



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultad de Psicología

Memoria del Trabajo de Fin de Grado

Psicoeducación en el establecimiento de relaciones interpersonales igualitarias como estrategia preventiva de la violencia de género

Rocío Moreno Baidez

Grado de Psicología

Año académico 2017-18

DNI de la alumna: 77577944W

Trabajo tutelado por Victoria Aurora Ferrer Pérez
Departamento de Psicología

Se autoriza a la Universidad a incluir este trabajo en el Repositorio Institucional para su consulta en acceso abierto y difusión en línea, con finalidades exclusivamente académicas y de investigación	Autor		Tutor	
	Sí	No	Sí	No
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Palabras clave del trabajo:
socialización, violencia de género, relaciones interpersonales, adolescencia temprana

RESUMEN

La edad de inicio a la hora de establecer relaciones afectivo-sexuales con los iguales ha disminuido notoriamente en los últimos años. Sin embargo, lo que no ha variado es la educación que reciben las y los jóvenes, fundamentada en mitos, estereotipos y prejuicios de género que conforman la socialización diferencial por género. Algunos estudios han analizado la relación que existe entre esta socialización diferencial y la violencia de género en el ámbito de la pareja. En este contexto, se plantea una intervención psicoeducativa dirigida a adolescentes de 1º y 2º de ESO consistente en diversos talleres con el fin de contribuir al establecimiento de relaciones interpersonales igualitarias para así fundamentar relaciones afectivo-sexuales sanas e igualitarias en el futuro.

Palabras clave: socialización, violencia de género, relaciones interpersonales, adolescentes

ABSTRACT

Onset age in establishing affective-sexual relationships with peers has noticeably decreased in the last years. Nevertheless, what has not changed is the education that young people receive, based on myths, stereotypes and gender-based prejudices which constitute gender-based differential socialization. Several studies analysed the connection between this differential socialization and gender-based violence in couple relationships. In this context, it is suggested a psychoeducational intervention aimed at 1st and 2nd of ESO adolescents which consists on various workshops. Its objective is to contribute to the establishment of equal interpersonal relationships and thus to underpin healthy and equal affective-sexual relationships in the future.

Keywords: socialization, gender-based violence, interpersonal relationships, adolescents

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. OBJETIVO	5
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	5
3.1. Conceptualización de la violencia de género	5
3.2. Teorías explicativas de la violencia de género en la pareja	6
A) Teorías psicológicas	6
B) Teorías sociológicas	7
C) Teorías multicausales.....	7
3.3. Socialización diferencial por género y amor romántico	9
3.4. Los hombres contra la violencia de género.....	12
3.5. Características psicológicas en la adolescencia temprana	13
A) Cambios cognitivos.....	13
B) Cambios sociales.....	13
C) Cambios emocionales y sexuales.....	13
3.6. Adolescentes y violencia de género en la pareja	13
4. PROYECTO DE INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA	15
4.1. Personas destinatarias	15
4.2. Temporalización y localización	15
4.3. Objetivos	15
A) Objetivos generales	15
B) Objetivos específicos.....	15
4.4. Metodología.....	16
4.5. Actividades	16
4.6. Evaluación.....	25
A) Instrumentos.....	25
B) Procedimiento para la evaluación	26
5. CONCLUSIONES	27
6. REFERENCIAS	28
7. ANEXOS	32

1. INTRODUCCIÓN

La Declaración sobre la eliminación de la violencia contra las mujeres define la violencia contra la mujer como “todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada” (Resolución de la Asamblea General 48/104, ONU, 1994). Se refiere, por tanto, a una violencia basada en los condicionantes que se derivan del género, los cuales –dentro del patriarcado– crean un sistema de dominación de las mujeres por parte de los hombres y otorgan a estos últimos la legitimidad de perpetuar la violencia contra las mujeres. Por ello suele usarse el término “violencia de género” como sinónimo de violencia contra las mujeres.

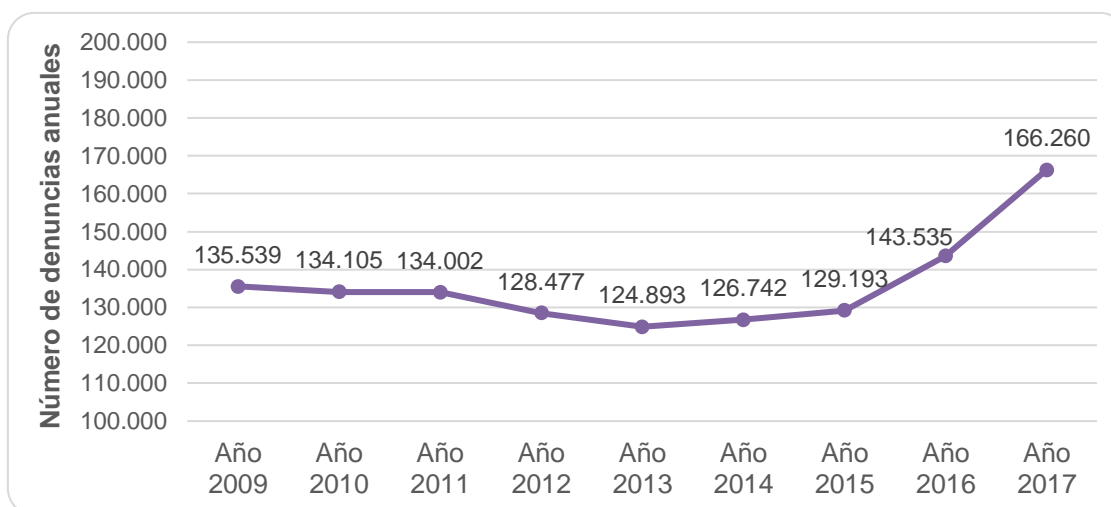
Pese a que, tal y como recoge esta declaración, la violencia de género engloba múltiples tipos y contextos de violencia contra las mujeres, en adelante se tratará específicamente aquella que se ejerce en el ámbito de la pareja por ser la más predominante.

Es posible aproximarse a la magnitud de esta problemática social analizando las estadísticas de diversas fuentes. Dentro del ámbito internacional puede destacarse el estudio realizado el año 2013 por la Organización Mundial de la Salud, donde se indicaba que el 35% de las mujeres a nivel mundial habían sufrido violencia física y/o sexual por parte de su pareja y un 38% de los feminicidios son cometidos por la pareja o expareja hombre (OMS, 2013b). Por otra parte, el 43% de las mujeres europeas entrevistadas por la Agencia de Derechos Fundamentales de la Unión Europea en 2014 había sufrido violencia psicológica por parte de su pareja (FRA, 2014).

En España se ha producido un incremento de un 22,67% del número de denuncias por violencia de género en el periodo de enero de 2009 a diciembre de 2017 (Figura 1). Además, suman 507 las víctimas mortales por violencia de género en la pareja en estos últimos años (Tabla 1), aumentando notoriamente estos asesinatos a partir de los 21 años de edad de la víctima. Esto contrarresta el mito de que esta violencia se da solo en mujeres de mediana o avanzada edad. De hecho, los datos de un informe realizado por la Unidad de Psicología Preventiva de la Universidad Complutense de Madrid muestran que se han acrecentado los casos de chicas adolescentes que

reconocen haber sufrido maltrato por parte de su pareja masculina (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2014). De este mismo informe se derivan los tipos de violencia que más frecuentemente sufren las adolescentes: control mediante el móvil u otras tecnologías, ser insultadas y/o ridiculizadas y que tomen decisiones por ellas. Otra forma común de violencia es el aislamiento de las amistades (Díaz Aguado y Carvajal, 2014; citado por Gálvez Gómez, 2015).

Figura 1. Evolución de las denuncias por violencia de género en España



Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del Portal Estadístico Violencia de Género (Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad, 2018)

Tabla 1. Número de víctimas mortales por violencia de género en España

Tramo de edad víctima	Año 2009	Año 2010	Año 2011	Año 2012	Año 2013	Año 2014	Año 2015	Año 2016	Año 2017	TO TAL
<16 años	0	0	0	1	1	0	0	0	0	2
16-17 años	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1
18-20 años	5	0	3	1	1	1	0	1	2	14
21-30 años	11	16	15	13	12	4	12	7	10	100
31-40 años	17	21	16	7	18	16	18	12	16	141
41-50 años	9	18	12	10	10	18	19	12	12	120
51-64 años	7	13	9	9	5	9	2	8	6	68
65-74 años	3	2	5	7	5	1	8	3	2	36
75-84 años	4	2	2	4	2	5	1	1	2	23
>85 años	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2
TOTAL	56	73	62	52	54	55	60	44	51	507

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del Portal Estadístico Violencia de Género (Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad, 2018)

De lo anterior se puede extraer una primera aproximación a la incidencia de la violencia de género en la pareja, el rango de edad en que predomina, la existencia de diversas maneras de ejercerla y algunas de sus características distintivas en la adolescencia. A continuación se establecerá el objetivo de este trabajo y se hará una breve revisión sobre el estado de la cuestión (en qué consiste la violencia de género en la pareja, teorías explicativas y qué peculiaridades tiene en adolescentes). Finalmente se realizará una propuesta de intervención psicoeducativa con el último objetivo de prevenir dicha violencia en adolescentes.

2. OBJETIVO

El objetivo de este trabajo es diseñar una propuesta psicoeducativa dirigida a adolescentes que permita fundamentar relaciones libres de violencia de género en el futuro.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

3.1. Conceptualización de la violencia de género

Se han propuesto diversos términos para referirse a la violencia contra las mujeres. A continuación se analizarán las diferencias que existen entre ellos:

- Violencia doméstica: Es un tipo de abuso hacia el cónyuge o pareja, un niño o una niña, una persona mayor u otro familiar dentro del hogar (Medline Plus).
- Violencia familiar o intrafamiliar: Engloba los "malos tratos o agresiones físicas, psicológicas, sexuales o de otra índole, infligidas por personas del medio familiar y dirigida generalmente a los miembros más vulnerables de la misma: niños, mujeres y ancianos" (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2003).
- Violencia conyugal: Se refiere a la conducta de la pareja o expareja que causa daño físico, sexual o psicológico (OMS, 2013a). Esta definición también incluiría la violencia por parte de las mujeres hacia sus parejas masculinas, así como la violencia cruzada.

- Violencia de género: En España es definida como aquella ejercida contra las mujeres por sus parejas o exparejas masculinas, entendiendo que esta violencia se basa en la desigualdad y en la estructura patriarcal (LO 1/2004 de 28 de diciembre).
- Violencia machista: En la ley de igualdad de mujeres y hombres de Baleares se utiliza este concepto para referirse de forma genérica a la violencia contra las mujeres en cualquier contexto, teniendo esta su origen en la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres (Ley 11/2016 de 4 de agosto de 2016).
- Violencia de género en la pareja: Desde una perspectiva psicosocial se entiende esta como aquella que se ejerce contra las mujeres por parte de la pareja o expareja sentimental masculina, o relaciones análogas. Es una violencia basada en el género. Se enfatiza en que los daños causados a la víctima son elevados debido al afecto que tiene la mujer por el agresor.

Dado su origen arraigado en la sociedad patriarcal y la ideología machista, en adelante se usarán los términos “violencia de género en la pareja” y “violencia machista” para hacer referencia a la violencia contra las mujeres en el ámbito de la pareja.

3.2. Teorías explicativas de la violencia de género en la pareja

Desde la segunda mitad del siglo XX se han propuesto múltiples explicaciones causales de la violencia de género en la pareja desde diferentes enfoques. Podemos clasificar estas teorías en: psicológicas, que estudian las causas individuales; sociológicas, que postulan causas sociales; y multicausales, que defienden la multiplicidad de causas de esta violencia.

A) Teorías psicológicas

Las **teorías psicopatológicas** se centran en el individuo y se basan en la idea de que la violencia de género en la pareja se debe a diferentes psicopatologías. Los maltratadores tendrían diferentes trastornos de la personalidad (límite, antisocial...) (Holtzworth Munroe y Stuart, 1994), adicciones o celotipia, lo cual les llevaría a ser agresivos; mientras que las víctimas presentarían ciertos rasgos de personalidad como dependencia o masoquismo, haciéndolas más vulnerables a sufrir malos tratos por

parte de sus parejas. Sin embargo, las investigaciones realizadas indican que los factores mencionados en los maltratadores son solo precipitantes de la violencia, no su causa; por otra parte, estos rasgos de las víctimas son en todo caso consecuencia de la violencia.

La **teoría etológica del apego** de **Bowlby** situaría la etiología de la violencia de género en base a un apego no seguro en la infancia (Mateos Inchaurredo, 2011). Nuevamente, esta teoría tiene ciertas limitaciones explicativas y carece de fundamento que la respalde.

B) Teorías sociológicas

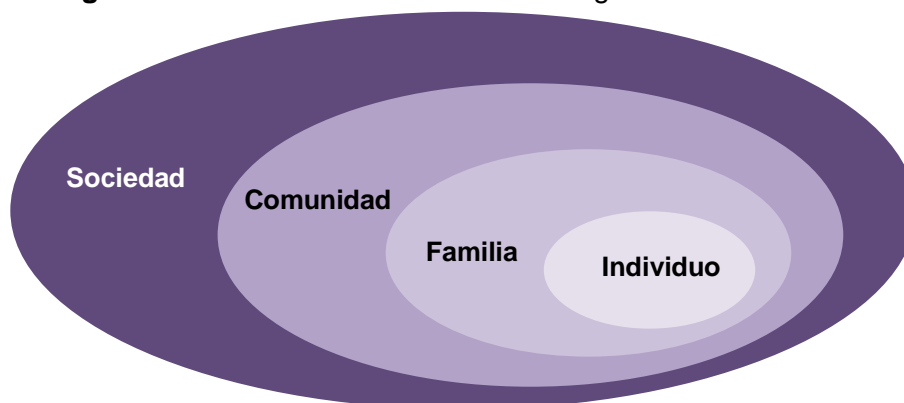
Dentro de estas teorías nos encontramos con la **teoría del aprendizaje social** de **Bandura**, según la cual la violencia de género sería el resultado del aprendizaje en interacción con su entorno. El hecho de observar esta violencia en el propio ambiente familiar conduciría a los hombres a utilizar la violencia contra sus futuras parejas y a las mujeres a ser sumisas y soportar los malos tratos (Mateos Inchaurredo, 2011). No obstante, la evidencia no ha demostrado asociación directa entre ser o no expuesto a violencia de género en el hogar y la perpetuación de la misma en las propias relaciones de pareja.

Para la **teoría feminista**, la violencia de género en la pareja no es otra cosa que el resultado de la cultura patriarcal que, mediante la asignación de diferentes roles en la sociedad según el género, manteniendo a los hombres en una situación de poder y dominación y a las mujeres de sumisión, perpetuaría esta violencia (Tamarit, Lila y Gracia, 2005; citado por Mateos Inchaurredo, 2011). Esta perspectiva tiene poca evidencia empírica y no permite comprender en su totalidad la violencia de género.

C) Teorías multicausales

Lori Heise (1998) plantea un **modelo ecológico** en el que no hay un factor único que explique la violencia de género, sino que hay diversos factores que, combinados, aumentan el riesgo de que se produzca la violencia de género. Además, estos factores se engloban en diferentes niveles (Figura 2):

Figura 2. Marco teórico del modelo ecológico de Lori Heise



Fuente: Elaboración propia a partir de la propuesta de Heise (1998)

- Factores ontogenéticos (individuo): Presenciar violencia de género, sufrir agresiones físicas y/o sexuales en la infancia y tener un padre ausente o que rechaza a su hijo/a.
- Factores situacionales (familia): Dominación masculina en la familia de origen, control económico por parte de los hombres en la familia, conflictos entre los progenitores, abuso de alcohol por parte de los cuidadores.
- Factores del exosistema (comunidad): Desempleo, estatus socioeconómico bajo, aislamiento de la mujer, tener amistades delincuentes.
- Factores del macrosistema (sociedad): Supremacía masculina, asociar la masculinidad a la dominación, roles de género rígidos, considerar a las mujeres propiedad de los hombres, apoyar los castigos para las mujeres, valores culturales que justifican la violencia como disputas personales.

Aunque este modelo contempla múltiples variables causantes de la violencia de género en la pareja, no puede justificar por qué hay hombres que, con las mismas condiciones que los maltratadores, deciden no usar la violencia contra las mujeres.

El **modelo piramidal de Bosch y Ferrer** (2013) es una alternativa integradora de las teorías multicausales que sí ofrece una explicación de los hombres que defienden la igualdad y la no violencia: el proceso de filtraje, pero antes de profundizar en esta cuestión es necesario resumir el modelo.

Las autoras citadas proponen una estructura piramidal con cinco niveles. En la base de esta pirámide se encuentra la sociedad patriarcal, compuesta por la estructura social que mantiene el poder de los hombres sobre las mujeres y una ideología misógina que defiende la inferioridad de las mujeres y justifica la violencia contra estas. Según Alicia Puleo (2005), la dominación de los hombres sobre las mujeres se puede manifestar mediante la coerción (en países considerados “en vías de desarrollo” se imponen leyes y normas estrictas en cuanto a los roles de género y legitiman públicamente la violencia de género) o a través del consentimiento (en las sociedades “desarrolladas” se premia a las personas que se sitúan dentro de los roles de género tradicionales y se castiga socialmente a aquellas que no se adaptan a la norma).

En el siguiente escalón nos encontramos los procesos de socialización diferencial por género que se ampliarán en el siguiente apartado.

Ascendiendo en la estructura piramidal estarían las expectativas de control que implicarían, por una parte, que los agresores ejerzan el dominio y el poder que socialmente se asigna a los hombres con el fin de controlar a las mujeres y, por otra, que las mujeres sean sumisas y abnegadas creyendo que así evitarán que los hombres usen la violencia contra ellas.

En el penúltimo peldaño están los acontecimientos desencadenantes, todos aquellos fenómenos que actuarían como facilitadores o desinhibidores –que no causantes– de la violencia, y pueden ser personales (alcoholismo, enfermedades mentales, estrés...), sociales (crisis económica, leyes...) o político-religiosos (gobiernos ultra conservadores, extremismo religioso...).

Finalmente, la cima de la pirámide es el estallido de la violencia que ocurre cuando el hombre usa algún tipo de violencia contra la mujer (física, psicológica, sexual, económica, social...).

3.3. Socialización diferencial por género y amor romántico

La socialización diferencial por género es el proceso continuo que comienza en el nacimiento y se prolonga durante toda la vida mediante el cual las personas, en interacción con otras, van aprendiendo e interiorizando las normas sociales de su

entorno en función de su género. Es el aprendizaje sobre qué es ser una mujer y qué es ser un hombre, qué expectativas se tiene para ellas y para ellos con respecto a los valores, las actitudes, las características, los sentimientos y los comportamientos que se consideran propios de cada género (Ferrer y Bosch, 2013). Autoras como Marcela Lagarde han bautizado a estos modelos normativos de género como "mandatos de género". En la Tabla 2 se recogen algunas de estas características diferenciales.

Tabla 2. Socialización masculina y femenina

Socialización masculina	Socialización femenina
"Ser para sí"	"Ser para otros"
Racional, independiente, dominante	Emocional, dependiente, sumisa
Agresivo, impulsivo	Pasiva, calmada
Proveedor económico y protector	Proveedora de cuidados (madre/esposa)
Éxito profesional, económico y social	Importancia del aspecto físico
Ámbito público	Ámbito privado
Satisfacción de los propios deseos	Entregada a los demás, abnegada
Amor secundario en su vida	Amor primordial en su vida
Alto deseo sexual, sujeto de deseo	Bajo deseo sexual, objeto de deseo
Emociones asociadas a la fuerza/valentía	Emociones asociadas a la debilidad

Fuente: Elaboración propia a partir de Ferrer y Bosch (2013)

Asumir estas características como propias de cada género supone naturalizarlas, estableciéndose una relación desigual entre mujeres y hombres, estando las primeras en una situación de inferioridad. Es entonces cuando se impone una norma según la cual son aceptadas todas aquellas formas de seguir manteniendo este desequilibrio, incluida la violencia.

En este proceso también se definen el significado del amor, cómo ha de ser una relación de pareja y qué importancia tiene esta en la vida de mujeres y hombres. El problema radica en que todas estas ideas se fundamentan en los mitos del amor romántico, una de las herramientas del patriarcado para normalizar y mantener la violencia de género en la pareja. Estos mitos quedan recogidos en la Tabla 3.

Tabla 3. Mitos del amor romántico

Grupo 1: "El amor todo lo puede"	Grupo 2: "El amor verdadero predestinado"
1. Cambio por amor 2. Omnipotencia del amor 3. Normalización del conflicto 4. Los polos opuestos se atraen y se entienden mejor 5. Compatibilidad del amor y el maltrato 6. El amor "verdadero" lo perdona/aguanta todo	7. "Media naranja" 8. Complementariedad 9. Razonamiento emocional 10. Un único amor "verdadero" en la vida 11. Perdurabilidad, pasión eterna o equivalencia
Grupo 3: "El amor es lo más importante y requiere entrega total"	Grupo 4: "El amor es posesión y exclusividad"
12. Emparejamiento y conversión del amor de pareja en el centro de la existencia 13. Atribución de la capacidad de dar la felicidad 14. Entrega total 15. Amor como despersonalización 16. Si se ama debe renunciarse a la intimidad	17. Matrimonio 18. Celos 19. Mito sexista de la fidelidad y de la exclusividad

Fuente: Elaboración propia a partir de Fundación Mujeres (2011)

Aceptar estos mitos puede llevar a tener un nivel de exigencia excesivo en la relación de pareja y consiguientemente a la decepción; a tolerar y justificar comportamientos egoístas, injustos y violentos; y a conflictos internos para las personas que se desvíen de la norma. En definitiva, estos mitos perpetúan la violencia de género en la pareja.

3.4. Los hombres contra la violencia de género

Como se ha avanzado previamente, existen hombres que, a pesar de haberse socializado dentro del patriarcado y haber tenido condiciones vitales similares a las de los agresores, deciden voluntariamente no ejercer la violencia machista. Este fenómeno se denomina filtraje o fuga, y puede darse en todas las fases o escalones de la pirámide del modelo de Bosch y Ferrer (2013).

Con respecto a su funcionamiento, cabe mencionar las posibles actitudes de los hombres hacia los mandatos del patriarcado (Rebollo, 2010; citado en Bosch y Ferrer, 2013):

- Identidad legitimadora: Aceptan tanto los privilegios masculinos como la legitimidad que les otorga el patriarcado para hacer uso de la violencia contra las mujeres. Estos hombres se mantienen dentro de la pirámide y pasan por sus escalones, maltratando a las mujeres en general y a sus parejas en particular.
- Identidad de resistencia: Rechazan la violencia de género pero no cuestionan sus privilegios masculinos. Estos hombres suelen cometer micromachismos.
- Identidad de proyecto: Además de posicionarse en contra de la violencia de género, se deconstruyen y redefinen una nueva masculinidad más igualitaria. Llegar a este punto implica realizar esfuerzos activos para reflexionar sobre la etiología de la violencia de género y sobre los privilegios que tienen los hombres por el hecho de serlo, así como tener la voluntad y deshacerse de ellos efectivamente.

La existencia de este proceso implica que es posible elegir si usar o no la violencia contra las mujeres. La diferencia entre los hombres que la emplean y los que no se encuentra en el grado de conciencia de la injusticia del sistema patriarcal actual, en la empatía con las mujeres que lo sufren y en la voluntad de llevar a cabo un cambio personal real para contribuir a la consecución de la igualdad entre mujeres y hombres. Por ello, la intervención propuesta para este trabajo se basará en la sensibilización.

3.5. Características psicológicas en la adolescencia temprana

La adolescencia temprana (12–14 años) es una etapa caracterizada por grandes cambios cognitivos, sociales, emocionales y sexuales. A continuación se detallarán los más relevantes (Álvarez Jiménez, 2010; Ballester Arnal y Gil Llarío, 2006; Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, 2016; Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2013).

A) Cambios cognitivos

- Entienden y utilizan razonamientos más complejos y abstractos.
- Aparece el espíritu crítico.

B) Cambios sociales

- Las amistades y sus iguales empiezan a tener un mayor peso sobre su conducta y sus actitudes.
- La familia pasa a un segundo plano, por detrás del grupo de iguales.

C) Cambios emocionales y sexuales

- Son más conscientes de sus emociones y las verbalizan con más facilidad.
- Se definen los propios gustos e intereses.
- Desarrollan el autoconcepto y el autoestima, ya sean positivos o negativos.
- Autoafirmación de la personalidad.
- Suelen mostrar rechazo hacia la imposición de normas de figuras de autoridad.
- Aumenta el interés por las relaciones afectivo-sexuales.
- Utilizan fantasías sexuales para la autoexcitación, a menudo provenientes de la pornografía.

3.6. Adolescentes y violencia de género en la pareja

Diversos estudios muestran la violencia de género en la pareja se manifiesta especialmente de las siguientes formas (Mateos Inchaurredo, 2011):

- Violencia psicológica: Predominan el control (especialmente a través de las redes sociales), los insultos y las humillaciones.
- Violencia social: Los celos, el aislamiento y las demandas excesivas de atención caracterizan la violencia de género en la pareja en este periodo.

- Violencia sexual: Destaca la coacción sexual o insistencia para iniciarse en las relaciones sexuales.

Merece mención aparte el fenómeno de la **ciberviolencia de género**, que es el reflejo virtual de la violencia contra las mujeres. Dentro de esta, nos encontramos (Rico Altuzarra, 2015):

- Cibercontrol: Vigilancia continuada de los espacios virtuales de la víctima. Algunos ejemplos de esta violencia son exigir saber la localización de la persona, pedir contraseñas personales o reclamar explicaciones sobre comentarios o fotos en la red que haya hecho o le hayan hecho a la mujer.
- Ciberacoso: Contacto persistente e indeseado con una persona mediante las redes sociales, acompañado frecuentemente de amenazas, chantajes o humillaciones. Un claro ejemplo de ciberacoso es enviar constantemente mensajes a una persona con el fin de tener relaciones sexuales con ella; en este caso, es muy común que el agresor responda con insultos ante la no respuesta de la víctima o cuando esta expresa no estar interesada.
- Cibermisoginia: Se refiere a todas las formas de difundir ideas misóginas en el mundo virtual. Viralizar frases y expresiones misóginas como “t_d_s p_t_s” (*todas putas*) es una de las múltiples formas de cibermisoginia.
- Ciberviolencia simbólica: Consiste en representar a las mujeres como meros objetos sexuales sujetas a los deseos de los hombres a través de la red. Por ejemplo, enviar a través de grupos de WhatsApp fotografías de mujeres de contenido sexual y/o pornográfico y hacer comentarios obscenos al respecto.

Otra característica fundamental de esta violencia en adolescentes es la falta de conciencia sobre la misma. Suelen considerar violencia solo si es de tipo físico, por lo que ignoran las otras formas (precisamente, las más frecuentes).

4. PROYECTO DE INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA

4.1. Personas destinatarias

El proyecto de intervención psicoeducativa está dirigido a adolescentes de 1º y 2º de Educación Secundaria Obligatoria, con edades comprendidas entre los 12 y los 14 años y escolarizados en centros públicos, privados y concertados de las Islas Baleares. Se ha escogido este intervalo de edad en base a diversos estudios que indican que las primeras relaciones afectivo-sexuales suelen iniciarse a los 15 años (ANAR, 2017; Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2013). Dado que el objetivo último de este proyecto es prevenir la violencia de género en la pareja, se opta por realizar la intervención con anterioridad al comienzo de este tipo de relaciones.

4.2. Temporalización y localización

La intervención está estructurada en 10 sesiones, con duración aproximada de 60 minutos cada una, y periodicidad semanal. Además, ha de completarse dentro de un mismo trimestre escolar para facilitar la asimilación de los contenidos. Se empleará el horario de tutorías para las sesiones con el fin de permitir al alumnado continuar con normalidad el resto de clases.

Las sesiones mixtas tendrán lugar en el mismo aula de clase del propio centro educativo, mientras que para la sesión no mixta se separarán chicas de chicos en dos aulas diferentes dentro del centro.

4.3. Objetivos

A) Objetivos generales

- Sensibilizar en la igualdad de derechos y oportunidades entre mujeres y hombres.
- Prevenir situaciones de violencia de género en el ámbito de la pareja.

B) Objetivos específicos

Los objetivos de cada sesión se detallan en la Tabla 4.

4.4. Metodología

La intervención psicoeducativa se servirá de una metodología basada en el aprendizaje dialógico, en el que la realidad social se construye mediante las interacciones entre personas (Aubert, García y Racionero, 2009), teniendo por tanto un gran potencial para la transformación social. Los talleres serán dinámicos, limitando la participación de la psicóloga o el psicólogo social (la persona moderadora) con la finalidad de que sea el propio alumnado quien descubra los contenidos que se pretenden transmitir. Asimismo, se emplearán diversas técnicas psicoterapéuticas para modificar pensamientos y conductas.

Por otra parte, trabajar en el propio grupo de clase, al tratarse de un entorno conocido, facilitará la implicación del alumnado y aumentará la confianza para intervenir.

4.5. Actividades

Sesión 1. Apertura

En primer lugar, la psicóloga o el psicólogo social se presenta, indicando la entidad de la que proviene y explicando brevemente los objetivos de la intervención.

Posteriormente se lleva a cabo la dinámica “La telaraña” (adaptada de Dinámicas Grupales, 2016) (30 minutos), en la que el alumnado y la moderadora se colocan de pie formando un círculo. Inicia la dinámica la psicóloga, quien tendrá un ovillo de lana en las manos y deberá indicar su nombre, su edad y una afición. Luego coge la punta del hilo y, sin soltarla, lanza el ovillo a otra persona, quien ha de presentarse de igual forma y repetir después la presentación de la persona anterior. Se repite hasta que se haya presentado toda la clase, formando entre todas y todos una especie de telaraña.

Para finalizar la sesión se realiza la actividad “Nuestra clase, nuestras normas” (elaboración propia) (15 – 20 minutos) en la que se pedirá que cada estudiante escriba en un trozo de papel una regla o norma que considere necesaria para el buen funcionamiento del resto de las sesiones (p.ej., respetar las opiniones ajenas, hablar de una/o en una/o, guardar silencio mientras la persona moderadora explique las actividades...). Se introducirán estos papeles en una caja pequeña y se procederá a leerlas una a una para que, mediante votación, se decidan las reglas que se deberán cumplir. De esta forma se pretende que el alumnado interiorice unas normas básicas de comportamiento sin percibir las como una imposición de una figura de autoridad.

Tabla 4. Resumen de las sesiones

Sesión	Título	Objetivos	Actividades	Recursos materiales
1	Apertura	Presentación del proyecto y de la moderadora Favorecer la cohesión grupal Establecimiento de normas	“La telaraña” “Nuestra clase, nuestras normas”	Ovillo de lana Folios y bolígrafos Caja pequeña
2	Igualdad de género y estereotipos	Definir los conceptos de igualdad y estereotipo de género Reflexionar sobre las desigualdades de género Identificar los estereotipos de género	“Acción de nombres” “Cocinando el género”	Pizarra y tiza 2 ollas de juguete Folios y bolígrafos
3	¿De dónde vienen los estereotipos de género?	Identificar las formas de transmisión de los estereotipos Fomentar una visión crítica de los medios de comunicación, la música y el cine	Visionado de vídeos Análisis de canciones	Ordenador con Internet Proyector Altavoces
4	Deshaciéndonos de los estereotipos	Dar herramientas para modificar la creencia en los estereotipos Observar la relación entre estereotipos, prejuicios y discriminación	Diálogo socrático “La entrevista”	
5	Mitos del amor romántico	Averiguar qué concepto tienen sobre el amor Identificar los mitos del amor romántico Explicar cómo se instauran los mitos del amor romántico	Lluvia de ideas Visionado de un vídeo	Pizarra y tiza Ordenador con Internet Proyector y altavoces
6	Iceberg de la violencia de género en la pareja	Definir la violencia de género en la pareja Conocer los tipos de violencia de género en la pareja Comprender las causas del mantenimiento de una relación tóxica	“Bajo el iceberg” “El ciclo de la violencia”	Pizarra y tiza Fichas del Anexo 3 Ordenador con proyector
7	Violencia de género 2.0	Conocer la violencia de género en el ámbito virtual Analizar las experiencias propias de violencia de género 2.0 Identificar los tipos de violencia de género en la pareja	Visionado de un vídeo “Nuestra experiencia” “Basado en hechos reales”	Ordenador con Internet Proyector y altavoces Folios y bolígrafos
8	Habilidades sociales y emocionales	Dar estrategias para cambiar de la pasividad a la asertividad (♀) Reflexionar sobre la masculinidad hegemónica (♂) Practicar la escucha activa y la empatía (♂)	"Derechos asertivos básicos" Role playing "Casos impactantes"	Copias del Anexo 5
9	Relaciones sanas	Identificar relaciones de pareja tóxicas Ofrecer modelos de relaciones de pareja sanas	Lluvia de ideas “Decálogo del mal amor” “Decálogo del buen amor”	Ordenador con proyector Cartulinas de colores Bolígrafos y rotuladores
10	Cierre	Comprobar el aprendizaje de los contenidos tratados Propiciar la valoración personal de la intervención	“Concurso de TV”	Papel y bolígrafos

Sesión 2. Igualdad de género y estereotipos

La sesión comienza con la actividad “Acción de nombres” (elaboración propia) (30 minutos), con la cual se pretende reflexionar sobre las desigualdades que hay entre mujeres y hombres. Para ello, se pedirá al grupo que digan qué nombre creen que tendría una persona que realice o se encuentre en cada una de las situaciones que se exponen en el Anexo 1. La moderadora apuntará en la pizarra los nombres dichos.

Tras la asignación de nombres de mujer o de hombre a estas situaciones se pregunta al alumnado si realmente las mujeres y los hombres son tratados de forma igual y justa en la actualidad. Posteriormente, se les indicará que expliquen el concepto de igualdad de género para llegar de forma conjunta a la definición de este término.

Para continuar la sesión se llevará a cabo la dinámica “Cocinando el género” (elaboración propia) (20 minutos), en la que el grupo deberá introducir los “ingredientes” que considere que definen a una mujer y a un hombre. Cada persona deberá escribir en un trozo de papel una característica que asocien a las mujeres y otra a los hombres, e introducirlas en unas ollas de juguete con la etiqueta “Mujer” y “Hombre”. Si tienen dificultades, se procederá a leer algunas de las características del Anexo 1, sin indicar si se refieren a estereotipos masculinos o femeninos.

Una vez todo el mundo haya añadido su “ingrediente” a la olla, la persona dinamizadora leerá todas las características de cada olla por separado. A continuación se debatirá su grado de creencia en los estereotipos. Finalmente, se definirá de forma conjunta el término de estereotipo de género y se les informará de que en la siguiente sesión se seguirá trabajando sobre esto.

Sesión 3. ¿De dónde vienen los estereotipos de género?

Se inicia la sesión haciendo un breve repaso del contenido tratado en la sesión previa y comunicando que en esta sesión han de prestar especial atención a los vídeos que se proyectarán. Antes de visualizar los vídeos, se les pedirá que indiquen las formas en que creen que los estereotipos pueden transmitirse. En el caso de que no tengan ideas propias, la persona moderadora dará algunas sugerencias: familia, televisión, música, medios de comunicación, amistades, profesorado...

Tras esta introducción, se proyectarán los vídeos e imágenes del Anexo 2 según su categoría y, después de cada uno, se lanzarán preguntas para abrir un debate:

- ¿Qué habéis sentido al ver el vídeo?
- ¿Qué mensaje creéis que quieren transmitir?
- ¿Qué estereotipos se pueden ver en el vídeo?
- ¿Estáis de acuerdo con este mensaje? ¿Por qué?

Se comenzará con el cine: primero se visualizarán los vídeos de las canciones (15 minutos) y después se proyectarán las imágenes de personajes (10 minutos) de películas de Disney. Posteriormente se sigue con el ámbito de la publicidad (15 minutos). Para finalizar la sesión, se proyectará el vídeo “Always | #ComoNiña: Imparable, que nada te detenga” (5 minutos) disponible en la plataforma YouTube (https://www.youtube.com/watch?v=fug_ExCgE70) con el fin de analizar las limitaciones que implica cumplir con los estereotipos de género femenino y transmitir el mensaje de que es posible erradicarlos. Se ha de concluir explicitando que en la siguiente sesión se darán herramientas para ello.

Sesión 4. Deshaciéndonos de los estereotipos

Se inicia la sesión haciendo un recordatorio de la última actividad realizada en la sesión previa y la psicóloga o el psicólogo que modere explica que se va a profundizar más en los estereotipos. En esta primera parte de la sesión se utilizará el diálogo socrático (30 minutos) para desmitificar los estereotipos de género del grupo.

El diálogo socrático se trata de una “técnica cognitiva que busca provocar una disonancia cognitiva, a través del descubrimiento guiado del terapeuta mediante preguntas sistemáticas que pongan en evidencia los errores lógicos en la forma de procesar la información” (Partarrieu, 2011). El papel de la o el terapeuta es guiar el debate, sin afirmar nada y explorando diversas áreas mediante preguntas empíricas:

- Petición de pruebas que mantienen los pensamientos (¿qué pruebas tienes para creer en eso?, ¿hay alguna prueba de lo contrario?).
- Buscar alternativas de interpretación de los pensamientos o creencias (¿podría haber otra forma de ver eso?).
- Hacerse consciente de las emociones al mantener los pensamientos (¿qué sientes al pensar eso?, ¿te ayuda en algo?).

- Comprender la gravedad de las predicciones negativas (¿qué posibilidad hay de que eso ocurra?, ¿cuánto durarían los efectos si ocurriese?, ¿qué podría hacerse entonces?).
- Conceptualizar pensamientos formulados de forma vaga e imprecisa (¿qué quieres decir con eso?).

Para concluir, se explicará de forma práctica a través de la dinámica “La entrevista” (elaboración propia) (20 minutos) la relación entre los estereotipos (pensamientos), los prejuicios (sentimientos y actitudes) y la discriminación (conducta). Se pedirá a dos chicos y una chica que representen una entrevista de trabajo para un puesto de dependiente/a en una tienda de informática y electrónica.

Uno de los chicos será el responsable de recursos humanos y seleccionará a la persona contratada, el otro será un candidato que tiene pocos conocimientos de informática y la chica una candidata con grandes habilidades para la informática. Al chico que desempeñe el papel de responsable de RRHH se le indicará que, para la representación, ha de asumir como cierto el estereotipo de género de que los hombres tienen dotes naturales para la tecnología, mientras que las mujeres son ineptas en este campo.

Tras realizarse la interpretación de las entrevistas con ambas personas candidatas, se animará al responsable de RRHH para que comparta las emociones que le han transmitido la chica y el chico. Además, se preguntará a la clase si ha habido discriminación por razón de género en el transcurso de la entrevista y en la selección de la persona contratada.

Sesión 5. Mitos del amor romántico

Se comienza planteando la pregunta "¿qué significa para vosotras y vosotros el amor?" para hacer una lluvia de ideas (5-10 minutos) sobre el concepto que tienen sobre el amor y las relaciones afectivo-sexuales. La persona moderadora apunta en la pizarra las ideas que surjan y después explica uno a uno los mitos del amor romántico de la Tabla 3 (40 minutos), indicando por qué no son ciertos.

Para terminar, se visualizará y se comentará conjuntamente el vídeo "Simplemente no te quiere" (10 minutos), disponible en la plataforma YouTube

(<https://www.youtube.com/watch?v=BmP5LSBsCJM>). Tras esto, la psicóloga o el psicólogo preguntará al grupo otras formas en que se transmiten estos mitos.

Sesión 6. Iceberg de la violencia de género en la pareja

La sesión comienza con la o el moderador/a preguntando qué entienden por violencia de género. Tras las definiciones propuestas por el alumnado, la psicóloga o el psicólogo ha de aclarar el concepto intentando usar las ideas proporcionadas por el grupo, indicando los diversos ámbitos en que se puede dar la violencia de género (10 minutos).

Después se realiza la dinámica "Bajo el iceberg" (elaboración propia) (35 minutos). La moderadora dibuja en la pizarra la figura del Anexo 3 y entrega las diferentes frases de la ficha del mismo anexo al grupo. El alumnado cogerá una a una las frases y las clasificarán entre: "violencia de género" y "no violencia de género". Las frases que no correspondan a una situación de violencia de género se guardan, y las que sí son este tipo de violencia se han de dividir según la figura del iceberg dibujada en la pizarra ("formas visibles" y "formas invisibles" de la violencia de género). Serán las y los estudiantes quienes coloquen en el dibujo del iceberg las frases. Una vez clasificadas las situaciones, la psicóloga o el psicólogo explicará los diversos tipos de violencia de género en la pareja que existen y ofrecerá algunos ejemplos concretos.

Finalmente, se proyecta la imagen del ciclo de la violencia de género del Anexo 3 (10 minutos) y se explica el proceso por el cual las mujeres víctimas se mantienen en relaciones abusivas.

Sesión 7. Violencia de género 2.0

En esta sesión se comenzará preguntando al grupo si creen que a través de la red y de los dispositivos electrónicos es posible ejercer violencia de género y, en caso afirmativo, de qué forma. Tras las ideas del estudiantado se visualizará el vídeo "10 formas de violencia de género digital - #HaySalida - #Fuerzaenmivoz" disponible en la plataforma YouTube (https://www.youtube.com/watch?v=ub9rWnmiq_g) (5 minutos). Seguidamente, se expondrán los diversos tipos de ciberviolencia de género (10 minutos).

Como segunda actividad se propondrá la dinámica “Nuestra experiencia” (elaboración propia) (15 minutos), donde se harán grupos no mixtos de 4 a 6 personas, teniendo cada grupo que escribir de forma anónima en un papel una experiencia propia o de la que han sido testigos en relación a la violencia de género 2.0. La persona moderadora recogerá las diferentes historias y las leerá en voz alta para reflexionar conjuntamente sobre ellas, alentando a los chicos a no ejercer esta violencia y animar a las chicas a actuar para salir de estas situaciones.

La última actividad de esta sesión será “Basado en hechos reales” (adaptada de Mateos Inchaurredo, 2011) (30 minutos), en la que se empleará la lectura dialógica, consistente en leer y comprender un texto para profundizar y reflexionar críticamente sobre él a través de la interacción con otras personas (Valls et al., 2008; citado en Rodríguez Fernández-Cuevas, 2017). Para ello, se proyectará un texto narrando una historia de violencia de género en la pareja en adolescentes (Anexo 4) y el alumnado tendrá que responder a las siguientes cuestiones:

- ¿Es una relación sana y positiva? ¿Por qué?
- ¿Creéis que Luis se comporta así porque está enamorado de Marta?
- ¿Por qué Luis actúa así solo con Marta?
- ¿Se observa alguna forma de violencia de género en la pareja? ¿Cuál(es)?
- ¿Por qué no abandona Marta la relación? (identificar el ciclo de la violencia)
- ¿Cómo creéis que termina la historia?

Sesión 8. Habilidades sociales y emocionales

Esta sesión se hará de forma no mixta, separando en dos aulas diferentes a las chicas de los chicos. Preferentemente, un hombre será el moderador de los chicos y una mujer de las chicas para ofrecer un ambiente seguro para las actividades. El motivo de separar ambos géneros es trabajar específicamente en las conductas de unas y otros en una relación de violencia de género.

Sesión para las chicas

En primer lugar, se explicarán los tres tipos de conducta interpersonal (pasividad, agresividad y asertividad) y las características de cada uno. Se enfatizará en las consecuencias negativas de usar los dos primeros y en los beneficios de usar el último (15 minutos).

Posteriormente, se entregará a todas las alumnas una copia en papel con el listado de los “Derechos asertivos básicos” de cualquier persona (Anexo 5) y se les pedirá que los lean en voz alta. La psicóloga hará hincapié sobre todo en los derechos número 1, 2, 3, 4, 5, 7, 12 y 13. Después preguntará si los aplican en su vida diaria y las dificultades que presentan para llevarlos a la práctica (20 minutos).

Para la siguiente actividad la psicóloga enseñará algunas técnicas específicas de asertividad (5 minutos) destinadas a evitar discusiones improductivas o perjudiciales, así como a mantener el propio punto de vista de una forma respetuosa con la otra persona y con una misma. Las técnicas serán las siguientes (Fundación IReS):

- Disco rayado: Repetir el propio punto de vista una y otra vez, con tranquilidad, sin entrar en las provocaciones que pueda hacer el otro.
- Aplazamiento: Aplazar la respuesta que vayamos a dar al otro hasta que nos sintamos más tranquilas y capaces de responder correctamente.
- Ignorar: Cuando nuestro interlocutor está agresivo u hostil, expresarle con un tono de voz amable y comprensivo, que no le atenderemos hasta que se tranquilice.
- Procesamiento del cambio: No dejarse provocar por las incitaciones del otro y desplazar el foco de la conversación hacia el análisis de lo que está ocurriendo en el presente entre las dos personas.

La sesión termina con una dinámica de role playing (elaboración propia) (20 minutos) en la que se pedirá a dos voluntarias que interpreten una escena de violencia de género en la pareja en la que el chico grite e insulte a la chica. Cada una de las alumnas desempeñará un papel, y la que interprete al chico tendrá una conducta agresiva (solo verbalmente), mientras que la que haga el papel de chica usará la asertividad para acabar con la discusión. Tras la representación, se preguntará a cada voluntaria cómo se ha sentido en su papel y si ha conseguido sus objetivos actuando de esta forma. Además, el resto de compañeras podrá hacer comentarios y propuestas de mejora sobre lo que han visto.

Sesión para los chicos

Se introduce la sesión haciendo un breve recordatorio a las sesiones en que se trataron los estereotipos de género, enfatizando en el carácter social y cultural de los mismos. A continuación, el psicólogo introduce el concepto de masculinidad

hegemónica, relacionándolo con los estereotipos y roles de género masculinos. Después se abre un breve espacio de reflexión (20 minutos) para que los chicos expongan las consecuencias que ha tenido para ellos este modelo de masculinidad, y qué relación tiene con la violencia de género en la pareja. Algunas ideas pueden ser: la erotización de la agresividad, la dominación, la falta de sensibilidad y el establecimiento de relaciones de poder.

Al finalizar el debate, el moderador indicará que una característica asociada tradicionalmente a los hombres es la carencia de habilidades emocionales y sociales, como la empatía y la escucha activa. Seguidamente definirá ambos términos y entregará copias en papel a los alumnos de las características de cada una (Anexo 5). Los alumnos tendrán que leer en voz alta las listas de características y se preguntará si las aplican en su vida diaria y las dificultades que presentan para llevarlos a la práctica (15 minutos).

La última actividad será “Casos impactantes” (elaboración propia) (25 minutos), en la que tendrán que pensar en un caso de violencia de género en la pareja que conozcan (del propio entorno o de alguna noticia) y les haya impactado. Después saldrán dos voluntarios: uno el afectado por la situación, que explicará el caso y sus emociones al otro; el otro chico actuará de oyente, tratando de utilizar la escucha activa y la empatía durante la conversación. Tras la representación, se preguntará a los voluntarios cómo se han sentido en sus respectivos papeles. Además, el resto de compañeros podrá hacer comentarios y propuestas de mejora sobre lo que han visto.

Sesión 9. Relaciones sanas

En esta sesión se trabajará en grupos mixtos de 4 a 6 personas, procurando la presencia equitativa de chicas y chicos. Cada grupo hará dos murales en cartulina, los cuales se expondrán ante el resto de la clase y se colgarán en el aula.

Para el primer mural se pedirá que hagan un “Decálogo del mal amor” (elaboración propia) (30 minutos) donde se muestren diez características de una relación de violencia o “tóxica”. Se mostrará el decálogo del Anexo 6 para proporcionar ideas para inspirarse. El mural ha de contener el título “Decálogo del mal amor” y el subtítulo “En una relación de violencia de género...”, seguido de las características.

Para el segundo mural se realizará un “Decálogo del buen amor” (elaboración propia) (30 minutos) en el que se incluyan diez características de una relación sana, libre de violencia e igualitaria. La cartulina ha de contener el título “Decálogo del buen amor” y el título “En una relación sana...”. Para hacer este decálogo pueden inspirarse en las siguientes preguntas:

- ¿Cómo es una relación basada en los buenos tratos?
- ¿Qué características debería tener dicha relación?
- ¿Qué valores conllevan un buen trato (p.ej., sinceridad, lealtad...)?

Sesión 10. Cierre

En esta última sesión se planteará la dinámica “Concurso de TV” (50 minutos), en la que se dividirá la clase en grupos de 4 a 6 personas en función del número de alumnas y alumnos, tratando de igualar la presencia de ambos géneros en cada grupo. Cada grupo deberá escribir 3 preguntas sobre los temas tratados en las sesiones anteriores y el resto de grupos tendrán que responderlas. Se pedirá a una persona voluntaria para presentar el concurso de preguntas, haciendo como si estuviese emitiéndose en televisión. Ganará el equipo que dé más respuestas correctas.

Para terminar con la intervención, la persona moderadora animará al alumnado a aportar su valoración personal sobre las sesiones, su contenido, temporalidad y actividades realizadas (10 minutos). Se realizará de forma oral para asegurar conseguir la opinión razonada de las y los estudiantes, puesto que de forma escrita suelen tener reticencias para justificar sus respuestas.

4.6. Evaluación

A) Instrumentos

El *Instrumento de Recogida de Datos de Creencias del Alumnado* elaborado por Colás y Villaciervos (2007) evalúa la interiorización de estereotipos de género en adolescentes. Se valoran los estereotipos en seis áreas: cuerpo, comportamiento social, ámbito competencial, gestión de las emociones, expresión afectiva y responsabilidad social. Se estimó la fiabilidad del instrumento a través del coeficiente Alpha de Cronbach, observándose una fiabilidad alta ($\alpha=0,7805$, nivel de confianza del 95,5%).

La *Escala de actitud hacia la violencia de género* fue elaborada por Mateos Inchaurredo (2011) para valorar las actitudes de estudiantes de 1º y 2º de ESO en relación a dos dimensiones: la violencia, con ítems sobre el uso general de la violencia, la legislación, etc.; y el género, con ítems relacionados con los mitos en torno a los roles tradicionales de género, las creencias, los valores sexistas, etc. Cuenta con una versión en catalán y otra en castellano. La misma autora realizó dos estudios piloto para validar la escala antes de aplicar la versión definitiva. Se estudió la fiabilidad del instrumento mediante el cálculo de Alpha de Cronbach, teniendo una fiabilidad alta ($\alpha=0,752$).

La *Escala de mitos sobre el amor* elaborada por Bosch et al. (2007) evalúa las actitudes de la población española hacia los mitos del amor romántico mediante una escala Likert de 5 anclajes. Respecto a la fiabilidad, esta es moderada ($\alpha=0,506$, nivel de confianza del 95,5%).

El *Cuestionario de violencias de género 2.0* elaborado por Donoso et al. (2014, 2018), evalúa diversas dimensiones de la violencia de género virtual en alumnado de ESO de las comunidades de Islas Baleares, Cataluña, Aragón, Galicia, Andalucía y Canarias: concepto, ciberagresiones, cibervictimizaciones, ciberobservaciones y respuestas dadas ante esta violencia. Se evaluó la fiabilidad de cada una de las dimensiones, resultando siempre alta ($\alpha>0,9$).

B) Procedimiento para la evaluación

Tres semanas antes del comienzo de las sesiones se entregarán a la tutora o tutor del grupo los cuestionarios de evaluación inicial (pre-intervención) y se le explicará la forma de administración para el alumnado. Esta deberá ser de forma individual y en tres intervalos temporales diferentes, uno por cada semana. Se realizará así para evitar posibles sesgos de respuesta debido al cansancio.

Todos los cuestionarios han de cumplimentarse de forma individual por el alumnado en el mismo aula. El orden de administración será el siguiente:

- 1ª sesión: Instrumento de Recogida de Datos de Creencias del Alumnado (Colás y Villaciervos, 2007).
- 2ª sesión: Escala de actitud hacia la violencia de género (Mateos Inchaurredo, 2011) y Escala de mitos sobre el amor (Bosch et al., 2007).

- 3ª sesión: Cuestionario de violencias de género 2.0 (Donoso, Rubio, Velasco y Vilà, 2014; Donoso, Hurtado y Vilà, 2018).

Se llevará a cabo una evaluación post-intervención para valorar la efectividad de la misma. Esta evaluación se realizará en las tres semanas siguientes a la finalización de la intervención, de la misma forma y con los mismos instrumentos con los que se hizo la evaluación inicial.

5. CONCLUSIONES

La violencia contra las mujeres, tal y como recoge la ONU (1994), no es una cuestión privada, sino que se trata de un problema social que engloba todas las esferas de la sociedad de forma universal. De entre sus múltiples formas, este trabajo se ha centrado específicamente en aquella que sucede en el ámbito de la pareja por ser la predominante.

Se han postulado diversas teorías explicativas de este tipo de violencia, desde las unicasales hasta las multicausales. Este trabajo ha seguido la línea del modelo piramidal de Bosch y Ferrer (2013), enmarcado dentro de las multicausales, por ser a día de hoy una de las propuestas más completas.

Uno de los grandes factores que pueden conducir a ejercer violencia machista en la pareja es la socialización diferencial por género en la que se incluirían los estereotipos de género y los mitos del amor romántico. Es precisamente este factor el objetivo central de la propuesta de intervención que plantea este documento. Esta intervención, por su carácter preventivo, se dirige a adolescentes que mayoritariamente no han comenzado a tener relaciones afectivo-sexuales.

Pese a la necesidad de elaborar e implementar programas de prevención, a menudo la excusa es la falta de presupuesto. Sin embargo, la propuesta de este trabajo de fin de Grado es la prueba de que los costes pueden ser muy reducidos al no requerir de un material especial. De hecho, los gastos se reducen casi exclusivamente al salario de las y los profesionales de la psicología que imparten las sesiones. No es necesaria

una gran inversión y los beneficios a corto y largo plazo son elevados a nivel económico, sanitario y social.

6. REFERENCIAS

- Álvarez Jiménez, J.M. (2010). Características del desarrollo psicológico de los adolescentes. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 28(142).
- ANAR. (2017). Informe Anual 2016 Teléfono ANAR: Violencia de Género. Recuperado el 24 de abril de 2018 de <https://www.anar.org/documentacion>
- Aubert, A., García, C., y Racionero, S. (2009). El aprendizaje dialógico. *Cultura y Educación*, 21(2), 129-139.
- Ballester Arnal, R. y Gil Llario, M.D. (2006). La sexualidad en niños de 9 a 14 años. *Psicothema*, 18(1), 25-30.
- Bosch Fiol, E. y Ferrer Pérez, V.A. (2013). Nuevo modelo explicativo para la violencia contra las mujeres en la pareja: el modelo piramidal y el proceso de filtraje. *Asparkia*, 24, 54-67.
- Bosch, E., Ferrer, V.A., García, E., Ramis, M.C., Navarro, C. y Torrens, G. (2007). *Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja*. Madrid, Estudios e Investigaciones, Instituto de la Mujer. Recuperado el 24 de abril de 2018 de http://www.migualdad.es/mujer/mujeres/estud_inves/770.pdf
- Castanyer Mayer-Spiess, O. (2005). *La asertividad: expresión de una sana autoestima*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2016). *Consejos de crianza positiva. Adolescentes jóvenes (12 a 14 años)*. Recuperado el 14 de mayo de 2018 de <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/childdevelopment/positiveparenting/adolescence.html>
- Cine Tec. *Cine Retro: Las Villanas de Disney*. Recuperado el 25 de abril de 2018 de <http://www.24xsegundo.tv/informe-villanas-de-disney/>
- Colás Bravo, P. y Villaciervos Moreno, P. (2007). La interiorización de los estereotipos de género en jóvenes y adolescentes. *Revista de Investigación Educativa*, 25(1), 35-58.
- ColumnaZero Cine. (2014). *El obturador: la evolución de las princesas Disney*. Recuperado el 25 de abril de 2018 de <http://columnazero.com/el-obturador-la->

evolucion-de-las-princesas-disney

- Corbin, J. A. Amor tóxico: 10 características de las parejas imposibles. *Psicología y Mente*. Recuperado el 9 de mayo de 2018 de <https://psicologiaymente.net/pareja/amor-toxico>
- Design Looter. Iceberg. Recuperado el 9 de mayo de 2018 de http://designlooter.com/iceberg-svg.html#gal_post_11396_iceberg-svg-8.jpg
- Devenir Cyborg 2.0. (2017). *Los ciclos de la violencia de género*. Recuperado el 26 de abril de 2018 de <https://devenircyborg.wordpress.com/2017/12/14/los-ciclos-de-la-violencia-de-genero>
- Dinámicas Grupales. (2016). *Dinámica La Telaraña*. Recuperado el 9 de mayo de 2018 de <http://dinamicasgrupales.com.ar/dinamicas/presentacion/dinamica-la-telarana>
- Donoso Vázquez, T., Rubio Hurtado, M.J. y Vilà Baños, R. (2018). La adolescencia ante la violencia de género 2.0: Concepciones, conductas y experiencias. *Educación XX1*, 21(1), 109-134.
- Donoso, T. Rubio, M.J., Velasco, A. y Vilà, R. (2014). *Cuestionario de violencias de género 2.0*. Barcelona: Universitat de Barcelona.
- Ferrer Pérez, V.A. y Bosch Fiol, E. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. *Profesorado: Revista de currículum y formación del profesorado*, 17(1), 105-122.
- FRA (Agencia de Derechos Fundamentales de la Unión Europea) (2014). Violence against women: an EU-wide survey.
- Fundación IReS. Material de los talleres socioeducativos. *Sesión práctica: entrenamiento en habilidades sociales (asertividad/confrontar)*. No publicado.
- Fundación Mujeres. (2011). Coeducación y mitos del amor romántico. Mujeres (Madrid).
- Gálvez Gómez, L. (2015). *Proyecto de prevención de violencia de género en adolescentes*. Trabajo de fin de grado, Facultad de Educación, Universidad de Valladolid.
- García Higuera, J.A. (2009). Comunicación: la escucha activa. *Psicoterapeutas*. Recuperado el 9 de mayo de 2018 de http://www.psicoterapeutas.com/terapia_de_pareja/escucha_activa.html
- Heise, L. (1998). An integrated, ecological framework. *Violence Against Women*, 4(3), 262-290.
- Holtzworth Munroe, A. y Stuart, G.L. (1994). Typologies of male batterers: Three

- subtypes and the differences among them. *Psychological Bulletin*, 116, 476-497.
- Ley 11/2016, de igualdad de mujeres y hombres. Boletín Oficial de las Islas Baleares. Palma, 4 de agosto de 2016.
- Ley Orgánica de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género (LO 1/2004 de 28 de diciembre).
- Martínez, P. (2015). Los príncipes Disney son unos chungos. *Mujeres y Madres Magazine*. Recuperado el 25 de abril de 2018 de <https://mujeresymadresmagazine.com/los-principes-disney-son-unos-chungos>
- Mateos Inchaurredo, A. (2011). *Necesidades socioeducativas en la adolescencia sobre la violencia de género: propuesta educativa*. Tesis doctoral, Facultad de Pedagogía, Universidad de Barcelona.
- Medline Plus. Violencia doméstica. Recuperado el 25 de abril de <https://medlineplus.gov/spanish/domesticviolence.html>
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2014). La evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la prevención de la violencia de género. Recuperado el 24 de abril de 2018 de <http://www.violenciagenero.msssi.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/colecciones/estudio/evolucion2014.htm>
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2018). Portal Estadístico Violencia de Género. Recuperado el 25 de abril de 2018 de <http://estadisticasviolenciagenero.msssi.gob.es/>
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2013). Informe de la Juventud en España 2012. Recuperado el 25 de abril de 2018 de <http://www.injuve.es/observatorio/demografia-e-informacion-general/informe-de-la-juventud-en-espana-2012>
- Ministerio de Sanidad y Consumo. (2003). Violencia doméstica. Recuperado el 24 de abril de 2018 de https://www.msssi.gob.es/ciudadanos/violencia/docs/VIOLENCIA_DOMESTICA.pdf
- OMS (Organización Mundial de la Salud). (2013a). Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra la mujer: prevalencia y efectos de la violencia conyugal y de la violencia sexual no conyugal en la salud. Recuperado el 24 de abril de 2018 de <http://www.who.int/reproductivehealth/publications/violence/9789241564625/es/>

- OMS (Organización Mundial de la Salud). (2013b). Violence against Women: Global Picture Health Response.
- ONU (Organización de Naciones Unidas). (1994). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra las mujeres* (Res. A/R/48/104). Nueva York: Naciones Unidas.
- Partarrieu, A. (2011). *Diálogo socrático en psicoterapia cognitiva*. Artículo presentado en el III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Buenos Aires.
- Psicoactiva. *¿Qué es la empatía? Características principales y su uso en terapia*. Recuperado el 27 de abril de 2018 de <https://www.psicoactiva.com/blog/la-empatia-caracteristicas-principales-uso-terapia>
- Puleo, A.H. (2005). El patriarcado: ¿una organización social superada? *Temas para el Debate*, 133, 39-42.
- Rico Altuzarra, B. (2015). *Prevención de violencia de género en adolescentes*. Trabajo de Fin de Grado, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Universidad de La Rioja.
- Rodríguez Fernández-Cuevas, A. (2017). *Masculinidades en tertulia: un estudio de las posibilidades del diálogo y de la interacción para la transformación hacia la equidad y la igualdad de género*. Tesis doctoral, Facultad de Economía y Empresa, Universidad de Barcelona.

7. ANEXOS

Anexo 1. Material para la sesión 2

a) "Acción de nombres" (elaboración propia)

<ul style="list-style-type: none"> • Trabaja fuera de casa. • Tiene un sueldo alto. • Es profesional de la medicina. • Camina sin miedo por la calle de noche. • Tiene sexo con muchas personas sin que le critiquen por ello. • Se preocupa más por su propio bienestar. • Se sienta en el sofá el día de limpieza. • Le sirven la comida hecha. • Recibe premios y elogios por su éxito laboral. • Tiene mucho tiempo libre. • Se viste como le apetece. 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabaja dentro o desde casa. • Tiene un sueldo bajo. • Trabaja en enfermería. • Camina con temor por la calle de noche. • Tiene sexo con pocas personas para evitar que le critiquen. • Se preocupa más por el bienestar de las otras personas. • Recoge y limpia la casa el día de limpieza. • Hace la comida. • Recibe premios y elogios por su aspecto físico. • Tiene poco tiempo libre. • Le dicen cómo se tiene que vestir.
---	---

b) "Cocinando el género" (elaboración propia a partir de Rico Altuzarra, 2015)

Estereotipos masculinos	Estereotipos femeninos
Estabilidad emocional	Inestabilidad emocional
Buena salud mental	Locura
Dinamismo	Inactividad
Agresividad	Pasividad
Dominación	Subordinación
Racionalidad	Intuición
Poca afectividad	Emocionalidad
Valentía	Cobardía
Inteligencia	Torpeza
Fuerza	Debilidad
Impulsividad	Planificación

Promiscuidad Protección Aptitud para las ciencias Rudeza Independencia	Poco deseo sexual Indefensión Aptitud para el cuidado Delicadeza Dependencia
--	--

Anexo 2. Material para la sesión 3

a) Cine

Canciones infantiles de películas de Disney:

- Todo un hombre haré de ti (Mulán)
 - Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=3fBvwINDEcE>
 - Estereotipos masculinos: fuerte, raudo, enérgico, sabe luchar.

- Mi dulce y linda flor (Mulán)
 - Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=AZDWVSvU6kw>
 - Estereotipos femeninos: la mujer como “premio” para los hombres, valorada por su belleza, dulce, cocina, limpia, cuida al hombre, alma maternal, admira al hombre, callada, carece de inteligencia, espera al hombre.

Princesas Disney



Fuente: Extraído de ColumnaZero Cine (2014)

Villanas Disney



Fuente: Extraído de Cine Tec

Príncipes Disney



Fuente: Extraído de Martínez (2015)

Se preguntará si conocen a todos los personajes y qué características tienen en general las princesas, las villanas y los príncipes. Se pueden dar algunas de las siguientes ideas:

- Princesas (las "buenas"): jóvenes, delgadas, pasivas, bellas (mayoritariamente de raza blanca), sumisas, conformistas, abnegadas, dependientes,

sentimentales, dedicadas a las tareas del hogar, tiernas, su objetivo vital es casarse con un hombre.

- Villanas (las "malas"): viejas, feas, envidiosas, malas, resentidas.
- Príncipes: fuertes, seguros, con iniciativa, protectores, independientes, inteligentes, poco emocionales, maltratadores, agresivos, mentirosos.

b) Publicidad

- Anuncio de Volkswagen (coche)
 - Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=0hc_FBOyvY
 - Estereotipos masculinos: afición por los coches y la mecánica, activos, enérgicos.
 - Estereotipos femeninos: rol de madre.
- Anuncio de Yatekomo (fideos instantáneos)
 - Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=kc2y2Fphldg>
 - Estereotipos masculinos: "jefazo", chef.
 - Estereotipos femeninos: "pija".
- Anuncio de L'Bel (marca de maquillaje y perfumería)
 - Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=ipeR8PaQufY>
 - Estereotipos femeninos: mujeres bellas ("belleza de verdad para mujeres de verdad"), madres y esposas.

Anexo 3. Material para la sesión 6

a) Figura “Iceberg de la violencia de género”



Fuente: Adaptación de Design Looter

b) Fichas (elaboración propia)

Violencia de género	NO violencia de género
Dar un empujón a propósito	Ofrecer ayuda desinteresada
Matar	Felicitar por conseguir una buena nota
Hacer chistes criticando el físico de una chica	Interesarse por sus aficiones
Subirle la camiseta a una compañera en medio de clase	Pedir consejo sobre los estudios
Llamar “guarra” o “puta” a una chica	Compartir inquietudes
Tocarle el culo a una chica sin su permiso	Aceptar que tenga amigos varones

Exigir que te envíe fotos íntimas (con poca o ninguna ropa, en posturas sexuales...)	Animarla a que practique sus aficiones
Decir "No me quieres si no haces lo que te digo"	Respetar su espacio
Echar la culpa a tu pareja de tus problemas	Hacer actividades sin tu pareja
Insistir para tener algún tipo de práctica sexual cuando ella ha dicho que no quiere	Preguntar antes de tocar su cuerpo
Menospreciar los éxitos de tu pareja	Asumir la responsabilidad de tus propias acciones
No tener en cuenta los pensamientos y deseos de tu pareja	Confiar en que es fiel
Pedir las contraseñas personales	Expresar los propios sentimientos
Exigir saber dónde y con quién está	Valorar su punto de vista y sus opiniones
Controlar el dinero que se gasta	Decidir conjuntamente los planes que se harán juntos

c) Ciclo de la violencia de género



Fuente: Extraído de Devenir Cyborg 2.0 (2017)

Anexo 4. Material para la sesión 7

a) Historia de Marta y Luis (elaboración propia)

Marta tiene 15 años y es una chica alegre, muy sociable y toca la guitarra eléctrica en un grupo de música. Luis acaba de cumplir los 16. Es un chico inteligente y el resto de la gente lo describe como extremadamente simpático y siempre dispuesto a ayudar. Hace 7 meses que Marta y Luis comenzaron a salir y a los ojos de sus amistades y sus familias son la pareja perfecta: hablan todo el día, publican “stories” en Instagram juntos, él siempre va a verla a su casa media hora antes de que ella salga con sus amigas y amigos...

Sin embargo, hace dos meses, Marta se planteó dejar a Luis tras una gran pelea en la que él le gritó “puta buscona” y la acusó de haberle puesto los cuernos con su amigo Hugo. Esa noche ella no durmió pensando en lo ocurrido. Al día siguiente, Luis fue a casa de Marta y le pidió perdón de rodillas y llorando, diciendo que había tenido un mal día y lo había pagado con ella, y prometiendo que no volvería a ocurrir. Conmovida, Marta lo perdonó y continuaron la relación, que fue desde entonces incluso mejor que al principio.

En esta fase en que la relación iba genial y él era encantador, Marta pensó que ella había causado aquella pelea. “No debí haberme puesto aquel vestido ajustado cuando él me dijo que no quería que fuera por la calle así” –se dijo a sí misma. “Y tampoco tendría que haberme negado a enseñarle la conversación con Hugo cuando me lo pidió. Es normal que desconfiara de mí”.

Con el tiempo, Marta se fue alejando de sus amistades y dejando de ir a ensayar con su grupo, ya que a Luis no le caía bien “toda esa gentuza que te mete ideas raras en la cabeza”, según le decía él. “Además, ¿quién te va a querer más que yo?” –le repetía Luis a Marta constantemente. Marta, sin embargo, quería estar con sus amigas, pero sabía que él se enfadaría si lo hacía, así que hablaba con ellas por la noche a escondidas por WhatsApp. Hasta que una noche él la vio “en línea” a las 2:00 a.m. y le exigió explicaciones. Ella, que no sabía qué hacer, le contó la verdad. “Mañana hablaremos tú y yo en la hora del patio” –le dijo por mensaje de voz con un tono amenazante.

Anexo 5. Material para la sesión 8

a) Derechos asertivos básicos (Castanyer Mayer-Spiess, 2005)

Tengo derecho a...

1. Ser tratada con respeto y dignidad.
2. Tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.
3. Ser escuchada y tomada en serio.
4. Contemplar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones.
5. Decir "NO" sin sentirme culpable por ello.
6. Pedir lo que quiero, teniendo en cuenta que mi interlocutor(a) también tiene derecho a decirme "NO".
7. Cambiar.
8. Cometer errores.
9. Pedir información y ser informada.
10. Obtener aquello por lo que he pagado.
11. Decidir no ser asertiva.
12. Ser independiente.
13. Decidir qué hacer con mis propiedades, mi cuerpo, mi tiempo, etc., mientras no se violen los derechos de otras personas.
14. Tener éxito.
15. Gozar y disfrutar.
16. Descansar y aislarme, siendo asertiva.
17. Superarme, incluso superando a las/os demás.

Anexo 6. Material para la sesión 9

a) Decálogo del mal amor (Corbin)

En una relación tóxica...

1. Ves poco a tus amistades o dejas de lado tus aficiones porque estás casi todo el tiempo con tu pareja.
2. Necesitas constantemente que te demuestre que te quiere.
3. No sabes qué hacer sin tu pareja.
4. Se creen los mitos del amor romántico.
5. Tu pareja no te permite cambiar por tu propia voluntad o se enfada si lo haces.
6. Hay posesividad.
7. Te manipula para conseguir lo que quiere.
8. Te intenta cambiar para que seas como le gustaría que fueras.
9. Te culpabiliza de cosas que no has hecho o sobre las que no tienes control.
10. Te hace sufrir.

b) Características de la escucha activa (elaboración propia a partir de García Higuera, 2009)

- Prestar atención a lo que dice la otra persona.
- Usar un tono y un volumen de voz moderados.
- Mantener el contacto visual.
- Utilizar expresiones que denoten que seguimos el hilo de la conversación.
- Parafrasear o resumir lo que la otra persona ha dicho.
- Pedir más información sobre lo que no te ha quedado claro.
- Eliminar interferencias (ruidos, TV, móvil...) que distraigan tu atención.
- Validar lo que la otra persona dice, aunque no estés de acuerdo.
- No estar pensando en lo que le vamos a responder.
- No interrumpir.
- No juzgar.
- No tratar de solucionar los problemas de la otra persona; limitarse a aconsejar si nos lo pide.
- No centrarse en las propias emociones y pensamientos.
- No infravalorar la situación o las emociones de la otra persona.

c) Características de la empatía (Psicoactiva)

- Percibir los sentimientos y pensamientos ajenos, que pueden ser diferentes a los propios.
- Imitación de la postura y gestos de la otra persona, acompañada de la experimentación de sensaciones similares.
- Sentir de forma muy similar las emociones que siente la otra persona.
- Ser consciente de las emociones de la otra persona sin necesidad de conocer todos los detalles de su situación.
- Crearse una representación mental clara de los sentimientos de la otra persona a través de lo que nos dice y lo que vemos.
- Imaginar lo que sentiríamos si estuviésemos en la situación de la otra persona.
- Sufrir por el hecho de que la otra persona está sufriendo. No es conveniente utilizar esta característica.
- Amabilidad empática o tener en cuenta las necesidades ajenas y querer ayudarles de forma desinteresada.