

PSICO B

Centre de psicologia

04 TALLER VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Alumnes 3er ESO

A DESTACAR

Aquest taller té com a objectiu prevenir i identificar la violència de gènere en l'adolescència, amb un enfocament pràctic i vivencial que connecta amb les realitats actuals. A partir de **dinàmiques interactives, anàlisi de casos reals i debat col·lectiu**, es treballaran eines per:

- Reconèixer **senyals d'alerta** en relacions tòxiques i de control.
- Diferenciar entre relacions **sanes i abusives**.
- Reflexionar sobre l'impacte de les xarxes socials, el **consentiment** i les pressions de grup.
- Promoure **relacions basades en el respecte, la igualtat i la llibertat personal**.

OBJECTIUS DELS TALLERS

Reconèixer senyals d'alerta en les relacions:	Conèixer els diferents tipus de violència:	Reflexionar sobre les pròpies experiències:	Promoure relacions saludables:
Aprendre a identificar comportaments de risc com el control excessiu, la manipulació emocional, la gelosia, la desqualificació i l'aïllament social. Es treballarà com aquests senyals poden aparèixer de forma subtil i progressiva en relacions adolescents, ajudant-los a detectar patrons de dependència emocional i possibles situacions de violència psicològica.	Proporcionar una visió clara i actualitzada de les diverses formes de violència de gènere. Els alumnes aprendran a diferenciar relacions sanes, tòxiques i abusives mitjançant exemples reals adaptats al seu context.	Crear un espai segur i participatiu on els alumnes puguin compartir experiències o situacions observades al seu entorn. Aquesta reflexió col·lectiva ajudarà a: - Identificar com les relacions tòxiques impacten en el benestar emocional i social. - Reconèixer patrons apresos i creences sobre els rols de gènere. - Potenciar l'empatia i la capacitat de demanar ajuda davant situacions de risc.	Crear un espai segur i participatiu on els alumnes puguin compartir experiències o situacions observades al seu entorn. Aquesta reflexió col·lectiva ajudarà a: - Identificar com les relacions tòxiques impacten en el benestar emocional i social. - Reconèixer patrons apresos i creences sobre els rols de gènere. - Potenciar l'empatia i la capacitat de demanar ajuda davant situacions de risc.

PSICO B

Centre de psicologia

CONTINGUT DEL TALLER

1. Introducció i contextualització

10 minuts

- | | |
|-----------------------------|---|
| Objectiu | Introduir el concepte de violència de gènere, les seves múltiples manifestacions i el paper actiu que poden tenir els adolescents en la seva prevenció, tot fomentant una actitud crítica i proactiva davant situacions de desigualtat o abús. |
| Descripció detallada | S'iniciarà amb una dinàmica participativa breu on es demanarà a l'alumnat que respongui a preguntes com: "Què entens per una relació sana?" o "Com distingim una conducta tòxica d'una sana?". Es projectaran imatges i frases reals extretes de xarxes socials per detectar missatges normalitzats que poden amagar violència subtil. L'objectiu és trencar estereotips i introduir els senyals d'alerta. Es crearà un clima segur i respectuós per facilitar l'obertura i participació. |

2. Debats grupals sobre casos reals

30 minuts

- | | |
|-----------------------------|--|
| Objectiu | Desenvolupar la capacitat d'anàlisi crítica i reconeixement de situacions de violència de gènere properes a la realitat de l'alumnat, adaptades al seu entorn social. |
| Descripció detallada | Treball en petits grups a partir de casos reals o adaptats a partir de la informació aportada pels centres educatius. Cada cas inclourà una situació amb matisos de control, gelosia, manipulació emocional o pressió sexual. Els grups hauran d'identificar quins elements de la situació són tòxics, quins signes d'alerta detecten i quines alternatives saludables es podrien donar. Es facilitaran fitxes guia per ajudar-los en l'anàlisi. |

Millora aplicada: Per primer cop, s'intentarà, treballar casos específics recollits prèviament a través d'un qüestionari per part de l'escola, amb l'objectiu de personalitzar el contingut al context real de l'aula.

3. Xarxes socials i microviolències

20 minuts

- | | |
|-----------------------------|--|
| Objectiu | Conscienciar sobre la presència de conductes de violència i control a les xarxes socials, i capacitar l'alumnat per reconèixer-les i prevenir-les. |
| Descripció detallada | Mitjançant converses simulades de WhatsApp, Instagram i TikTok, es detectaran missatges abusius o manipuladors. Es reflexionarà sobre accions com demanar la ubicació constantment, controlar amb qui es parla, exigir contrasenyes o revisar el mòbil. Els alumnes debatran si aquestes conductes són "proves d'amor" o senyals de violència digital. Es proposarà una reflexió col·lectiva sobre l'impacte emocional d'aquestes pràctiques i com establir límits saludables. |

Millora aplicada: Aportació de nous exemples i conductes subtils que sovint passen desapercebudes i que apareixen al feedback com a àrees de confusió o normalització.

PSICO B

Centre de psicologia

4. Dinàmica de rols inversos

25 minuts

Objectiu	Fomentar l'empatia i l'assertivitat mitjançant l'experimentació emocional en primera persona, posant-se al lloc de diferents rols en una relació.
Descripció detallada	Els alumnes rebran targetes amb diferents rols: persona que exerceix control, persona que el pateix, amical que observa, professor/a que ho detecta, etc. Mitjançant una situació teatralitzada, representaran una escena breu i després analitzaran com s'ha sentit cada rol, com s'hauria pogut intervenir i quines emocions han aparegut. L'objectiu és fer visibles els mecanismes interns de la violència i empoderar tant víctimes com testimonis a intervenir assertivament.

Millora aplicada: Canvi de l'antiga dinàmica de rol general a una estructura de rols múltiples i amb narrativa, per enriquir l'empatia i millorar la comprensió emocional.

5. Tancament i compromís final

5 minuts

Objectiu	Consolidar els aprenentatges, afavorir la reflexió personal i promoure un compromís actiu envers relacions sanes.
Descripció detallada	Es proposarà als alumnes una reflexió individual escrita: "Quina cosa has après avui que t'emportes amb tu?" Tot seguit, es demanarà escriure un petit compromís personal (ex: "Si veig una situació injusta, intervindré", "Vull tenir relacions amb més respecte"). Es farà una ronda final on, voluntàriament, podran llegir el seu compromís.

MILLORES GENERALS IMPLEMENTADES

Personalització dels continguts: integració de situacions reals proporcionades pels centres mitjançant una fitxa prèvia.

Empatia i implicació emocional: introducció de dinàmiques més vivencials i reflexives.

Actualització de casos i llenguatge: adaptació als canals i codis que usa l'alumnat (TikTok, WhatsApp..

Nova incorporació temàtica per al curs 2025-2026: A més de mantenir els objectius fonamentals dels tallers, aquest any s'incorporarà de manera explícita i aprofundida el treball sobre les diferents formes de violència psicològica, ja que, segons el feedback obtingut, l'alumnat presenta grans dificultats per identificar i diferenciar aquestes formes subtils però molt perjudicials de violència.

Aquests continguts es treballaran a través de situacions reals, exemples contextualitzats i dinàmiques participatives, per facilitar la comprensió i generar eines per a l'autoprotecció i la detecció precoç. Això permetrà que els adolescents posin nom a allò que potser ja han viscut o observat, i actuïn amb més criteri davant situacions de risc.