

# #VivaElAMOR Del Bueno

## Otras formas de vivir el amor son posibles

---

En los últimos años venimos observando como las denuncias por malos tratos aumentan entre la juventud empezando cada vez a edades más tempranas. Las formas de comunicación de la población adolescente han cambiado de forma abrupta la última década. Cuando se trabaja con los grupos, la gran mayoría comentan la necesidad de estar todo el día online y cómo su bienestar emocional depende muchas veces de cómo vaya su reputación y relaciones en redes. Rompiéndose completamente la separación entre la vida online y la offline.

Estas nuevas formas de relación hace que se obtengan muchas ventajas (operatividad, comunicación inmediata, facilidad para la difusión...). Pero también provoca que dinámicas “tóxicas” como el control y el acoso se provoquen de una forma más directa, rápida y sin descansos. Normalizando muchas veces estas violencias.

Comportamientos como “borrarme de la lista de contactos a quién pienso que le puede molestar a mi pareja o a quién me exige”, “dar las contraseñas como muestra de confianza”, “tener que responder inmediatamente para que no se monte películas”, “mandarle la ubicación de dónde me encuentro”, “controlar las fotos que subo a las redes sociales”, “tener que dar pruebas”... Son realizados por muchos/as adolescentes sin cuestionarse que son actitudes de desigualdad y que puede traer graves consecuencias.

Esta actividad pretende dar claves concretas para prevenir las violencias machistas y detectar y acercar los servicios disponibles para el acompañamiento a quién lo requiera. Pero también se hablará de emociones, masculinidades diversas, construcción del modelo social del amor, de prevención de acoso, aceptación de la diversidad...Y se propiciarán modelos de relaciones (de amistad, con uno/a mismo/a...) basadas en los buenos tratos. Porque otras formas de querer (nos) son posibles...Pero se olvidaron de contarnos como llevar esto a la práctica.

La actividad consta de dos partes: una primera más expositiva donde a través de un monólogo atractivo y visual, claro, directo y sincero se trasladará al alumnado los 10 tips o claves que a la Psico Woman le hubieran encantado que le contaran a sus 16 años. Para dejar paso luego a facilitar un espacio donde puedan preguntar anónimamente en lo que quieran que se profundice más. Se proporcionara un contacto directo con la psicóloga que da la actividad a través de Instagram con la idea de contactar y derivar a los servicios pertinentes de la zona los casos que se detecten de violencia de género. Así

como se complementará la actividad a nivel interactivo con el material creado desde el canal de Youtube (<https://www.youtube.com/c/PsicoWoman>) y desde la aplicación de Instagram (@lapsicowoman).

## OBJETIVOS

---

- Crear un espacio de confianza y seguridad que promueva la reflexión, la expresión libre de sentimientos y el respeto a la diversidad de opiniones.
- Conocer las dinámicas subyacentes en las relaciones basadas en los malos tratos y sensibilizar sobre cómo se manifiestan a través de las redes sociales.
- Analizar y reconocer el modelo de amor interiorizado, generando propuestas de cambio positivas.
- Conocer los indicadores de una relación de maltrato.
- Visibilizar los mensajes sobre el amor, modelos de feminidad y masculinidad hegemónica que reciben a estas edades desde los medios socializadores.
- Ofrecer alternativas de relación basadas en el respeto, equidad y tolerancia.
- Visibilizar la diversidad en la orientación, identidad y expresión de género.
- Crear un espacio para resolver las preguntas que estén preocupando en el presente en el marco de la temática al alumnado.
- Acompañar a quién lo desee a posteriori del taller a través del contacto personal (instagram y mail), y derivar al recurso necesario.
- Informar sobre los recursos existentes en materia de buenos tratos para que sigan reflexionando.
- Pasar un rato agradable en el que a través de una charla divertida y atractiva (en ocasiones acompañada de música y expresión corporal) se fomente el pensamiento crítico y la unión grupal.

## ACOMPañAN LA ACTIVIDAD

---



Cristina Chinchilla es técnica audiovisual especialista en diseño y animación, educación y grabación de vídeo con perspectiva de género. Con una amplia trayectoria profesional en televisiones y productoras de Andalucía. Colaboradora en la difusión de proyectos sociales para ONGD y formadora en proyectos como “youtubers por la igualdad” o herramientas audiovisuales para la puesta a punto de la comunidad educativa. Responsable de la parte técnica y audiovisual del proyecto de la Psico Woman.

Líder del proyecto Sintoniza Audiovisuales. Productora joven que nace con la idea de contar historias, historias que muestren el deseo por cambiar miradas y sirvan para mostrar realidades en transformación. Nacida para trabajar con nuestros propios valores desde una mirada interseccional que ponga en primera línea los cuidados.

Responsable y coordinadora del funcionamiento audiovisual y sonido del lugar dónde se realice la actividad.



Isa Duque es Psicóloga sanitaria, Sexóloga y Terapeuta sistémica familia. Con multitud de formaciones en género, terapias corporales y herramientas educativas. Comienza en el 2005 a realizar investigaciones y talleres de igualdad de Oportunidades y sexualidades en la universidad de Granada. A partir de ahí ha colaborado con diversas instituciones y colectivos en múltiples

programas dirigidos a asociaciones de mujeres, adolescentes, comunidad educativa, profesionales de la psicología y sexología...

Talleres de coeducación, educación sexual, vínculos amorosos, inteligencia emocional, autoestima, prevención de la(s) violencia(s) de género, ideal de belleza, expresión corporal, buen uso de las redes sociales, empoderamiento sexual, programas de mediación escolar, de no binarismos... Siempre con la perspectiva de género de base.

En 2015 da el salto al "entorno virtual" creando el canal de youtube "Psico Woman", éste canal junto a las redes sociales de Facebook e Instagram sirven para estar más cerca de la población joven y generar contenido en formato de vídeo según las dudas y preguntas que realizan. En 2016 el proyecto Psico Woman es premiado en la categoría de Comunicación en los premios emprendimiento a nivel de Andalucía. En 2018 recibe el premio Clara Campoamor.

Creadora de materiales para comunidad educativa en el marco de los Derechos Sexuales y Reproductivos "Adolescencias y cuerpos" y de la guía didáctica "Conectar sin que nos raye". Autora del libro "Acercarse a la Generación Z" de la editorial Planeta.

Puedes consultar su CV al completo aquí: <http://www.lapsicowoman.blogspot.com/>

## **POBLACIÓN DESTINATARIA**

---

Destinada principalmente a jóvenes de a partir 15 años.

## **TEMPORALIZACIÓN**

---

La formación durará en torno a 2 horas. Adaptando los objetivos a la temporalidad de la actividad y necesidades que muestre el grupo y horario fijado por las personas responsables de la actividad.

## NECESIDADES TÉCNICAS

---

Micrófono tanto para el escenario para el público, pie de micro, proyector, portátil y sonido. Mesita y taburete alto. La técnica se pondrá en contacto con el/la responsable de sala para concretar toda la parte audiovisual y de sonido y aportar ella si es necesario parte del equipo. Se estará antes en el espacio para preparar y comprobar que todo funciona correctamente.

Contacto de Cristina (técnica): 678 79 04 93 / [cris.sintoniza.audiovisuales@gmail.com](mailto:cris.sintoniza.audiovisuales@gmail.com)

## ASPECTOS A TENER EN CUENTA

---

Es importante que el equipo Psico Woman encargado de la realización de la actividad tenga el contacto del orientador/a del centro o persona con la que ponerse en contacto para derivar e informar (si fuera necesario) de la situación de algún participante de la actividad. Hay materiales asociados a esta charla que puedes encontrar en el blog del proyecto y que creemos pueden ser un apoyo a lo que se venga trabajando en el centro educativo previamente y de apoyo posterior a la charla:

[www.lapsicowoman.blogspot.com](http://www.lapsicowoman.blogspot.com) y en la lista de reproducción de vídeos encontrarás material que puede ser interesante para reflexionar:

[https://www.youtube.com/watch?v=BmP5LSBsCJM&list=PLapT7p-s-vz6SAn\\_4Jygt2\\_xMwRcrfn5A](https://www.youtube.com/watch?v=BmP5LSBsCJM&list=PLapT7p-s-vz6SAn_4Jygt2_xMwRcrfn5A)

Creemos que es interesante que el profesorado esté durante la actividad y pueda escuchar las reflexiones y preguntas del alumnado para seguir trabajando en las demandas que surjan. Si se precisa un feedback por parte del equipo de las necesidades que percibimos, se puede realizar o bien presencialmente después de la actividad o a través del mail [lapsicowoman@gmail.com](mailto:lapsicowoman@gmail.com)

## TESTIMONIOS DE ASISTENTES A ANTERIORES CHARLAS

---

*"...Gracias a ti me he dado cuenta que la vida no se puede vivir con los pensamientos que la gente opina sobre ti. La verdad que me has abierto los ojos sobre las cosas que me gustan hacer ya que a mí me gustan las artes marciales y el fútbol y me gustaría ser psicóloga y también y ayudar a cambiar la violencia de género. Gracias a ti ge cambiado mi forma de pensar y actuar como persona. YO QUIERO HACER LO QUE ME DE LA GANA..." M, 16 años.*

*“Me ha encantado cómo has hablado me he sentido identificado con algunas cosas y me ha encantado tu manera de hablar y de expresar las cosas, nos has abierto muchísimo los ojos, gracias por todo” N, 15 años.*

*“No tenía ni idea que mis alumnos vivieran estas relaciones, me he quedado muy sorprendida con lo que te han escrito. Está claro que vamos a ponernos las pilas a nivel de centro. Gracias.” M.C, 46 años.*

*“GRACIASSS en mayúsculas por todo lo que nos has enseñado, pero quiero destacar sobre todo que tu charla ha sido diferente, has sabido enfocarlo en un tono muy guay y para nada aburrido. Ya estamos hartos de todas esas charlas aburridas sin sentido que hacen la mayoría de personas. Pero tú no, has sabido como captar la atención y el interés del alumno, ha sido un placer. Ojalá poderte ver más por aquí” A, 17 años.*

*“Menos mal que has llegado y has hablado de esos temas, pensé que nadie iba a tratarlos de esta forma. Estamos muy cansados de la típica charla que no sirve para nada. No te conocía pero he visto alguno de tus vídeos en YouTube en cuanto he llegado a casa y cada vez me caes mejor, en serio (...)” A, 15 años.*

*“Me he dado cuenta de que tengo que hacer una puesta “a punto” de lo que interesa a mis alumnos, y de todo lo que sucede a la generación Z. No tenía ni idea... ¡Gracias por abrirnos los ojos y ponernos las pilas!” R, 42 años.*

*“Por primera vez no me he sentido la “rara” de la clase. Me he identificado mucho contigo. Gracias por darme fuerza y poder ver más claro que dejo la relación” B, 14 años.*

## **SI NECESITAS MÁS INFORMACIÓN...**

---

¿En qué consiste el proyecto de La Psico Woman? Pincha [aquí](#)

Si tienes dudas o necesitas ampliar la información: [lasicowoman@gmail.com](mailto:lasicowoman@gmail.com)



# #VivaEl **AMOR** Del Bueno



