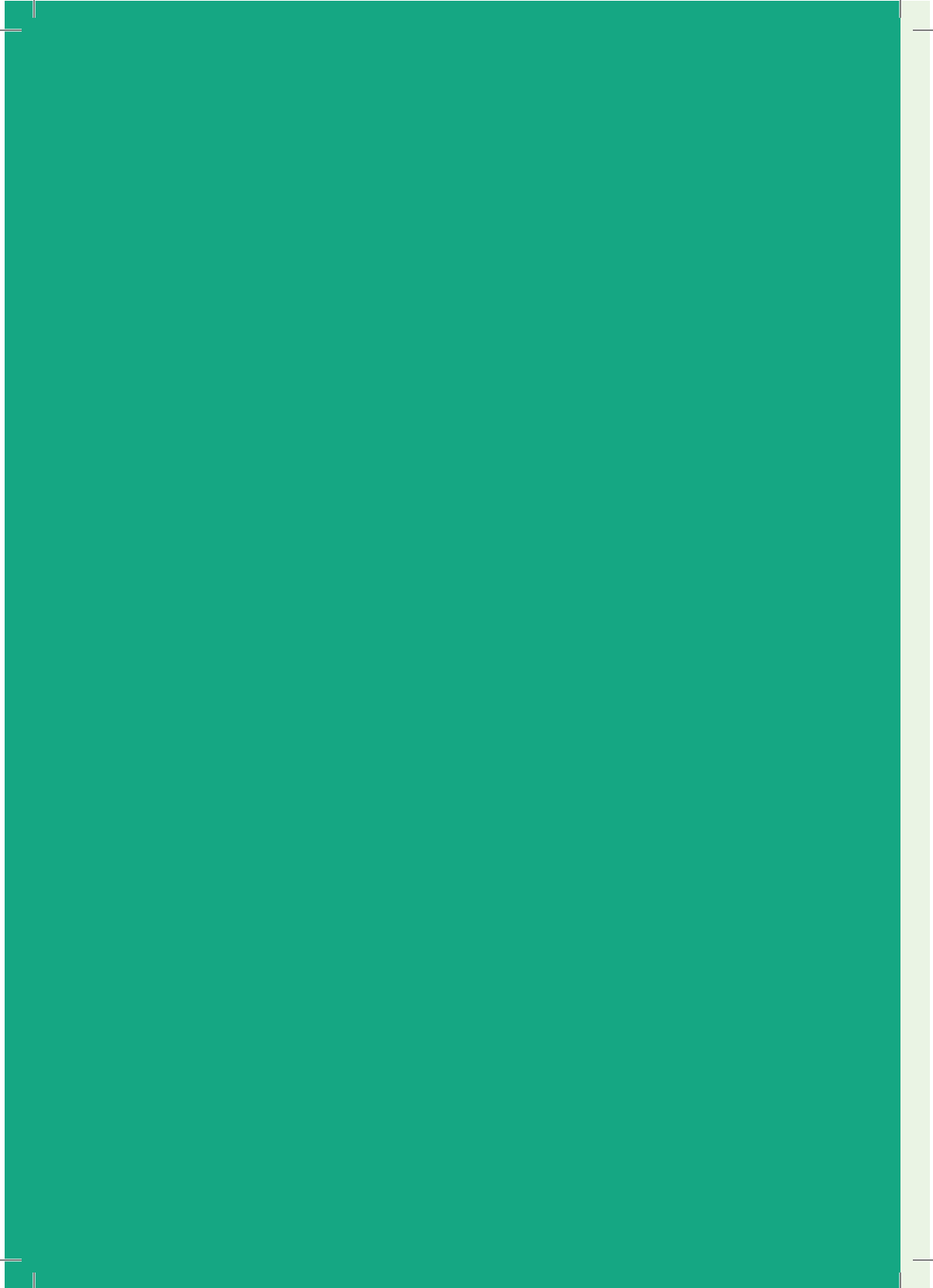


|   | 2a sessió | Última sessió | Restar el resultat de la 2a sessió al de l'última |
|---|-----------|---------------|---|
| 8. Se'l veu content/a.<br>Comentari:  | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 9. Té confiança en ell/a mateix/a.<br>Comentari:                              | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 10. Sap relacionar-se amb els altres companys.<br>Comentari:                  | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 11. Davant d'un conflicte, busca estratègies per solucionar-lo.<br>Comentari: | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 12. Mostra creativitat en les seves respostes i produccions.<br>Comentari:    | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| 13. Busca estratègies per gestionar les seves emocions.<br>Comentari:         | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5     | <input type="text"/>                              |
| <b>Comentari general:</b>   |           |               |   |

Com més gran és la diferència entre la segona sessió i l'última, més important és l'evolució que ha experimentat el nen o nena.

Sessions amb  
nens i nenes

4





---

# Sessió 1

Ens coneixem i trenquem el silenci

---

## Objectius

- Crear un ambient càlid i segur que permeti la participació espontània i col·laboradora en el procés, i també una bona cohesió de grup.
- Reconèixer les característiques personals de cada participant i, al mateix temps, explicitar el denominador comú que els uneix, per després informar-los de l'estructura, el contingut i la finalitat dels tallers.
- Animar els participants a anar a les sessions i a participar en aquest treball grupal.
- Coconstruir amb els participants les normes i regles per treballar en grup, i escollir un nom per al grup.

---

## ACTIVITAT 1. Introduïm el grup

---

Una vegada presentades les persones dinamitzadores, és important establir des del principi un sentit de la finalitat i la utilitat de participar en el programa. Sortir del secret o trencar el silenci sobre les experiències adverses és el primer pas que hauria de fer qualsevol persona víctima de maltractaments en el seu procés de reparació. Sabem que els nens i nenes que són testimonis de violència a la família viuen sentiments de vergonya i solitud, i cal treballar sobre això. No es pot oblidar mai que la resiliència es construeix també sobre aquesta atribució de sentit. De la mateixa manera que és fonamental ajudar els participants a trobar un sentit en l'adversitat, també ho és trobar-lo en les activitats que els ajudaran a sortir del determinisme d'aquesta adversitat. Aquest aspecte es pot treballar amb els participants amb preguntes dirigides a establir quines són les seves representacions sobre la participació en el grup, el que els han explicat o la utilitat de participar en un programa com aquest. Es poden plantejar preguntes com aquestes:

- Què és el que heu imaginat que farem junts i per a què us podria servir?
- Creieu que és una bona idea o una mala idea participar en aquestes activitats?

També es pot proposar l'activitat següent: els nois i noies que no volien venir al taller expliquen en quins perills van pensar i quines són les seves bones raons per no voler participar en el programa. Els altres, als qui els ha semblat una bona idea, expliquen també quines són les seves bones raons per al contrari. L'important és aconseguir un consens que permeti que el grup tingui una identitat compartida per tots els participants. La identitat grupal ha de reflectir els continguts i els objectius del programa. Es pot arribar, per exemple, a l'enunciat següent: «Tots els nens i nenes que participen en aquest grup ho han passat malament a casa seva o en la seva vida i, encara que per a alguns és més fàcil compartir les seves coses que per a d'altres, tots volen tirar endavant. En aquest grup compartirem les situacions difícils que tots hem viscut, com per exemple conflictes, baralles molt fortes entre els pares i molts problemes a casa, i aprendrem d'aquestes situacions. En aquests tallers aprendrem a conèixer-nos millor i, d'aquesta manera, a trobar-nos millor a casa, amb nosaltres mateixos i amb els pares».

---

## ACTIVITAT 2. Ens coneixem l'un a l'altre

---

Les persones dinamitzadores poden triar una dinàmica que ja coneguin, qualsevol que convidi els nens i nenes a conèixer-se. És aconsellable no fer una activitat que exigeixi escriure o alguna habilitat o destresa específica, perquè podria tenir un efecte negatiu en la participació d'alguns infants que no s'hi sentissin competents. Aquí es proposa l'activitat següent, que en general dona bons resultats.

Rodant la pilota. Els participants s'asseuen en rotllana a terra amb les cames obertes i els peus tocant els dels companys del costat. Es van passant una pilota de l'un a l'altre i, mentre ho fan, es pregunten el nom. Un cop tots els nens i nenes hagin dit el seu nom, en una segona ronda les persones dinamitzadores poden plantejar al nen o nena que té la pilota preguntes com ara:

- Quines són les teves postres preferides?
- Quants anys tens?
- Quin és el teu programa favorit de la tele?

Després de les preguntes de les persones dinamitzadores, la resta del grup també pot fer preguntes al nen o nena que tingui la pilota.

### ACTIVITAT 3. Coconstruïm les normes de funcionament

---

A la primera sessió és important deixar clar com funcionarà el grup, el que es permetrà i el que no es permetrà durant les activitats, i per què cal respectar aquestes normes. Com més clara i precisa sigui la informació respecte d'aquestes trobades, menys possibilitats hi ha que els nens i nenes s'hi sentin insegurs i incòmodes i que es creï un ambient impredecible. Es recomana que les regles de funcionament del grup s'estableixin a la primera sessió a partir de la participació de tots els membres, cosa que augmenta la possibilitat de cohesió.

Als programes dinamitzats a Espanya i Xile s'establí una llista conjunta en la qual es reunien les propostes dels nens i nenes participants i les propostes de les persones dinamitzadores.

---

## ACTIVITAT 4. Escollim un nom per al grup

---

És un bon suggeriment demanar als nens i nenes que busquin un nom per identificar-se com a grup. Aquesta cerca permet fer un treball d'equip en què cadascú pot aportar idees, viure l'experiència de posar-se d'acord i treballar la creativitat i, a més, crear un sentit de pertinença i cohesió de grup.

### Materials

- Una pilota
- Paperògraf i retoladors (per coconstruir les regles del grup)

**Nota:** Una vegada feta la primera o les primeres sessions, l'equip de terapeutes ha de confirmar si cadascun dels participants pot treballar i adaptar-se al ritme del grup. S'ha de fer així perquè la primera selecció no garanteix sempre que un nen o nena pugui afrontar el gran desafiament de treballar amb altres infants en un espai i en un temps estructurats com els que es proposen. Pot passar, per exemple, que infants amb comportaments massa disruptius o hiperactius no s'adaptin a la dinàmica del grup, i això, en comptes d'ajudar-los, els reforçarà el sofriment. En aquests casos, és fonamental oferir al nen o nena un altre tipus de recurs i redefinir la decisió per evitar sentiments d'exclusió, ocupant tot el temps que calgui per explicar-li, en presència dels altres participants, que ens sap greu que no estigui preparat per treballar en grup, però que buscarem i li oferirem una altra forma d'ajuda, de manera que es pugui sentir millor, com per exemple un seguiment personalitzat.

---

# Sessió 2

Identifiquem emocions i sentiments

---

## Objectius

- Legitimar les emocions experimentades, siguin positives o negatives, en particular la por, la tristesa i la ràbia associades a experiències viscudes.
- Ajudar els nens i nenes a reconèixer i associar les emocions i els sentiments a situacions, gestos i paraules, com també a conèixer estratègies per passar d'una emoció negativa a una altra de més positiva.
- Convidar els infants a autoobservar-se i a reconèixer com viuen i senten diferents emocions i sentiments en el seu cos. Es tracta d'ajudar-los a ser-ne conscients i a modular-los.

---

## Introducció

Els infants que han viscut situacions difícils en la seva vida, sobretot si no són passatgeres, tenen sovint dificultats per expressar i modular les seves emocions. La idea és poder ajudar-los a expressar els seus sentiments i emocions amb paraules. Per fer-ho, abans que res, els han de comprendre, reconèixer i identificar en ells mateixos i en els altres.

Es comença amb les emocions bàsiques: tristesa, ràbia, alegria i por. Es tracta d'ajudar els nens a reconèixer la legitimitat i la universalitat de les emocions. Per això, cal fer en primer lloc l'activitat «*Collage* d'emocions», que permet entrar en el món de les emocions i els sentiments d'una manera no amenaçadora. Posteriorment es poden indagar altres registres emocionals més complexos, com ara la frustració, els nervis, la relaxació, la solitud, l'orgull i la vergonya. Al principi, s'ajuda els nens i nenes a reconèixer els seus propis sentiments observant-se el cos, la cara, les expressions i les sensacions en diferents parts del cos (nus a la gola, papallones a l'estómac, etc.), i després, mitjançant al·lusions a descripcions d'estats interns referents a aquestes emocions. Amb aquest objectiu es proposa l'activitat «El meu mapa d'emocions». Una vegada reconegudes i identificades les emocions definint-les amb paraules, es convida a explorar-les i associar-les a experiències presents i passades.

---

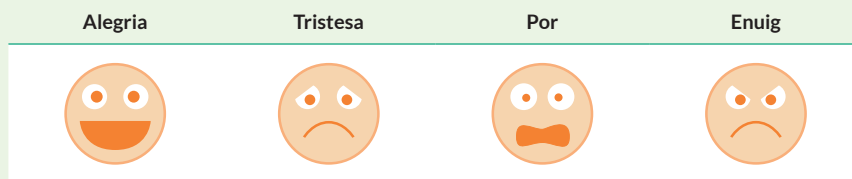
## ACTIVITAT 1. Collage d'emocions

---

Es demana als infants que retallin fotos, paraules, imatges de situacions, etc. associades a diferents emocions. Se'ls lliura la fitxa corresponent a l'activitat perquè enganxin aquests retalls, formant petits *collages*, a la cara que representi l'emoció corresponent.

Un cop fet aquest treball, els nens i nenes poden enganxar aquest enorme *collage* d'emocions a la seva sala de treball.

Alguns exemples d'emocions representades a les cares:



Es tracta de fer veure als infants que les emocions són una cosa que podem dominar o controlar, i que, per tant, podem passar d'una emoció a una altra. Es demana als participants, mitjançant les preguntes següents, que diguin exemples de com es pot passar d'un estat emocional a un altre:

- Com pot un nen o nena estar content i després enfadat? Què pot haver passat?
- Com es pot passar d'estar trist a estar content?
- Qui pot donar un exemple d'estar content i després trist?

És probable que els infants donin respostes relacionades amb canvis en el context, i no amb estratègies personals per sortir d'una emoció, que és el que es pretén aconseguir.



## Collage d'emocions

Content/a



Trist/a



Nerviós/osa



Relaxat/ada



Espantat/ada



Enfadat/ada



Preocupat/ada



Avergonyit/ida



## ACTIVITAT 2. El meu mapa d'emocions

---

Es dona als nens i nenes la plantilla corresponent a l'activitat. Cadascun ha de triar quatre colors i pintar la casella corresponent a cada emoció amb el color que hi associï. Després, ha d'acolorir la silueta que representa el nen o nena en funció de les parts del cos que consideri afectades per les diferents emocions. Una vegada fet el treball individual, es comparteix amb el grup i s'observen les similituds i diferències entre els dibuixos. S'incentiva els nens a parlar de les seves emocions, reconeixent-les i legitimant-les com a pròpies de totes les persones. El que és important és expressar-les sense fer mal ni fer-se mal (particularment, la ràbia).

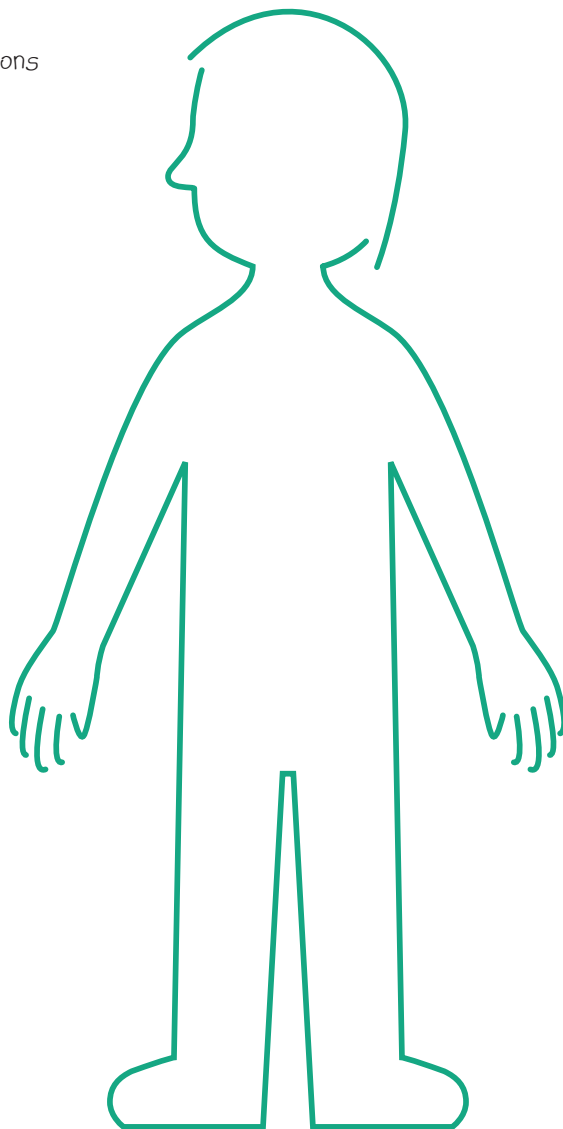
### Materials

- Fitxa «Collage d'emocions»
- Fitxa «El meu mapa d'emocions»
- Llapis de colors
- Revistes variades
- Tisores (sense punta)
- Pega
- Retoladors

## El meu mapa d'emocions

Acoloreix les teves emocions

- Alegria
- Ràbia
- Tristesa
- Por



---

# Sessió 3

Discernim maneres constructives i destructives d'expressar la ràbia

---

## **Objectius**

- Diferenciar entre sentir i expressar sentiments i emocions.
- Reconèixer diferents intensitats de la ràbia, des de la irritació fins a l'explosió, identificant, d'una banda, alguns indicadors corporals, i de l'altra, idees o pensaments erronis que contribueixen a intensificar aquesta emoció.
- Discernir entre maneres adequades i inadequades d'expressar la ràbia.

## **Introducció**

En els primers anys de vida, quan els infants lluiten per concretar els seus impulsos i desitjos, i tenen les típiques rebequeries, necessiten una contenció afectiva per part d'una persona adulta que els calmi i els condueixi de nou a un estat de repòs i tranquil·litat. Aquesta resposta o control extern és el que permet desenvolupar pas a pas un control intern, una modulació dels impulsos i desitjos, i una regulació de les emocions. Els nens i nenes víctimes de violència masclista que han crescut en contextos més aviat tensos i hostils, i amb poc control de la modulació emocional per part dels adults, van aprenent d'aquests models que han viscut. A més, no sempre hi ha hagut algú que els ha calmat i contingut, de manera que després els és difícil o impossible trobar mitjans per calmar-se per si mateixos i regular les seves emocions. Així, els objectius d'aquesta sessió són que els nens i nenes aprenguin a diferenciar entre sentir i expressar les seves emocions, particularment la ràbia; i que aprenguin a reconèixer aquestes emocions en ells mateixos i en els altres per poder destriar entre maneres adequades i inadequades d'expressar la ràbia.

---

## ACTIVITAT 1. Ràbia constructiva i ràbia destructiva

---

Amb aquesta activitat es vol ajudar els infants a reconèixer i identificar maneres apropiades i inapropiades d'expressar la ràbia. La ràbia és normal, saludable i bona, però la seva expressió pot ser nociva. Per tant, cadascú és responsable de la seva pròpia ràbia i de la seva manera d'expressar-la. Es convida a conversar a l'entorn dels aspectes següents:

- Coses que ens fan enfadar: a casa, a l'escola, amb els amics.
- Coses que fem quan ens enfadem.
- La manera d'enfadar-se.

S'escriu al paperògraf o a la pissarra una taula com aquesta:

| Ràbia destructiva | Ràbia constructiva |
|-------------------|--------------------|
|                   |                    |
|                   |                    |
|                   |                    |
|                   |                    |

Es divideix el grup en dos per fer l'activitat. Mitjançant una pluja d'idees, es demana als nens i nenes exemples per completar les dues columnes de la taula. És important que en la discussió es recalqui que la ràbia destructiva és abusiva i que la ràbia constructiva és saludable. Alguns exemples de la primera: clavar puntades a les portes, insultar, pegar, estirar els cabells, empènyer algú, etc.

S'ajuda els infants a pensar formes d'expressar la ràbia constructiva: córrer, estripar un diari vell, escriure una carta, sortir a tirar pedres al camp (assegurant-se que no hi ha perill, naturalment), comptar fins a cent, respirar profundament, pensar en positiu, visualitzar alguna cosa bonica o un lloc segur, parlar amb algú del que sentim, etc.

Un cop els dos grups hagin completat la seva taula, es forma una rotllana per compartir-les. La persona dinamitzadora va escrivint a la pissarra tots els suggeriments, eliminant-ne les idees repetides. Un cop completades les dues columnes, se'ls mostra el cartell «Les regles de la ràbia» de la fitxa «Ràbia constructiva i ràbia destructiva» de l'activitat 1. A continuació, se'ls demana que llegeixin la columna «Ràbia destructiva». Aquí han d'aparèixer exemples de com les persones fan mal a altres persones, es fan mal a si mateixes i fan malbé les coses o el seu entorn quan s'enfaden. Es tracta que els infants busquin els exemples corresponents a aquests tres aspectes esmentats a les regles de la ràbia.

Al final de la dinàmica, es dona una cartolina a cada nen i nena perquè hi escrigui aquestes regles, decori el seu cartell i se les endugui a casa.

### **Materials**

- Fitxa «Ràbia constructiva i ràbia destructiva»
- Cartolina gruixuda per a cada participant (mida DIN A4)
- Material per decorar en paper
- Retoladors i diferents tipus de llapis de colors
- Paperògraf o pissarra

---

## Ràbia constructiva i ràbia destructiva

Les regles de la ràbia



Tu tens dret a sentir ràbia, però:  
No a fer mal als altres  
No a fer-te mal a tu mateix  
No a fer malbé les coses

---

# Sessió 4

Aprenem a expressar la ràbia

---

## **Objectius**

- Identificar moments, experiències, aspectes o persones que ens han fet sentir molt enfadats, com una manera de legitimar la ràbia, i compartir situacions similars.
- Reconèixer les formes adequades d'expressar la ràbia i aprendre altres expressions alternatives.
- Reafirmar l'expressió adequada d'emocions i sentiments.

## **Introducció**

Cal reconèixer la ràbia que ens provoquen o ens han provocat diferents situacions de la vida, i entendre que, si no expressem aquesta ràbia, hi ha el risc que se'ns quedi dins, ens faci sentir molt tristos i molt malament amb nosaltres mateixos, o bé pot sortir i fer mal als altres. Hi ha dues tendències pel que fa a la gestió d'una emoció intensa com la ràbia: d'una banda, la inhibició de la seva expressió desenvolupant mecanismes de submissió inadequats o dificultats per comunicar de manera assertiva el que sentim o el que pensem; i d'altra banda, la desinhibició, la falta de modulació o control d'impulsos, que ens pot conduir a l'altre extrem, és a dir, a una ràbia desbordada i mal regulada que comporta conductes inadequades.



---

## ACTIVITAT 1. L'olla de pressió

---

L'emoció de la ràbia ja s'ha treballat en alguna de les activitats anteriors. Per tant, ara incidirem en la diferència entre emoció i conducta: emoció és el que se sent, i conducta és l'acció que es fa.

Es mostra als participants una olla de pressió, com funciona i per a què serveix. Convé que ens assegurem que els nens i nenes comprenen la diferència entre aquesta olla i les altres, explicant el concepte de vàlvules de seguretat (petits forats que permeten que en surti el vapor o líquid). S'explica als infants que l'olla de pressió ha d'estar en bones condicions per funcionar bé, perquè, si no és així, les vàlvules de seguretat podrien no funcionar i l'olla explotaria fàcilment.

S'exposa l'analogia entre l'olla de pressió i el nostre cos i el nostre cervell. Moltes vegades som com una olla de pressió, en la qual s'acumulen coses que ens provoquen sentiments forts de ràbia. A mesura que al nostre entorn hi ha més tensió o més problemes (el foc), ens anem omplint de ràbia, com l'olla, que es va omplint de vapor fins que, quan ja és plena, el vapor surt per les vàlvules de seguretat. A nosaltres ens passa una cosa semblant: si no tenim vàlvules de seguretat correm el perill d'omplir-nos de ràbia i explotar.

Es reparteixen als nens i nenes uns quants trossos de paper i la plantilla corresponent de l'activitat. Se'ls convida a escriure en els papers les seves ràbies guardades: què, qui, quan, on, per què, etc. Després enganxen aquests papers dins l'olla que apareix a la plantilla.

S'expliquen els desavantatges d'actuar com una olla de pressió, és a dir, guardar-se o quedar-se amb la ràbia a dins i treure-la sense vàlvules de seguretat, explotant.

Mitjançant una pluja d'idees, es confecciona una llista amb les vàlvules de seguretat que podem utilitzar perquè la nostra ràbia no es quedi tancada ni corri el

greu risc d'explotar. Les vàlvules de seguretat no són res més que maneres constructives d'expressar la ràbia o, en altres paraules, maneres segures d'enfadar-se. S'anima els infants a participar i a compartir les seves idees en aquest sentit. Després s'hi aporten idees noves, com ara escriure una carta, fer alguna cosa física com córrer, fer esport, buscar algú per parlar i compartir com ens sentim, dir a l'altra persona el que realment li volem dir, imaginar-nos de forma relaxada que les coses poden canviar, mostrar als altres el dolor o el mal que han fet, agafar un llapis i dibuixar el que estem sentint, respirar profundament i pensar en alguna cosa positiva, imaginar-nos el que passarà després, dir a l'altra persona la frase «Em sento...», etc.

A continuació, es demana als nens i nenes que escriguin quines són les seves vàlvules preferides en la seva vida quotidiana, quines els funcionen i quines volen intentar de provar. S'acaba l'activitat convidant tot el grup a comentar com s'han sentit fent aquest treball.

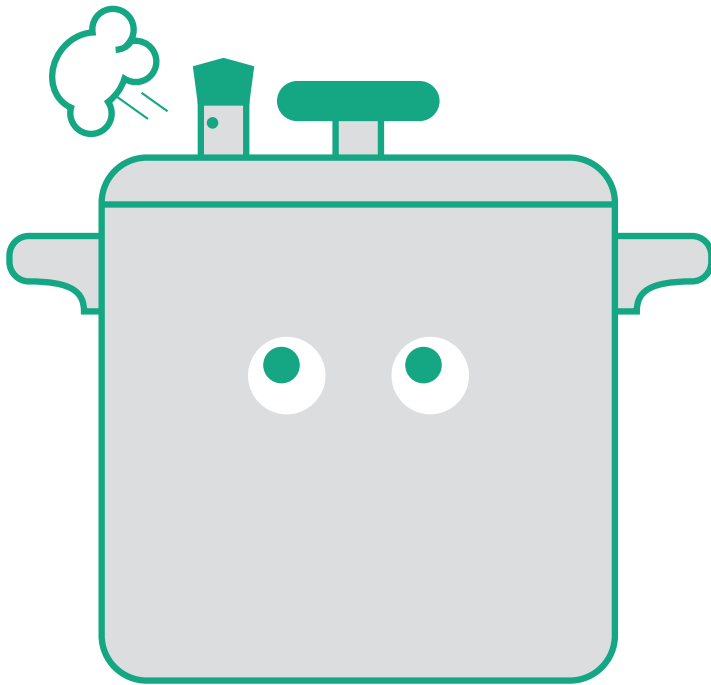
### **Materials**

- Una olla de pressió, o una foto si no és possible tenir-ne una
- Petits trossos de paper de diferents formes i colors (clars)
- Fitxa «L'olla de pressió»
- Llapis negre i goma d'esborrar
- Pega

---

## L'olla de pressió

NOM: .....



Les meves vàlvules de seguretat preferides són:

1.....

2.....

3.....

---

# Sessió 5

Definim el maltractament. Responsabilitat i sentiment de culpa

---

## **Objectius**

- Aprendre què són els maltractaments i a diferenciar-los dels bons tractaments.
- Conèixer i identificar els diferents tipus de maltractaments.
- Ensenyar als nens i nenes que tenim alhora l'opció d'ajudar els altres i la de fer-los mal, i que cadascun és responsable de les seves eleccions.
- Promoure en els nens i les nenes patrons de conductes positives basades en el bon tracte.

## **Introducció**

Aprendre a definir el concepte de maltractament permet als infants parlar d'aquest tema amb la finalitat de corregir percepcions i representacions inadequades, especialment pel que fa a assumir la responsabilitat o atribuir-la a les mares. El més important en aquest aprenentatge és insistir que no s'ha de maltractar ningú, que no està bé i que ningú no té dret a maltractar una altra persona en cap circumstància. Això pot convidar els nens i nenes a reavaluar la conducta dels seus pares i els estils parentals.

Aquesta sessió permet introduir i ressaltar el concepte de responsabilitat, ja que per als nens i nenes és molt més acceptable i manejable responsabilitzar que no pas culpar la persona agressora. D'una banda, els sentiments de culpa que molts infants experimenten en situacions de violència masclista són generats per aquesta absència de responsabilitat de la persona adulta agressora i, de l'altra, emergeixen d'aquesta falta de sentit i comprensió davant del que han viscut. Aquest últim punt és el que es tractarà a la pròxima sessió.

---

En paral·lel al concepte de maltractament, és important treballar el de bon tractament. Aquesta activitat s'assembla a la de la sessió 3, en la qual s'ha tractat la ràbia constructiva i la destructiva. En aquest cas, però, el tema dels maltractaments i els bons tractaments és molt més ampli, ja que engloba aspectes que van més enllà de la conducta agressiva.

---

## ACTIVITAT 1. Mals tractaments enfront de bons tractaments

---

Es convida els infants a trobar el significat de la paraula *maltractament*. Podem començar amb una pluja d'idees respecte dels diferents tipus de maltractament: físic, sexual, emocional, etc. Es pot definir el concepte de maltractament com «qualsevol conducta que fa mal a una altra persona i que no és un accident». Per a infants més petits podem precisar: «Qualsevol cosa que un fa o diu i que fa mal a una altra persona. Quan passa això, aquesta altra persona se sent malament, sent por i ràbia, i se sent malament amb ella mateixa». A partir d'aquí, es pot enllaçar amb el terme *violència* i aprofundir en els tipus de violència.

La persona dinamitzadora crea una taula al paperògraf o a la pissarra. A la columna esquerra escriu aquestes idees i els exemples que els nens i nenes vagin proposant. És possible que els infants facin referència a experiències properes, personals o familiars, i és una bona oportunitat per apreciar la valentia de parlar-ne i convidar la resta del grup a compartir aquestes vivències. D'aquesta manera es prepararà el clima de treball per a la propera sessió, que és on s'aprofundiran aquestes experiències.

Una vegada comentat el concepte, es convida els infants a pensar què seria el contrari de maltractament o de conductes agressives i violentes. Sorgiran els termes de *bon tracte* o *bons tractes*, que es poden definir com «qualsevol conducta de respecte i ajuda a una altra persona». Per a infants més petits: «Qualsevol cosa que un fa o diu i que fa sentir bé una altra persona». Es proposa als infants que posin exemples que vulguin compartir. Es pot reflexionar sobre la idea de tractar els altres com ens agradaria que ens tractessin. És important aquest punt per no focalitzar l'activitat només en idees negatives.

La persona dinamitzadora escriu, a la columna de la dreta de la taula del paperògraf o pissarra, les idees i els exemples que els infants van aportant.

---

## ACTIVITAT 2. La silueta que fa o diu

---

Es prepara abans un gran plec de paper amb el dibuix de la silueta del cos d'un nen o nena a mida real, aproximadament d'uns 120 centímetres d'alçada. En aquest dibuix només se n'ha de dibuixar la cara, i es deixa la resta de la silueta en blanc.

Es reparteixen als nens i nenes retoladors del mateix color i se'ls demana que vagin escrivint, a les diferents parts del cos dibuixat, les coses que ells mateixos o altres infants poden fer perquè els altres se sentin malament, per exemple, maltractar verbalment, insultar, enganyar, etc. A continuació se'ls dona retoladors d'un altre color, aquesta vegada perquè hi escriguin les coses que ells mateixos o altres infants puguin fer perquè els altres se sentin bé.

Per acabar l'activitat es convida els infants a comentar el que han escrit. També es transmet el missatge que cada dia prenem decisions, i que és responsabilitat nostra assumir allò que decidim de fer o dir.

### Materials

- Pissarra o paperògraf
- Retoladors de dos colors
- Plec gran de paper amb el dibuix de la silueta del cos d'un nen o nena

---

# Sessió 6

Compartim experiències difícils. Quan els pares es barallen

---

## Objectius

- Permetre un espai per exposar-hi experiències personals i familiars a l'entorn de la violència, compartint sentiments associats a aquests successos, per evitar així l'efecte de l'estigmatització i la llei del silenci que a vegades s'imposa, implícitament o explícitament, en la cultura de la violència masclista.
- Aprendre que la violència de qualsevol forma no és acceptable i que no té res de positiu en cap circumstància.
- Explorar sentiments de culpa per les situacions violentes viscudes a casa i ensenyar que els nens i les nenes, facin el que facin, no són mai responsables del fet que els adults els facin mal.



---

## Introducció

Per a alguns nens i nenes és fàcil compartir experiències en format de grup, però per a d'altres pot ser difícil. Expressar sentiments associats a experiències difícils i molt sovint traumàtiques és una tasca molt dura per als infants. Per aquest motiu, són elements fonamentals en aquest procés el clima afectiu i inclusiu que hi hagi en el grup, la confiança establerta des de les primeres trobades, i el suport i l'empatia dels terapeutes, com també el fet que tots els nens i nenes tinguin clar que tot allò que es diu en el grup queda en el grup i no en surt. El format de grup permet, d'una banda, i potser per primera vegada per a alguns infants, tenir la possibilitat d'expressar experiències, vivències, sentiments i pensaments relacionats amb la violència masclista, i també altres tipus de violència; i d'altra banda, ser testimoni de les experiències, els sentiments i els pensaments dels altres membres del grup.

Perquè aquesta activitat es dugui a terme de forma amena i òptima, és important recordar això:

- És bàsic que no hi hagi cap nen o nena que se senti obligat a compartir les seves experiències perquè, de la mateixa manera que pot ser una experiència d'alleujament, també pot provocar un cert estrès pel fet d'haver d'explicar una cosa dolorosa. És important que els participants tinguin clar que poden compartir el que vulguin i únicament el que vulguin explicar.
- Quan els infants senten altres infants que parlen sobre les experiències que han viscut a casa, descobreixen que no són els únics als qui els han passat aquestes experiències de violència. Això permet disminuir l'estigmatització, les distorsions cognitives i les representacions negatives sobre ells mateixos i les seves famílies. A més, els ajuda a situar-se adequadament amb relació a la responsabilitat dels fets abusius.

---

## ACTIVITAT 1. *La capsa de la Blau*

---

Es convida els nens i nenes a escoltar el conte *La capsa de la Blau* (és a la solapa del manual). Una vegada llegit, se'ls demana que dialoguin i que comparteixin les impressions que han tingut amb el conte. Convé centrar la conversa en els sentiments de culpa i distingir aquests sentiments de la responsabilitat que tenen les persones adultes de controlar els seus comportaments.

S'explica als infants que a continuació construiran una capseta. Es poden fer servir capsos de llumins per agilitzar la tasca. Si no és possible, es facilita una plantilla per construir una capseta de paper o cartolina. Ens hem d'assegurar que la capseta és de la mida màxima d'un mòbil, i que el nen o nena la pot agafar fàcilment amb la mà.

Un cop feta la capseta, es convida els participants a decorar cadascun la seva, per tal que hi puguin guardar els seus records. Se'ls pot oferir material atractiu per a la decoració de la capseta. Cal recordar que, per descomptat, la capseta no ha d'estar tancada del tot. Tot seguit, se'ls demana que escriguin o dibuixin en petites targetes o tires de paper els records que els ha suggerit la lectura del conte, associats a experiències tristes, de por i de ràbia. És important que els infants sàpiguen des del principi que poden fer l'activitat privadament i que tenen la llibertat de compartir només allò que vulguin (podran guardar la caixa amb la resta de material que tenen les persones dinamitzadores).

Un cop feta la dinàmica i amb les capsos plenes de records escrits o dibuixats, es proposa als infants fer una rotllana i parlar sobre l'activitat. Els infants que vulguin fer un dibuix en un full, també el poden fer i posar-lo després dins la caixa.

Les persones dinamitzadores se centraran, a tall de conclusió, en els objectius d'aquesta activitat.

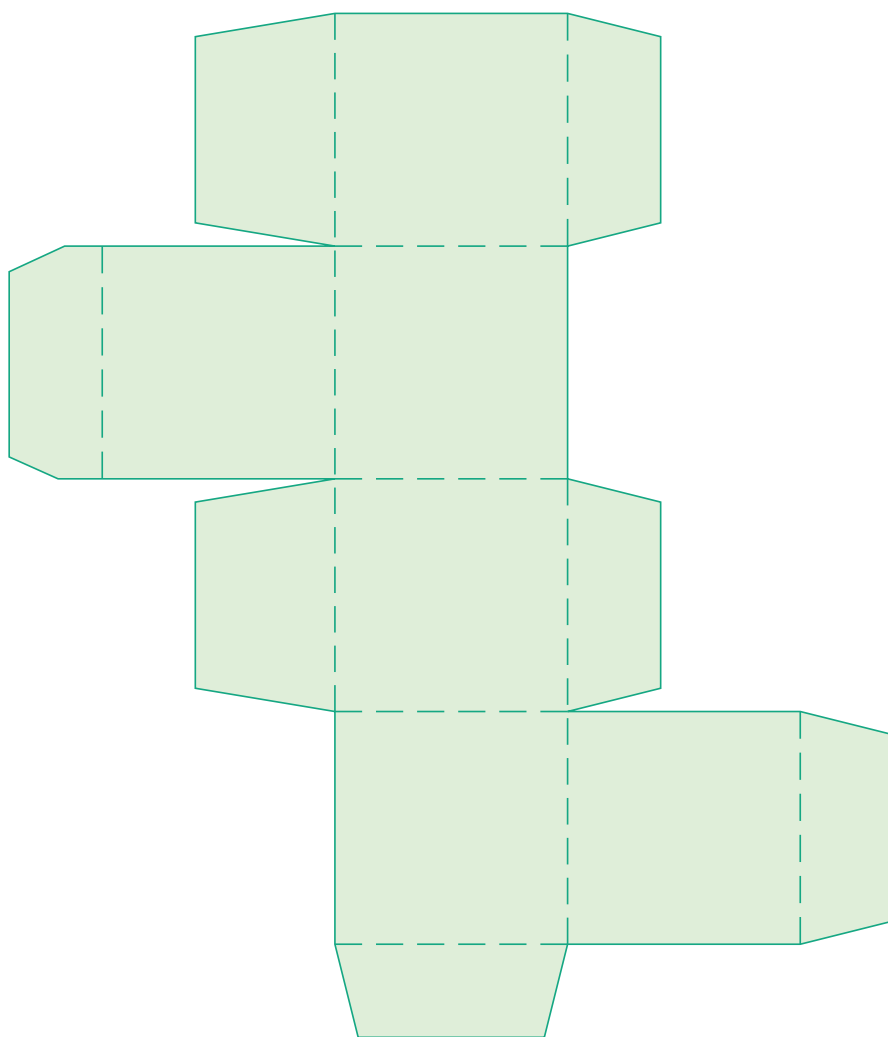
---

## Materials

- Conte *La capsa de la Blau* (és a la solapa del manual i a l'USB)
- Fitxa «La capsa de la Blau»
- Material per decorar la caixa: colors, adhesius, cintes o papers de decoració
- Trossos rectangulars de paper, com targetes de presentació o tires (com a mínim 10 per participant)
- Fulls blancs DIN A4 (per als infants que vulguin dibuixar)
- Llapis de colors i retoladors

---

*La capsa de la Blau*



---

# Sessió 7

Explorem sentiments confusos I

---

## Objectius

- Reforçar la idea que els nens i nenes no són mai els responsables de les conductes de maltractament dels adults.
- Ajudar-los a legitimar, normalitzar i reconèixer sentiments confusos i contradictoris que es poden experimentar al mateix temps, i també a explorar els seus conflictes de lleialtats.
- Explorar els sentiments i les emocions que han experimentat vers els seus pares en aquestes circumstàncies associades a experiències de violència masclista.
- Fomentar la discussió sobre com el que sentim afecta les nostres accions.
- Reafirmar la idea que tots els nens i nenes tenen dret a estar protegits i segurs.
- Reconèixer els recursos externs i la xarxa de suport social que els ajuda a protegir-se en situacions d'emergència.
- Identificar recursos personals i activitats a què poden recórrer per alleujar la seva angoixa o estrès si es dona alguna situació difícil.

## Introducció

Els nens i nenes víctimes de violència masclista han experimentat sentiments confusos i contradictoris vers els seus pares. Molts tendeixen a culpabilitzar les mares i fer-les responsables de les situacions de violència. En aquests casos, és important seguir insistint que les persones són responsables de la seva conducta violenta, i que res, incloent-hi el que pot semblar una provocació, justifica el maltractament. D'altra banda, a mesura que es va treballant amb els nens i nenes sobre les seves experiències i la definició dels maltractaments, es van fent una representació més clara de qui ha tingut la responsabilitat de les situacions de violència a casa. Això provoca en els nens i nenes un gran malestar i patiment, que els porta moltes vegades a declarar-se'n responsables per protegir la vinculació amb la figura paterna. Són freqüents els sentiments contradictoris d'amor, ràbia, por, frustració, culpa i tristesa. Tot és molt confús per als nens i nenes, particularment per als petits, que no comprenen que poden coexistir l'amor pel pare i, a la vegada, la ràbia i la frustració per les seves accions violentes. És important recordar que els infants petits, fins als 6-7 anys, tenen dificultats per identificar aquests sentiments de culpa i per parlar-ne. Per tant, és recomanable explicar-los que sentir-se culpable és sentir que un fa o diu alguna cosa que ens fa sentir molt malament amb nosaltres mateixos, perquè pensem que hem actuat malament. Es pot ajudar els nens i nenes a posar exemples per assegurar-se que comprenen aquest concepte, per després explorar-lo i treballar-lo.

D'altra banda, després de remarcar la responsabilitat que tenen els adults sobre els seus propis comportaments violents, i que són els únics que poden deixar de fer mal, també és important transmetre als infants el missatge que pot ser que ells necessitin protegir-se d'algú que els vulgui fer mal, sigui dins de casa o a fora. Així mateix, també pot sorgir la idea de voler protegir una altra persona adulta perquè no li facin mal, però han de veure que això no és responsabilitat seva. Amb aquesta sessió es vol oferir als nens i nenes algunes eines pràctiques i realistes que poden utilitzar en casos d'emergència. Alguns poden minimitzar o rebutjar la necessitat d'aquests recursos de protecció. Per això, tot i que és important no

---

forçar ni influir amb visions negatives del món i del futur, aquesta activitat planteja una cosa que val la pena tenir-la en consideració i treballar-la.

És fonamental que els nens i nenes disposin d'un lloc segur, tant dins de casa seva (la seva habitació, el bany) com a fora (cases de veïns, amics, parents, etc.). En aquesta activitat, mentre s'elabora la targeta de seguretat, és pertinent ensenyar-los que poden trucar per telèfon, ajudar-los a obtenir números que vulguin tenir a mà, o incentivar-los per participar en activitats que els relaxin i els ajudin a sentir-se millor en alguna situació estressant o difícil. Tots aquests temes es treballen en aquesta activitat, per reforçar la idea que no estan sols i que hi ha algunes coses que poden fer per sentir-se millor.

---

## ACTIVITAT 1. El pastís dels sentiments I

---

Es reprèn el contingut de l'última sessió per anar explicant als nens i nenes que, de la mateixa manera que la nena del conte tenia dubtes i li semblava confús el que realment sentia pel seu pare, i que obrir la capseta l'ajudaria a sentir-se millor, ells també han estat valents per construir i obrir les seves capsetes i revisar els seus records. Aquesta activitat, per tant, treballa aquests sentiments confusos, i s'ha dividit en dues parts per la càrrega emocional que pot suposar.

S'explica als infants que dins el nostre cor hi caben moltes emocions i sentiments diferents. És com un pastís dividit en diferents porcions. En aquesta activitat, doncs, cada participant ha de dibuixar un pastís de sis o vuit porcions, una per a cada emoció.

En una pissarra o un paperògraf, les persones dinamitzadores escriuen les diferents emocions que els van dient els infants. La llista es pot completar amb emocions que no siguin bàsiques, com per exemple vergonya, orgull, nerviosisme, relaxació, culpabilitat, frustració, etc. Les persones dinamitzadores poden treballar amb el nombre de sentiments que considerin oportú, segons l'edat i la maduresa dels infants. Així mateix, els nens i nenes més grans poden escollir la mida de les porcions, en funció dels sentiments que representen. Per exemple, si han experimentat molta por poden dibuixar aquesta porció més gran que una altra.

Se'ls demana que escriguin dins de cada porció una experiència en la qual van sentir aquesta emoció, com es mostra en l'exemple de més avall.

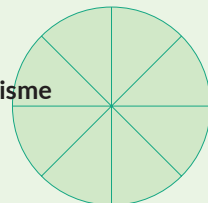
Poden pintar les porcions amb diferents colors segons l'emoció representada.

### El pastís dels sentiments de la Maria:

Quan la meva mare va anar a l'hospital



**Nerviosisme**

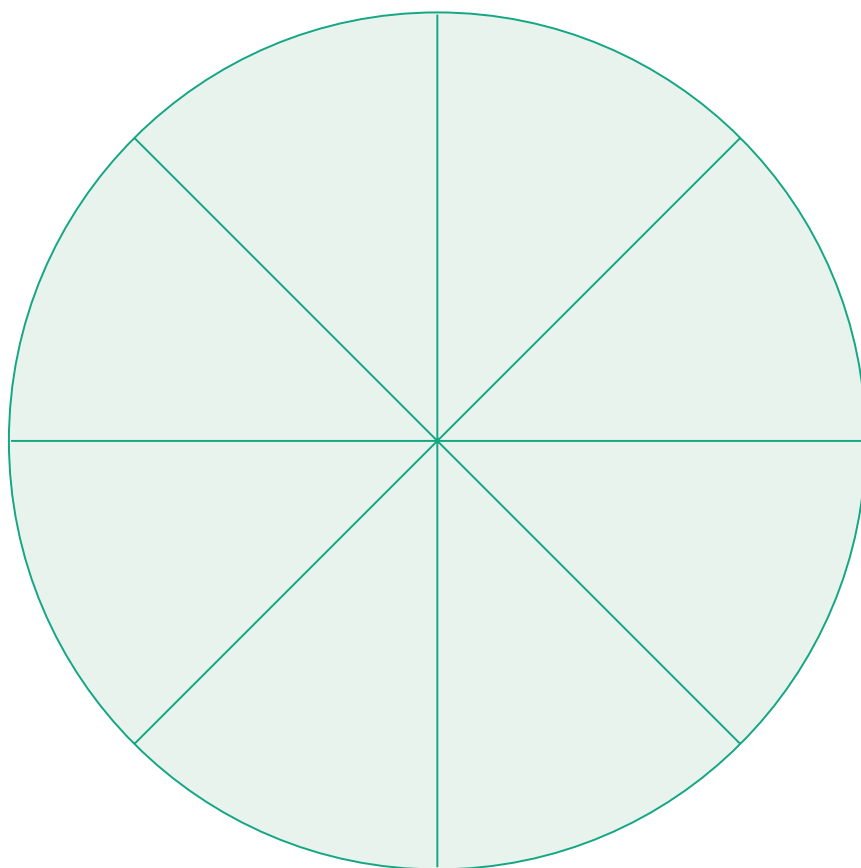






---

## El pastís dels sentiments I



---

## ACTIVITAT 2. La targeta de seguretat

---

Es lliura a cada participant una targeta de seguretat (fitxa de l'activitat 2). Se'ls explica que aquesta targeta els pot ser útil en algun moment de la seva vida, i també quin és l'objectiu de confeccionar-la.

D'una banda, decoren i personalitzen la targeta: nom del nen o nena, foto si és possible, persones i llocs segurs, i telèfons que poden utilitzar en cas d'emergència. Les persones dinamitzadores s'han d'assegurar que tots els infants escriuen clarament aquestes dades, o bé ajudar-los a escriure-les.

D'altra banda, al peu de la plantilla s'ha d'escriure un títol referent a la targeta. Es poden suggerir als infants alguns títols: «Tinc dret a estar bé», «Jo escullo els bons tractes», «No s'hi val a maltractar», etc.

Mentre els nens i nenes confeccionen la seva targeta, se'ls pot proporcionar el número d'emergències, al qual es pot accedir des de qualsevol mòbil o telèfon fix. També es convida a comentar quines són les persones o els llocs que els infants esmenten a la seva targeta.

S'inclouen a la targeta les activitats que són gratificants per als infants. Aquestes activitats esdevenen recursos molt útils en situacions estressants, o quan els infants se senten molt angoixats; són també una manera de protegir-se. A l'activitat «L'olla de pressió» de la sessió 4, els nens i nenes van dir quines eren les seves vàlvules de seguretat, i algunes d'aquestes es poden esmentar en aquesta targeta com a exemples molt adequats.

---

## Materials

- Fitxa «La targeta de seguretat»
- Retoladors
- Fulls blancs
- Llapis de colors i gomes d'esborrar
- Targetes de cartolina de colors clars (aproximadament, 5 × 8 cm), una per participant, tot i que és recomanable tenir-ne algunes de reserva
- Material per decorar les targetes: adhesius, cintes, etc.
- Foto de mida carnet de cada participant (no obligatòria)
- Les dades de cada nen o nena (telèfon, adreça)
- Tisores, pega
- Una plastificadora (si es decideix plastificar les targetes)

## La targeta de seguretat

### Pla de Protecció Personal

Nom: \_\_\_\_\_

Adreça: \_\_\_\_\_

Telèfon: \_\_\_\_\_

**Llocs segurs:**  
A casa meva: \_\_\_\_\_

Fora de casa meva: \_\_\_\_\_

*No s'hi val a maltractar*

**Persones que em poden ajudar:**  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Telèfon d'emergència:**  
Policia: \_\_\_\_\_  
Bombers: \_\_\_\_\_

**Les meves activitats, que són:**  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---

# Sessió 8

Aprenem a ser assertius

---

## **Objectius**

- Conèixer el significat d'una resposta assertiva a una situació determinada, en oposició a les respostes agressives o passives.
- Potenciar les habilitats socials dels nens i nenes i trobar respostes alternatives a la violència, reconeixent que ningú no té dret a respondre'ls violentament.
- Observar la diferència entre ser fort i tractar malament una altra persona.

## **Introducció**

La importància de treballar aquesta sessió es justifica perquè els nens i nenes que han patit directament o indirectament les conseqüències de la violència masclista presenten, sovint, dificultats en la seva capacitat per expressar de manera assertiva idees, pensaments i sentiments. Habitualment, han imitat models de resposta que no tenen assertivitat, sigui reaccionant amb violència o optant per mantenir el silenci i callar. Per tant, la comunicació cara a cara amb el món adult pot ser amenaçador per a ells i, per extensió, també la comunicació amb els seus iguals. En conseqüència, el propòsit d'introduir aquest tema en els tallers és que els infants es vagin familiaritzant amb el concepte d'assertivitat, amb les respostes no violentes i amb els bons tractes, a fi de promoure les seves competències socials. També és prudent explicar als nens i nenes al final de l'activitat que amb aquest taller no aprendran definitivament a ser assertius, perquè és una cosa que cal practicar molt, però que cadascun tindrà la responsabilitat de seguir practicant dia a dia aquesta lliçó.

---

## ACTIVITAT 1. L'autopista de l'assertivitat

---

S'explica als infants que, a través del joc que se'ls ensenyarà, podran aprendre i assajar diferents respostes assertives, per practicar-les després amb els adults i els amics. Per exemple, saber demanar, saber donar les gràcies, saber reclamar, dir «no» assertivament, etc. El mecanisme és el de qualsevol joc de taula de competició, en què s'avança segons la puntuació del dau. A cada autopista, s'hi ha d'enganxar un nombre igual d'adhesius distribuïts a l'atzar, perquè tots els participants tinguin les mateixes condicions de joc. Quan un nen o nena caigui en una casella amb adhesiu, ha de treure una targeta, llegir-la i, si escau, donar una resposta a la situació presentada. S'aconsella col·locar diversos adhesius per autopista, perquè la tasca no sigui massa fàcil per a ells.

És important combinar les targetes de tasques amb d'altres, com les descrites en els materials, per fer més entretingut el joc. Les persones dinamitzadores han d'ajudar els infants a dur a terme les tasques. Si el nen o nena no sap com ha de respondre, els altres poden ajudar-lo, donar-li idees, etc. Si el grup no aconsegueix trobar respostes assertives o adequades a una situació descrita, les persones dinamitzadores poden oferir les seves.

Una vegada feta l'activitat, es convida els nens i nenes a parlar sobre les situacions descrites. Es poden plantejar, per exemple, les preguntes següents:

- Quina situació ha estat la més difícil de respondre?
- Quins problemes podem tenir pel fet de no ser assertius?
- Heu viscut alguna situació semblant a les descrites?
- Per què és necessari aprendre a ser assertius?
- On o quan és més difícil ser assertius?
- Coneixeu algú que no sàpiga ser assertiu?

---

## Materials

- Plec de paper de 2 o 3 metres de llargada per 1 metre d'amplada, amb el disseny d'un camí de revolts amb 6 o 8 autopistes (una per nen o nena), com un joc de curses de cavalls o de cotxes, en què en un extrem s'assenyala el punt de partida, i a l'altre, el de meta
- Cavallets o cotxets de plàstic (un per nen o nena competidor)
- Un dau gran de tela o goma
- Adhesius de colors suficients per enganxar als quadres de les autopistes
- Targetes de la mida de les de presentació, 15 o 20 com a màxim, cadascuna amb tasques que descriguin situacions que cal resoldre, com les que es proposen en aquesta activitat (fitxa de l'activitat 1)

## L'autopista de l'assertivitat

|  |  |
|--|--|
| <p>El Carles se'n va de cap de setmana amb el seu oncle i els seus cosins, però el seu tiet a vegades està de molt mal humor. L'oncle li diu: «Tu, nen, tros d'ase, passám el telèfon!». El Carles com li pot respondre sense que sigui violent?</p>   | <p>Acabes d'arribar a casa de l'escola, i li has promès a una amiga que anirieu a comprar juntes. La teva mare insisteix que t'hauries de quedar a casa i rentar els plats. Què li diries a la teva mare, i com ho faries?</p> |
| <p>M. no s'ha portat bé a l'escola, i la seva mare li diu, molt seriosa: «Vull que m'expliquis què ha passat avui». Com que M. se sent avergonyit pel seu comportament, es comença a defensar i insulta tothom de l'escola. Pots ajudar M. a respondre sense faltar al respecte? Si ho fas bé, pots avançar dues caselles.</p> | <p>Estàs en un grup amb tres nois i decideixen fer una broma pesada al professor. A tu no et sembla gens bé. Què diries als teus companys?</p>   |
| <p>L'Ivan se'n va a un club on fan diferents activitats, i a vegades pregunten coses que li fa vergonya respondre i s'ho passa molt malament. L'Ivan voldria dir que prefereix no contestar, però no sap com fer-ho. Com l'ajudaries?</p>  | <p>Ets l'única amiga que té la Maria, i t'has passat tot el dia parlant i jugant a l'escola amb l'Anna. Al final del dia, la Maria ve cap a tu i et diu estúpida i imbècil. Què li diries? Com l'hi diries?</p>                |
| <p>La Joana sempre provoca i empipa la Rita. La Rita cada vegada cau a la trampa, s'enfada fins que explota i, al final, sempre insulta i arriba a fer-se mal de tant pegar. Com pots ajudar la Rita perquè no caigui a la trampa de la Joana? Si l'ajudes, avances dues caselles.</p>   | <p>El Marc saluda el Joan, que és grassonet, amb un desagradable: «Hola, bola de greix!». Si proposes un comentari assertiu com a resposta del Joan, pots avançar dues caselles.</p>   |
| <p>Quina sort, pots avançar dues caselles.</p>   | <p>Ho sento, has de retrocedir dues caselles.</p>  |
| <p>Només cal que somriguis.</p>  | <p>Només cal que somriguis.</p>  |



---

# Sessió 9

## Explorem sentiments confusos II

---

### Objectius

- Reforçar la idea que els infants no són mai els responsables de les conductes de maltractament de les persones adultes.
- Ajudar els infants a legitimar, normalitzar i reconèixer sentiments confusos i contradictoris que es poden experimentar al mateix temps, i també a explorar el seus conflictes de lleialtats.
- Explorar els sentiments i les emocions que han experimentat vers els seus pares en aquestes circumstàncies associades a experiències de violència masclista.
- Fomentar la discussió sobre com afecta el que sentim a les nostres accions.

### **Introducció**

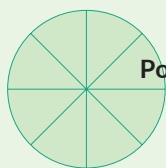
Com ja hem comentat a la sessió 7, és complicat per als nens i nenes víctimes de violència masclista identificar i comprendre els sentiments que experimenten vers el seu pare o la seva mare. Per això continuem treballant aquest tema, però ara centrant-nos en els sentiments relatius a pares i mares per separat. Per tal d'introduir l'activitat, hem de recordar el que s'ha treballat a la sessió 7, per tornar a situar els nens i nenes en context.

## ACTIVITAT 1. El pastís dels sentiments II

Aquest és un exercici que es pot utilitzar per expressar sentiments diversos en situacions diferents, així com per treballar centrant-se només en una situació o una persona en particular que genera sentiments diversos. Per exemple: «El meu pastís de sentiments vers la meua mare». L'activitat mostra com es poden viure simultàniament sentiments diferents o contradictoris; és a dir, una situació o una persona ens pot despertar emocions tant positives com negatives alhora. S'ensenya quines vivències són normals i quines no ho són, i que ningú no s'ha de sentir culpable per sentir determinades emocions. La tasca és aprendre a gestionar aquestes emocions i modular-les de la millor manera possible. En primer lloc, el que cal és reconèixer-les i saber què n'hem de fer.

Acabarem aquesta activitat convidant el grup a compartir el treball que han fet i a reflexionar sobre la seva utilitat.

### El pastís dels sentiments de la Maria vers el seu pare:

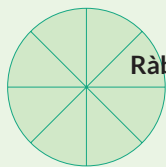


**Por**



Quan va cridar a la meua mare a la cuina mentre jo menjava

### El pastís dels sentiments de la Maria vers la seva mare:



**Ràbia**



Quan em va cridar sense cap motiu

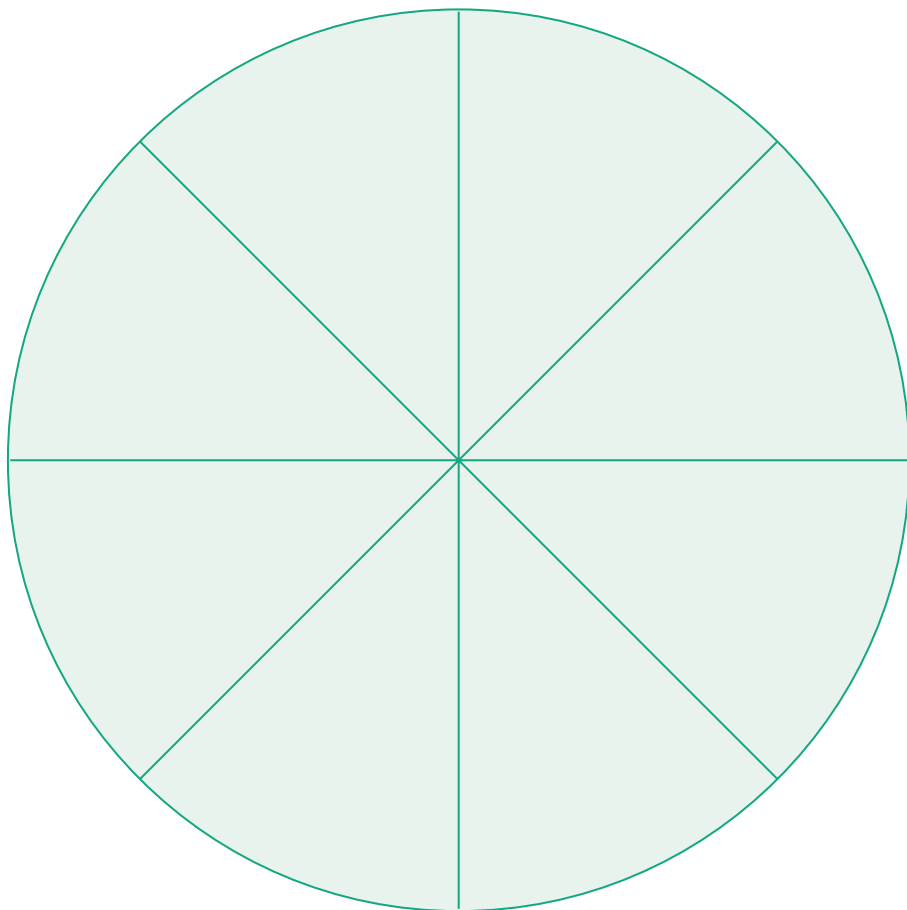
---

## Materials

- Fitxa «El pastís dels sentiments I i II»
- Retoladors
- Fulls blancs
- Llapis de colors i gomes d'esborrar

---

## El pastís dels sentiments II



---

# Sessió 10

Trenquem els estereotips de gènere

---

## Objectius

- Analitzar i qüestionar els estereotips de gènere que es troben implícits en els contes tradicionals.
- Reflexionar sobre els models masculins i femenins que ens transmeten els contes i la societat.
- Pensar alternatives de comportament menys estereotipades, que fomenten la llibertat de desenvolupament de la pròpia identitat.

## **Introducció**

Amb la intenció de posar de manifest els estereotips de gènere que ens inculquen des de molt petits en els contes tradicionals, es fa una posada en comú per analitzar-los i qüestionar-los mitjançant la participació de tot el grup. Al final de la sessió ha de quedar demostrat que les característiques que s'han comentat en les activitats no són ni masculines ni femenines. Tots podem ser valents, treballadors i afectuosos.

### ACTIVITAT 1. Ens expliqueu un conte?

---

Demaneu als nens i nenes que ens diguin contes tradicionals que coneixin. Aprofitem per explicar algun conte en què els personatges compleixin els estereotips de gènere (per exemple, una princesa que espera que la rescatin, passiva, bonica i dolça), i en què els homes siguin valents, forts, atrevits, etc. Són contes com ara *Blancaneu*, *La Ventafocs*, *La Bella Dorment*, *La Caputxeta Vermella*, etc.

---

### ACTIVITAT 2. Targetes d'estereotips

---

Hem de tenir preparades diferents targetes amb adjectius i termes que corresponen a estereotips de gènere (fitxa de l'activitat 2). Pengem dues imatges a la paret, la d'un príncep i la d'una princesa, i dibuixem una línia al mig. A continuació anem mostrant les targetes, i els nens i nenes han de col·locar-les on considerin que els correspon, en el príncep o en la princesa.

## Targetes d'estereotips

|                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| Bell/a            | Fort/a            |
| Obedient          | Valent/a          |
| Afectuós/osa      | Atrevit/ida       |
| Dolç/a            | Salvador/a        |
| Tendre/a          | Sap conduir       |
| Sensible          | Tenaç             |
| Li agrada el rosa | Li agrada el blau |
| Sap netejar       | Llest/a           |
| Delicat/ada       | Treballador/a     |

### ACTIVITAT 3. Ho capgirem?

---

Amb la intenció de transmetre que totes les persones, tant homes com dones, podem posseir qualsevol de les qualitats esmentades a l'activitat anterior, anem seleccionant terme per terme, i els nens i nenes han de dir una dona o un home que tingui aquesta qualitat i que no es correspongui amb l'estereotip. Es van apuntant els exemples a la pissarra o en un suport al costat del seu terme. Per exemple, «Valent/a»: «La meua veïna Sara, perquè és bombera»; «Cuidador/a»: «El meu metge, perquè sempre es preocupa molt per mi».

---

### ACTIVITAT 4. Ens dibuixem?

---

Proposem als nens i nenes que es dibuixin duent a terme alguna activitat que fan o que han fet en algun moment i que considerin que reuneix característiques assignades indistintament a homes i dones.

Per exemple, un nen o nena es dibuixa ajudant el seu germà petit al parc perquè ha caigut i està plorant, i li associa els adjectius «Salvador/a» i «Cuidador/a».



---

## ACTIVITAT 5. Inventem un conte?

---

Per acabar la sessió, proposem als nens i nenes que s'inventin un conte en què els rols estiguin invertits. Per exemple, que la dona sigui la salvadora i l'home sigui el salvat, o que les característiques dels personatges no es corresponguin amb els estereotips de gènere.

### Materials

- Retoladors
- Fulls blancs
- Llapis de colors i gomes d'esborrar
- Paperògraf
- Targetes amb adjectius i termes que responen a estereotips (fitxa de l'activitat 2)
- Imatges d'un príncep i d'una princesa

---

# Sessió 11

Els oficis

---

## Objectius

- Reflexionar sobre els estereotips que tenim respecte d'homes i dones per poder modificar les nostres creences.
- Transmetre que qualsevol treball és apte per a qualsevol persona, independentment del sexe d'aquesta.

## **Introducció**

La divisió sexual del treball o, de forma més general, la divisió de funcions per sexe o els seus rols de gènere, masculí i femení, és la repartició del treball remunerat i no remunerat entre homes i dones, tant en la vida privada (treball reproductiu i treball de cures: tasques de la llar, cures de persones dependents) com en la pública (treball remunerat), en funció de les expectatives i els rols de gènere tradicionalment assignats a cada sexe. Fruit d'aquesta divisió sexual del treball i dels estereotips de gènere, la nostra societat patriarcal considera que alguns treballs estan destinats als homes i d'altres a les dones, generalment aquests últims molt més precaritzats.

La intenció de la sessió és qüestionar aquesta divisió sexual del treball i els estereotips de gènere.

---

## ACTIVITAT 1. Els oficis

---

Preguntem als nens i nenes què els agradaria ser quan siguin grans. La idea és generar un espai de diàleg per introduir l'activitat.

Es llegeixen tres històries sobre diferents persones que van trencar aquests estereotips de gènere relacionats amb el treball i, una vegada llegides, se'n fa una reflexió.

---

## Els oficis

«A l'Amelia<sup>2</sup> sempre li havien agradat molt els avions, tot i que a la seva família no li semblava gens bé aquesta afició. Des que als 10 anys va veure el primer aeroplà, va tenir molt clar que de gran seria pilot.

»Hi va haver una gran guerra i, amb la seva germana, es va dedicar a curar els pilots ferits. En aquella època va poder pujar al seu primer avió, que va batejar amb el nom d'*El Canari*. També va començar a rebre classes de vol. Era tan bona i tan valenta que, tot i que havia tingut algun accident, anava millorant dia a dia i es va començar a fer famosa. No hi havia qui la pogués aturar, i a poc a poc va anar superant rècords. A més, va voler que altres dones tinguessin l'oportunitat de ser pilots com ella, i per això va organitzar diferents curses per a dones i va crear una associació de dones pilots.

»L'aventura més gran de l'Amelia va ser creuar l'oceà Atlàntic, des dels Estats Units fins a Irlanda, sola amb el seu avió. En aquesta travessia va superar molts rècords: va ser la primera dona a fer un vol en solitari a l'Atlàntic, la primera persona a fer-ho dues vegades, la primera dona a fer la distància més llarga en avió sense aturades, i, a la vegada, ho va aconseguir en el temps més curt de la història.»

«L'Anahí<sup>3</sup> volia ser bombera des que era petita. Veia el seu pare amb l'uniforme de bomber i somiava ser com ell, però estava convençuda que no ho aconseguiria perquè a l'escalafó dels bombers de la Policia Federal no s'acceptaven dones. Malgrat això, quan va acabar els estudis, el cos de bombers va obrir places per a dones. Així que aquell any van entrar al cos, l'Anahí i quatre dones més, i la resta eren tots homes.

<sup>2</sup> Història basada en la vida d'Amelia Earhart.

<sup>3</sup> Història basada en la vida d'Anahí Garnica.

---

»Al començament va ser dur, perquè se'n reien i no li posaven les coses gens fàcils, però es va mantenir ferma i va aguantar. A poc a poc, els companys del cos van veure i van entendre que ella podia fer aquella feina igual de bé que qualsevol altra persona. L'Anahí sempre deia: "M'agrada sortir a apagar incendis, ajudar la gent i salvar vides, objectes, mascotes". Actualment, al cos cada dia hi ha més bombers. Sense cap dubte, gràcies a dones com l'Anahí, que no es va conformar mai amb el que la gent li deia que podia o no podia fer, avui hi ha moltes bombers al món que ajuden les persones.»

«A l'Abel li agradava molt cuidar les persones, i per això va decidir estudiar infermeria, per poder curar i atendre la gent. Quan el seu pare ho va saber, es va enfadar molt. Deia que l'Abel havia d'estudiar per ser director d'una gran empresa o un bon enginyer que construís grans edificacions; que la feina d'infermer només la feien les dones i que tothom se'n riuria. Es va enfadar tant, que durant un temps ni tan sols li parlava. Però l'Abel tenia molt clar el seu camí. Així que, només acabar els estudis, es va posar a treballar en allò que li agradava tant.

»Un dia, en una reunió familiar, el pare i el fill es van retrobar. Tota la família havia anat d'excursió a la muntanya, i l'Abel i el seu pare es van perdre just quan començava a ploure. El terreny era molt fangós, i el pare de l'Abel va rrelliscar, va caure i es va fer molt mal a la cama. Es va espantar molt perquè no sabia com se'n sortirien si la cama li feia tan mal, però l'Abel li va dir que no es preocupés. Gràcies a les seves habilitats com a infermer, el va curar i van poder reprendre el camí de tornada. Una vegada a casa, el pare de l'Abel es va posar a plorar i li va demanar disculpes per no haver sabut valorar mai la seva feina. Si l'Abel no hagués estat infermer, no haurien pogut sortir del bosc tan de pressa.»

Després de llegir les històries, es formulen les preguntes següents per generar un debat:

- Per què els pares dels protagonistes d'aquestes històries no els deixaven treballar del que ells volien?
- Què us sembla?
- Us sembla bé que els protagonistes persistissin fins a aconseguir-ho?
- Els homes i les dones poden fer els mateixos oficis?

En un paperògraf o a la pissarra es dibuixa una taula amb dues columnes, que hi posi «homes» i «dones». Es demana als nens i nenes que posin exemples de diferents oficis que normalment s'adjudiquen a un dels dos sexes, però que podria fer perfectament qualsevol persona. Els oficis que vagin apareixent s'escriuen a la columna corresponent, en funció de si poden ser realitzats per homes, per dones o per tots dos.

Alguns exemples d'oficis que trenquen estereotips: home de la neteja, infermer, mestre, cuidador de gent gran, secretari, mecànica, bombera, dona astronauta, científica, dona paleta, etc.

### **Materials**

- Fitxa «Els oficis»
- Paperògraf o pissarra
- Retoladors o guixos

---

# Sessió 12

Un món nou

---

## Objectius

- Fomentar, a través de dinàmiques participatives, el respecte, la cooperació, l'empatia i el valor de la igualtat.
- Proposar la construcció d'un model alternatiu que faciliti les relacions igualitàries. Valorar els treballs de cures i domèstics.

## **Introducció**

Amb aquesta activitat es vol, d'una banda, identificar i valorar els treballs de cura i les tasques domèstiques, i de l'altra, tancar les sessions amb nens i nenes, que faran un mural sobre el seu món ideal, on es pugui parlar dels diferents conceptes treballats fins ara.

Un cop acabada l'activitat, se'ls ha de recordar que a partir d'ara les sessions es faran amb les mares, en el marc del programa «Aprendre junts, créixer en família».

### ACTIVITAT 1. Conte *Un món nou*

---

S'explica als participants que a continuació els explicarem un conte i que, intercalades en la narració, farem preguntes per fomentar el debat, compartir opinions, etc. Es tracta de fer que la dinàmica sigui molt participativa i de donar-los l'oportunitat de viure el conte a partir de les preguntes plantejades.



---

## Conte *Un món nou*

Hi havia una vegada dos germans, l'Andrea i el Marc, que vivien en una casa de color vermell d'un poblet amb la seva mare, que es deia Maria. A l'Andrea i el Marc els agradava molt anar a l'escola per aprendre i per jugar amb tots els amics i amigues. Quan sortien de l'escola, l'Andrea se n'anava a l'entrenament de futbol —deia que quan fos gran volia jugar en un equip important— i el Marc anava a classes d'art, on s'ho passava d'allò més bé pintant tot el que el seu cap s'imaginava.

Cada matí es despertaven per anar a l'escola i s'enduien a la motxilla un esmorzar boníssim que els preparava la mare.

- **Quin és el vostre esmorzar preferit?**
- **Qui us prepara l'esmorzar?**

A l'escola, feien moltes activitats amb el Joaquim, el seu mestre, amb qui aprenien moltíssimes coses. Un dia els va parlar dels planetes que hi ha a l'espai, i també de coets i d'astronautes. A l'hora del pati, al Marc li agradava parlar i riure amb els seus amics, però a vegades s'enfadaven, i aleshores només sabia respondre pegant i acabaven tots de mal humor. A l'Andrea li encantava jugar a futbol, encara que a vegades no deixaven que hi jugués perquè li deien que era un joc de nens, i ella es quedava molt trista.

- **I, a vosaltres, a l'hora del pati, a què us agrada jugar?**

A la tarda, quan sortien de l'escola, la mare de l'Andrea i del Marc els passava a buscar i se n'anaven cap a casa tot fent una passejada. A vegades pel camí es divertien fent algun joc.

- **Jugueu a algun joc amb els vostres germans o germanes o amb la vostra família?**

A casa, els agradava que la mare els cantés cançons.

- **Quines cançons us agraden?**

A l'hora de sopar, parlaven de com havia anat el dia.

- 
- **Del menjar que us fan a casa, quin us agrada més?**

Però la Maria, la mare de l'Andrea i el Marc, estava molt cansada perquè ella era l'única que feia les feines domèstiques, i això que també treballava fora de casa. I sempre els deia que havien de col·laborar més a casa perquè tots s'hi sentissin millor.

Després, quan se n'anaven al llit, la mare els explicava un conte.

- **Quin és el vostre conte preferit?**

Un dia, a l'hora del pati, l'Andrea va dir al Marc que havia trobat un tresor. Entre els objectes del tresor hi havia una pols màgica que feia que qualsevol dibuix es fes realitat. Van anar a buscar els amics i amigues i van decidir que entre tots construirien un coet per viatjar a un altre planeta. Allà hi farien un món nou on tot seria molt millor. I ho van fer. I van viatjar molt i molt lluny.

- **Entre tots imaginem aquest món nou i comencem a construir-lo.**

---

Es demana als nens i nenes que pensin com hauria de ser aquest món on tots podríem viure a gust i feliços. Els diem que dibuixin o escriguin aquest món en un gran mural.

Aprofitem aquest espai per reflexionar sobre les feines domèstiques i de cures, i sobre la necessitat de repartir-les perquè sigui més just i generi benestar per a tothom.

**Materials**

- Fitxa «Conte *Un món nou*» (és a la solapa del manual i a l'USB)
- Retoladors
- Llapis de colors i gomes d'esborrar
- Pintura
- Paperògraf









