



# **APRENENT A ESTIMAR-(NOS):**

Projecte per educar relacions de parella sanes i satisfactòries a l'adolescència.

Treball de Fi de Màster  
Màster de Psicopedagogia

**Carla Amatller González**

**Tutora:** Adelina Miró Miró

**Àmbit temàtic:** Perspectiva de gènere

**Data d'entrega:** 13 de juny del 2022

*L'energia de l'amor és poderosa: s'ha de repartir, no reduir-la únicament a una persona, i ha d'arribar-te a tu també, perquè l'amor cap a un mateix és la base de tota relació que tenim amb el món que ens envolta (Herrera, 2018).*

**Resum:**

El present Treball Final de Màster s'emmarca dins de la modalitat d'investigació i professionalitzador. L'objectiu principal és dissenyar una proposta d'intervenció per prevenir la violència masclista i promoure relacions de parella sanes i satisfactòries a l'adolescència. La investigació s'ha portat a terme a través de l'aplicació d'un qüestionari a 90 joves de 15 a 17 anys. El resultat obtingut han indicat la presència de diferents situacions de violència en l'àmbit de parella, sobretot, de violència psicològica. Tenint en compte els resultats, s'ha considerat oportú dissenyar una proposta d'intervenció titulada "Aprent a estimar-(nos)" destinada a joves entre 15 i 17 anys. Concretament, aquesta, està configurada per 8 sessions basades en una metodologia participativa.

**Paraules claus:** violència masclista, adolescència, relacions de parella.

**Resumen:**

El presente Trabajo Final de Máster se emmarca dentro de la modalidad de investigación y profesionalizador. El objetivo principal es diseñar una propuesta de intervención para prevenir la violencia machista y promover relaciones de pareja sanas y satisfactorias en la adolescencia. La investigación se ha llevado a cabo a través de la aplicación de un cuestionario a 90 jóvenes de 15 a 17 años. Los resultados obtenidos han indicado la presencia de diferentes situaciones de violencia en el ámbito de pareja, sobretodo, de violencia psicológica. Teniendo en cuenta los resultados, se ha considerado oportuno diseñar una propuesta de intervención titulada "Aprent a estimar-(nos)" destinada a jóvenes entre 15 y 17 años. Concretament, está configurada por 8 sesiones basadas en una metodología participativa.

**Palabras clave:** violencia machista, adolescencia, relaciones de pareja.

**Abstract:** This Final Master's Project is part of the research and professional modality. The main goal is to design an intervention proposal to prevent violence against women and promote healthy and satisfying relationships in teenagers. The research was carried out through the realization of one questionnaire to 90 teenagers aged between 15 to 17. The results obtained have detected the presence of different situations of violence. Given the results, it has been considered appropriate to design a proposed intervention named "Aprent a estimar-(nos) for teenagers between 15 and 17 years old. Specifically, this intervention is made up of 8 sessions based on a participatory methodology.

**Key words:** violence against women, adolescence, relationships.

## ÍNDEX DE CONTINGUTS

1. <b>Introducció</b> .....	7
2. <b>Justificació</b> .....	8
3. <b>Plantejament del problema</b> .....	9
3.1. Contextualització del problema.....	9
3.2. Objectius .....	10
4. <b>Marc normatiu:</b> .....	11
4.1. Definició conceptual de les violències masclistes segons el marc legislatiu autonòmic .....	11
4.2. Llei 5/2008 del 24 d'abril, del dret a les dones a erradicar la violència masclista.....	12
4.2.1. Capítol 2. Sensibilització social i informació per a prevenir i eliminar la violència masclista .....	13
4.2.2. Capítol 3. Detecció de la violència masclista.....	13
4.2.3. Capítol 4. Àmbit educatiu.....	13
5. <b>Marc teòric:</b> .....	14
5.1. Mite de l'amor romàntic.....	14
5.2. Conseqüències mite de l'amor romàntic.....	15
5.3. Importància de les primeres relacions de parella a l'adolescència.....	16
5.4. Programes per educar les relacions de parella. ....	17
6. <b>Aportació a la societat i ètica professional</b> .....	19
7. <b>Marc metodològic</b> .....	20
7.1. Tipus d'investigació.....	20
7.2. Fases disseny del qüestionari.....	20
7.3. Mostra de l'estudi.....	22
7.4. Instrument.....	23
8. <b>Estratègia d'anàlisi de dades i/o exposició de resultats</b> .....	24
8.1. Procés de recollida de dades.....	24
8.2. Tractament de les dades. ....	25
9. <b>Resultats</b> .....	26
Bloc 1. Opinió personal sobre la violència en la parella. ....	26

Bloc 2. Experiències .....	28
9.2. Discussió. ....	29
9.3 Proposta d'intervenció: .....	31
<b>10. Conclusions i suggeriments</b> .....	<b>41</b>
10.1. Limitacions de l'estudi: .....	43
10.2. Futures línies d'investigació .....	43
<b>11. Referències bibliogràfiques</b> .....	<b>43</b>
<b>Annexos</b> .....	<b>50</b>
Annex 1. Qüestionari. ....	50
Annex 3. Suport visual sessió 1.....	55
Annex 4. Suport visual sessió 2.....	55
Annex 9. Suport visual sessió 5.....	55
Annex 10. Llistat de cançons "actituds tòxiques".....	56
Annex 11. Suport visual sessió 6.....	56
Annex 12. Situacions conflictives entre parella. ....	56
Annex 13. Suport visual sessió 7.....	56
Annex 14. Llistat indicadors relacions tòxiques. ....	56
Annex 15. Fitxa "que m'agrada de mi mateix/a" .....	56
Annex 16. Suport visual sessió 8.....	56
Annex 17. Rúbrica d'avaluació. ....	57

## **1. Introducció**

La violència masclista entre adolescents és una de les problemàtiques que més preocupa a la societat. Segons Herrera (2018), una de les assignatures pendents dels centres educatius és ensenyar a estimar-nos bé a nosaltres mateixos, al nostre entorn i a la gent que estimem. “Necessitem eines que ens permetin estimar-nos bé, cuidar i alimentar les nostres relacions el temps que durin i tancar les històries amb el mateix amor que van començar” (Herrera, 2018, p.13).

Així doncs, tenint en consideració que l'educació és la millor eina de prevenció enfront aquesta problemàtica, el present Treball Final de Màster presenta una proposta d'intervenció amb l'objectiu de prevenir la violència masclista i promoure relacions de parella afectives sanes i satisfactòries a l'adolescència.

Concretament, s'ha dissenyat proposta d'intervenció partint d'un diagnòstic de necessitats reals en l'àmbit de la parella de joves entre 15 i 17 anys del municipi de Pallejà, que són els destinataris/es del projecte. Per tant, s'ha tingut l'oportunitat de dissenyar un projecte d'intervenció basat en les necessitats detectades i en les característiques de la realitat del context. Altrament, el projecte d'intervenció està configurat per diferents sessions basades en una metodologia participativa, en què, els participants esdevindran agents actius en la construcció i reconstrucció del coneixement.

La fonamentació teòrica està configurada pels següents blocs temàtics que guiaran el disseny de la proposta d'intervenció: (1) el mite de l'amor romàntic, (2) conseqüències del mite de l'amor romàntic, (3) importància relacions de parella a l'adolescència i (4) programes per educar relacions de parella.

## **2. Justificació**

La decisió de triar aquesta temàtica ha estat impulsada per la motivació personal i professional de contribuir en la prevenció de violència masclista en les relacions de parella en l'adolescència.

D'una banda, des de la pròpia experiència professional amb joves, s'ha pogut identificar que hi ha una manca de referents juvenils que promoguin relacions de parelles sanes i satisfactòries a l'adolescència.

I, d'altra banda, la literatura científica posa de manifest que la població juvenil i adolescents són un col·lectiu especialment vulnerable enfront de la violència masclista (Quintana, 2015). Tanmateix, en línia amb les paraules de Rodríguez, Riosvelasco i Castillo (2018), la violència en les parelles juvenils no només comporta un conjunt de conseqüències en la salut física i mental de les víctimes, sinó que també, és una etapa que es caracteritza per ser l'inici de les relacions romàntiques que seran claus per les relacions futures.

Sorensen (2007) destaca la importància d'ensenyar als i les adolescents les característiques d'una relació saludable, per a què, sapiguen diferenciar una relació sana d'una insana atès que les relacions afectives no saludables.

Així doncs, la investigació de Sebastián et al. (2010), posa de manifest la necessitat de realitzar un esforç a través de l'educació per prevenir-la mitjançant l'articulació de diferents projectes. A més, la Llei Orgànica de Mesures de Protecció Integral contra la Violència de Gènere (2004), contempla les accions educatives de prevenció com una eina fonamental.

Finalment, després d'haver realitzat una revisió de la literatura, es pot afirmar la manca d'iniciatives de projectes educatius de prevenció de la violència masclista en les relacions de parella en l'adolescència. Així mateix, tenint en consideració les



dades alarmants sobre violència masclista durant l'adolescència, es considera oportú contribuir en aquesta problemàtica des de l'àmbit de la psicopedagogia.

### **3. Plantejament del problema.**

#### **3.1. Contextualització del problema.**

En aquest apartat, es realitzarà una justificació teòrica i detallada sobre la problemàtica en qüestió. Com bé s'ha esmentat en l'apartat anterior, la violència masclista és una de les problemàtiques més preocupants de la nostra societat.

Concretament, tal com apunta el Ministeri de Sanitat (2013), la població juvenil i adolescent resulta ser un col·lectiu especialment vulnerable enfront a les violències masclistes. Segons l'estudi de Rodó, Malpica i Garrido (2021), els factors de vulnerabilitat són la manca de referències positives respecte a les relacions sexoafectives, la importància dels grups d'iguals, la baixa autoestima que comporta l'etapa de l'adolescència, l'exposició a entorns digitals, la permanència del mite de l'amor romàntic i la baixa percepció de risc d'aquesta etapa vital.

Segons algunes investigacions en l'àmbit estatal, les dades són molt alarmants, "1 de cada 5 nois entre 15 i 29 anys afirma que la violència masclista no existeix i és un invent ideològic" (Sanmartín, Tudela, Ballesteros i Rubio, 2019, p.7). Tanmateix, un 57,1% de joves reconeix haver viscut situacions de violència a la parella i un 35% reconeix haver reproduït conductes violentes dins de la relació (Sanmartín et al., 2019).

En línia amb la investigació de Rodó et al. (2021), les dones joves són el grup d'edat amb més víctimes, tot i que, hi ha una gran part de situacions de violència que estant invisibilitzades socialment i en molts estudis. Les dades il·lustren que el 39,4% de les dones joves catalanes entre 16 i 19 anys han patit violència masclista en el transcurs d'un any.

Pel que fa als diferents tipus de violència, la expressió de violència més freqüent en l'adolescència és la violència psicològica de control, en què, està present en un 43,8%

de les dones enquestades entre els 16 i 24 anys (*Macroencuesta de Violencia contra la Mujer 2019*, Ministerio de Igualdad, 2020). Tanmateix, les adolescents també reproduïxen creences patriarcales per justificar les violències com per exemple estant d'acord en què "l'home que sembla més agressiu és més atractiu" o que "està justificat agredir a algu que s'ha emportat algu que era teu".

Pazos, Oliva i Hernando (2014), afirmen que les relacions de parella en adolescents es caracteritzen per resoldre els conflictes a través de la violència. Així mateix, és rellevant promoure l'adquisició d'habilitats comunicatives com a estratègia de resolució de conflictes.

Altrament, en línia amb les paraules de Pasqualini i Llorens (2010), l'adolescència és una etapa clau perquè els individus prenen una nova direcció en el seu desenvolupament a través de la configuració de la identitat i del seu propi projecte de vida. Per tant, resulta imprescindible educar les relacions afectives de parella a l'adolescència perquè és una etapa vital per a l'aprenentatge, en què, les pautes de comportament que s'adquireixen tindran un gran impacte a la vida adulta (Garrido, Arribas, de Miguel i García-Collantes, 2020).

Així mateix, tenint en consideració la rellevància de la problemàtica en qüestió, es considera oportú identificar conductes de violència dins de l'àmbit de parella entre adolescents. I, posteriorment, dissenyar una proposta d'intervenció per prevenir la violència masclista, en què, els i les destinataris/es són joves de 15 a 17 anys del municipi de Pallejà.

### **3.2. Objectius**

L'objectiu general del present treball és dissenyar una proposta d'intervenció per prevenir la violència masclista i promoure relacions de parella afectives sanes i satisfactòries.

Tanmateix, l'objectiu general s'ha concretat en quatre objectius específics.

- 1.1. Identificar conductes de violència en les relacions de parella entre adolescents.
- 1.2. Conèixer indicadors de violència i aprendre a establir límits dins de la parella.

1.3. Adquirir habilitats comunicatives i d'expressió de les pròpies necessitats com a estratègia de resolució de conflictes.

1.4. Fomentar l'autoestima, l'autonomia i el respecte com a base de les relacions.

#### **4. Marc normatiu:**

##### **4.1. Definició conceptual de les violències masclistes segons el marc legislatiu autonòmic**

A nivell autonòmic, la Llei 5/2008, del 24 d'abril, del dret de les dones a erradicar la violència masclista defineix el concepte de violència masclista en l'article 3 de la següent forma:

“La violència masclista és la violència que s'exerceix contra les dones com a manifestació de la discriminació i de la situació de desigualtat en el marc d'un sistema de relacions de poder dels homes sobre les dones i que, produïda per mitjans físics, econòmics o psicològics, incloses les amenaces, les intimidacions i les coaccions, tingui com a resultat un dany o un patiment físic, sexual o psicològic, tant si es produeix en l'àmbit públic com en el privat.” (Parlament de Catalunya, 2008, p.32).

Tanmateix, l'article 5 defineix els àmbits en els quals es pot manifestar la violència masclista. D'una banda, destaca la violència en l'àmbit de la parella i familiar. D'altra banda, exposa la violència en l'àmbit laboral, mencionant dos tipus de formes diferents de violència: l'assetjament per raó de gènere i l'assetjament sexual. Pel que fa a l'àmbit social o comunitari, inclou les agressions sexuals, l'assetjament sexual, el tràfic i explotació sexual de dones i nenes, la mutilació genital femenina, els matrimonis forçats, la violència derivada dels conflictes armats i la violència contra els drets sexuals i reproductius de les dones.

Posteriorment, l'any 2020, es va modificar la Llei amb l'objectiu d'introduir a “les dones, nenes i adolescents transgènere i persones no binàries”. Com també, es van afegir la regularització de les violències digitals, la violència obstètrica, la violència de segon ordre i la violència vicària. Paral·lelament, es van incorporar nous àmbits, en què, es poden desenvolupar violències masclistes, com l'àmbit digital, el de la vida política, l'àmbit institucional i l'àmbit educatiu.

No obstant això, convé destacar que el marc legislatiu espanyol, la Llei orgànica 1/2004 de 28 de desembre, utilitza el concepte de violència de gènere. Concretament, Olga Arderiu - presidenta de la Comissió de Dones del Col·legi de l'Advocacia de Barcelona- reclama una reforma legislativa que inclogui la violència masclista com un tipus de delictes, atès que, és un concepte específic que recull tots els delictes que es cometen exclusivament d'un home cap a una dona (Moreno, 2022).

Així mateix, el present treball utilitzarà el concepte de violència masclista perquè com bé apunta Canto i Lucas (2015), el terme violència de gènere reproduïx una definició incompleta i discriminatòria perquè deixa fora a moltes persones. Com bé apunta Preciado (2010), el gènere en si, amb els rols i estereotips de feminitat i masculinitat establerts per l'heteropatriarcat, produeix violència.

“No creo en la violencia de género, creo que el género mismo es la violencia, que las normas de masculinidad y feminidad, tal y como las conocemos, producen violencia” (Preciado, 2010).

#### **4.2. Llei 5/2008 del 24 d'abril, del dret a les dones a erradicar la violència masclista.**

La legislació vigent que fa esment a la prevenció de violència masclista a nivell autonòmic és la Llei 5/2008, del 24 d'abril, del dret de les dones a erradicar la violència masclista.

L'objectiu general de la llei és “establir els mecanismes per contribuir a l'erradicació de la violència masclista que pateixen les dones i reconèixer i avançar en garanties respecte al dret bàsic de les dones a viure sense cap manifestació d'aquesta violència” (Parlament de Catalunya, 2009, p.13).

Concretament, en línia amb els objectius del present treball, convé fer referència al capítol 2, 3 i 4 del títol II de la llei, el qual, fa esment de la prevenció, la detecció i l'erradicació de la violència masclista.

#### **4.2.1. Capítol 2. Sensibilització social i informació per a prevenir i eliminar la violència masclista**

Aquest capítol, manifesta que les administracions públiques de Catalunya han d'articular i implementar periòdicament actuacions informatives i estratègies de sensibilització social destinades a prevenir i eliminar la violència masclista (Parlament de Catalunya, 2009).

Així mateix, el present treball va en línia amb aquest capítol perquè pretén proporcionar informació i estratègies per prevenir la violència en l'àmbit de la parella. Tanmateix, el capítol exposa que per dissenyar accions formatives i de sensibilització cal atendre les particularitats de la població. Aquest aspecte, està relacionat amb l'objectiu específic d'identificar conductes de violència en les relacions de parella entre adolescents. Concretament, la proposta d'intervenció partirà de les necessitats reals dels i les destinataris/es del projecte tenint en consideració les característiques i particularitats del context.

#### **4.2.2. Capítol 3. Detecció de la violència masclista.**

El capítol 3 recull que “les administracions públiques de Catalunya han de desenvolupar les accions necessàries per a detectar i identificar situacions de risc o d'existència de violència masclista” (Parlament de Catalunya, 2009, p.44). Concretament, el present treball també està pensat per a què sigui una eina de detecció, en què, durant la seva implementació el professional pugui detectar i identificar situacions de violència masclista.

#### **4.2.3. Capítol 4. Àmbit educatiu.**

El capítol 4 exposa que “els principis de la coeducació són un element fonamental en la prevenció de la violència masclista [...], els quals, han de tenir un caràcter permanent i transversal” (Parlament de Catalunya, 2009, p.45). Així mateix, el present treball es dissenyarà sota els principis de la coeducació amb l'objectiu de construir una societat sense subordinacions culturals i socials entre dones i homes (Parlament de Catalunya, 2009).

## 5. Marc teòric:

### 5.1. Mite de l'amor romàntic.

En aquest apartat, es realitzarà una exploració del model d'amor que predomina en la nostra cultura: l'amor romàntic.

Canto i Lucas (2015) afirmen que el model d'amor que tenim no és innat a les persones, no naixem sàpiguen estimar, sinó que, aprenem a fer-ho a través del model d'amor que està instaurat. En línia amb les paraules de Herrera (2018), la nostra forma d'estimar és patriarcal perquè hem après a estimar sota unes normes, creences i models basats en la dominació, la submissió i les lluites de poder. I, en aquestes condicions és impossible construir una relació basada en el respecte mutu, el bon tracte i la igualtat.

Com bé apunta Segura (2020), el mite de l'amor romàntic està instaurat a la nostra societat a través de conductes, estructures i productes culturals fins a establir-se dins de l'imaginari col·lectiu a través de la socialització de gènere. Particularment, aquests ideals s'adhereixen a través d'un procés de socialització diferencial en funció del gènere (Ferrer i Bosch, 2013).

Segons Yela (2003), els mites de l'amor romàntic són el conjunt de creences socialment compartides sobre la suposada naturalesa de l'amor, els quals, són inconscientment incorporats a l'imaginari col·lectiu i resulten ser ficticis i impossibles d'acomplir.

Tot seguit, segons l'estudi de Ferrer, Bosch i Navarro (2010) els mites de l'amor romàntic que més es reproduïxen són els següents:

- El *mite de la mitja taronja* afirma que escollim a la parella que teníem predestinada i que ha sigut l'única o la millor elecció possible.
- El *mite de l'emparellament* exposa que la llei natural i universal és la parella heterosexual i monògama. L'acceptació d'aquesta creença pot comportar

conflictes interns a aquelles persones que es desvien d'aquesta creença normativa.

- El *mite de l'exclusivitat* és la creença que afirma la impossibilitat d'estar enamorat/da de dues persones a la vegada.
- El *mite de la gelosia* afirma que la gelosia són un signe d'amor inclús un requisit indispensable d'un amor de veritat.
- El *mite de l'equivalència* fa referència a la creença que l'amor (sentiment) i l'enamorament (estat durador) són sinònims. Per tant, si una persona deixa d'estar enamorada significa que ja no estima a la seva parella i la millor forma es acabar la relació.
- El *mite del lliure alberdí* reproduïx la creença que els sentiments amorosos no estan condicionats per factors sociobiològics-culturals.
- El *mite de l'omnipotència* és la creença que l'amor ho pot amb tot i és suficient per solucionar tots els problemes.

## **5.2. Conseqüències mite de l'amor romàntic.**

Bonilla, Rivas i Gómez (2021) exposen que els mites de l'amor romàntic continuen estant acceptats entre la població adolescent i influeixen en les expectatives de com haurien de ser les primeres relacions de parella.

En línia amb les paraules de Rodríguez (2020), diferents investigacions han evidenciat que la interiorització dels mites de l'amor romàntic és un factor de risc per a l'aparició de violència masclista, en què, resulta rellevant treballar per a la desconstrucció d'aquestes creences.

Pazos, Oliva i Hernando (2014) exposen que aquests mites esdevenen com a base per justificar la violència en les relacions de parella, com també, per a la invisibilització dels problemes interns de la relació. Tanmateix, el mite de l'amor romàntic acaba perpetuant les situacions de desigualtats i les relacions de poder dels homes sobre les dones (Herrera, 2018).

Cerro i Vives (2019), afirmen que els i les adolescents acostumen a reproduir aquest model en les seves primeres relacions de parella. Aquest aspecte, comporta a la normalització de conductes violentes dins de la parella, en què, pot afectar la manera d'establir relacions personals i emocionals.

Per tant, resulta necessari la desconstrucció d'aquest model per a promoure models de vinculació afectius positius que permetin fer-nos sentir bé i ajudar a créixer com a persones lliures i potenciar relacions de respecte i reconeixement mutu entre iguals (Ajuntament de Barcelona, 2014).

### **5.3. Importància de les primeres relacions de parella a l'adolescència.**

L'adolescència és una etapa de canvis significatius, que estan totalment relacionats amb l'entorn social de l'individu, en què, la família deixa de ser l'eix central del menor i la relació entre iguals ocupa un rol principal en la seva vida (Castro, 2011).

En línia amb les paraules de Sánchez, Ortega, Ortega i Viejo (2008), l'adolescència es caracteritza per la necessitat del sentiment de pertinença a un grup, entre les quals, les relacions amoroses i de parella prenen una gran rellevància en l'àmbit personal i social. Per tant, l'adolescència és una etapa intensa en la construcció de la identitat i de les relacions, en què, resulta rellevant proporcionar eines perquè aprenguin a construir relacions afectives positives que permetin el creixement personal (Departament d'Educació, 2019).

Així mateix, com bé apunta Guardo (2012), durant l'etapa de l'adolescència es comencen a construir les primeres idees sobre l'amor i que s'espera d'una parella, coincidint amb l'inici de les primeres relacions. Rivas, Róldan, Monreal i Povedano (2015) afirmen que els i les adolescents aprenen el model d'amor a través dels processos de socialització de gènere en els diferents contextos.

Altrament, en línia amb la investigació de Hébert et al. (2019), les primeres relacions de parella són les que configuren els patrons de comportament en les relacions de parella a la vida adulta, sobretot si estan marcades per conductes violentes. Com bé assenyala Alemann, Lauro i Taylor (2017), les persones que pateixen violència en la parella durant l'adolescència són més propenses a tenir problemes de rendiment acadèmic, consum de drogues, problemes de salut mental i conductes sexuals de



risc. Tanmateix, tenen més probabilitat de ser víctimes de violència masclista en les relacions de parella en la vida adulta.

Per tant, resulta imprescindible articular diferents accions educatives per ensenyar als i a les joves com desenvolupar relacions de parella basades en el respecte mutu, el bon tracte i la igualtat.

#### **5.4. Programes per educar les relacions de parella.**

Després de realitzar una revisió literària sobre la vigència de programes formatius de prevenció, es pot afirmar com la Generalitat de Catalunya ha realitzat un programa formatiu de prevenció de la violència masclista per a docents, per l'alumnat de cicle superior i alumnat de 3r i 4rt d'ESO i formació per les famílies. Aquest, es titula "Estimar no fa mal: viu l'amor lliure de violència" publicat a l'any 2015<sup>1</sup>.

La investigació de Hernando, Maraver i Pazos (2016) il·lustra la necessitat d'articular programes de prevenció de violència dins de la parella a l'adolescència. Concretament, esmenta un seguit d'aspectes claus que ha de contenir qualsevol programa de prevenció.

D'una banda, aquests programes han d'estar configurats per un nombre suficient de sessions que permetin incorporar una visió holística dels condicionats que influeixen en la violència dins de la parella (Hernando et al., 2016). En la mateixa línia afirma que s'ha d'incorporar a tota la comunitat educativa, concretament, la implicació de les famílies i la participació del professorat. Com bé apunta Rivas et al. (2015), un problema habitual és que els i les joves tenen accés a informació contradictòria, en aquest sentit, resulta imprescindible tenir en consideració que l'alumnat participa des de la infància en múltiples contextos.

Així mateix, com bé assenyalen Wolfe, Crooks i Hughes (2011), es considera adient elaborar un manual per proporcionar orientació i formació al professorat que implementi el programa, com també, resulta imprescindible oferir informació a les

---

<sup>1</sup> El podeu consultar en línia a través del següent enllaç:  
[https://dones.gencat.cat/web/.content/03\\_ambits/docs/vm\\_materialdidactic\\_violencia\\_masclista.pdf](https://dones.gencat.cat/web/.content/03_ambits/docs/vm_materialdidactic_violencia_masclista.pdf)

famílies sobre els objectius i desenvolupament del programa per tal de fer-los participants.

D'altra banda, Alemann et al. (2017), afirmen que l'edat clau per començar a implementar aquests programes és a partir dels 10 anys, perquè, encara no han iniciat les seves primeres relacions. Tanmateix, destaquen la rellevància de proporcionar espais per debatre sobre les normes socials que legitimen la desigualtat de gènere i contribueixen a la violència de parella.

A més a més, la investigació d'Alemann et al. (2017), posa de manifest la importància de donar a conèixer els serveis públics que tenen accés davant de qualsevol situació de violència. Com també, esmenta la incorporació de les noves tecnologies en el desenvolupament de programes educatius, atès que, aquestes, permeten que l'alumnat sigui cada vegada més autònom.

La investigació de Wolfe et al. (2011), destaca que les tècniques d'intervenció més efectives són la posada en pràctica del role-playing de diferents formes de resoldre conflictes i practicar la comunicació assertiva en situacions reals com per exemple el conflicte entre iguals, la pressió per consumir drogues, entre d'altres.

No obstant això, en línia amb les paraules de Crous (2014), s'ha pogut constatar que tots els programes es focalitzen en la prevenció i detecció de la violència, i potser caldria implementar programes que permetin als i les joves a prendre consciència sobre que és l'amor real i les relacions sanes.

Concretament, aquestes programes han de potenciar l'autoestima dels i les adolescents. Segons Herrera (2018), la nostra cultura no parla de l'autocura i això comporta que no disposem d'eines per gestionar les nostres emocions. Ens ensenyen a donar suport emocional als altres, però no a nosaltres mateixos. Aquest aspecte resulta imprescindible per evitar relacions de dependència emocional perquè:

L'energia de l'amor és poderosa: s'ha de repartir, no reduir-la únicament a una persona, i ha d'arribar-te a tu també, perquè l'amor cap a un mateix és la base de tota relació que tenim amb el món que ens envolta (Herrera, 2018).

## **6. Aportació a la societat i ètica professional.**

L'elaboració del present treball contribueix a la incorporació de la perspectiva de gènere a la intervenció psicopedagògica. Concretament, la incorporació de la perspectiva de gènere consisteix a tenir en consideració les característiques biològiques de les persones, com les característiques socials i culturals dels homes i de les dones des d'una mirada interseccional (AQU Catalunya, 2019).

Quant als beneficis de la incorporació de la perspectiva de gènere permet millorar i aprofundir en la comprensió de les necessitats, els comportaments i les actituds del conjunt de la població fugint de les interpretacions patriarcal (AQU Catalunya, 2019). Altrament, la perspectiva de gènere promou el pensament crític de l'alumnat perquè articula diferents accions de reflexió per desconstruir tots els ideals imposats.

Tanmateix, el present treball aporta evidències sobre les percepcions, creences i actituds que tenen els i les adolescents sobre l'amor i les relacions de parella. Concretament, serà una eina que permetrà desconstruir falses creences i mites sobre l'amor, i, per tant, que tinguin una percepció de l'amor basat en el respecte mutu i la igualtat. Així mateix, es proporcionen diferents eines perquè tinguin una visió crítica sobre els diferents models i referents tradicionals sobre el mite de l'amor romàntic. En aquest sentit, disposaran de les habilitats necessàries per construir relacions de parella sanes i satisfactòries basades en l'autoestima i autonomia.

D'altra banda, durant el procés d'investigació s'han articulat diferents accions per garantir l'ètica professional.

Primerament, s'ha tingut en consideració el principi de voluntarietat en la selecció de la mostra, en què, la decisió de participar en el projecte recau en la voluntat dels seleccionats/des. Concretament, s'ha realitzat una explicació per informar als participants sobre tot allò que implica participar en la investigació, com també, una explicació dels objectius i de quines accions s'han portat a terme pel tractament de dades i la seva difusió (Valdeoriola, 2018).

Posteriorment, s'ha procedit a firmar el consentiment informat, en què, els participants han rebut informació clara i detallada sobre com s'ha garantit l'anonimat i

confidencialitat. D'una banda, s'han aplicat diferents mecanismes d'anonimització durant tot el procés d'investigació. I, d'altra banda, les dades personals dels participants s'han emmagatzemat en servidors segurs i protegits.

I, finalment, després d'obtenir els resultats de la investigació, es procedirà a compartir els resultats amb els participants mitjançant l'elaboració d'un document específic per a ells. En aquest sentit, el retorn individual dels resultats de la investigació permetrà mostrar respecte i compromís als participants de la investigació.

## 7. Marc metodològic

### 7.1. Tipus d'investigació.

La present investigació s'emmarca dins de la tipologia d'investigació quantitativa, perquè, pretén extreure dades i valors numèrics per descriure i explicar la realitat (López-Roldán i Fachelli, 2015). Concretament, correspon a un estudi descriptiu mitjançant l'aplicació del mètode d'enquestes.

Així mateix, la present investigació pretén descriure el fenomen d'estudi de forma sistemàtica mitjançant una descripció molt específica, detallada i rigorosa de la realitat (Cancela, Cea, Galindo i Valilla, 2010). Particularment, en línia amb les paraules de García, Piñeiro i Rueda (2018), la metodologia d'enquesta és una de les tècniques que ofereix més fiabilitat i validesa, perquè, permet generalitzar i extrapolar els resultats.

### 7.2. Fases disseny del qüestionari

Després de decidir emprar l'ús del mètode d'enquesta, en línia amb García et al. (2018), es van portar a terme els següents passos per dissenyar l'enquesta.

1. Primerament, es **va plantejar el contingut del qüestionari**, en què, tenint en compte l'objectiu d'investigació, es va concretar el tipus d'informació que es volia obtenir. Prèviament, es va realitzar una revisió literària de diferents qüestionaris que s'hagin aplicat en estudis similars.
2. En segon lloc, es **va dissenyar el qüestionari i la mostra**, d'una banda, es van formular les preguntes en base als continguts teòrics, i, d'altra banda, es va

establir un ordre lògic de les preguntes. Aquestes, es van agrupar en funció del seu contingut teòric, el seu grau d'especificació i el seu grau de dificultat. Paral·lelament, es va configurar la mostra de l'estudi a partir de diferents criteris de selecció.

3. En tercer lloc, es va **confeccionar el qüestionari**, en què, es va redactar un breu text introductori destinat a la persona enquestada informant sobre els objectius i finalitats de la investigació, les instruccions i la durada estimada per respondre el qüestionari. Tanmateix, es va proporcionar informació sobre la garantia de l'anonimat i confidencialitat.
4. Posteriorment, es va portar a terme una **prova pivot**, que consisteix a realitzar una revisió de l'instrument per tal de comprovar si respon als objectius de la investigació i detectar possibles problemes de comprensió de les preguntes. Concretament, el qüestionari va ser revisat per una professional en l'àmbit de la investigació -la tutora del treball-, com també, es va administrar a un grup reduït de persones. Així mateix, es van poder recollir les opinions de les persones enquestades, com també, la valoració realitzada per la tutora, aspecte que ha permès assegurar l'èxit en l'aplicació del qüestionari.
5. En cinquè lloc, **es va administrar el qüestionari** en línia a través de l'aplicació *Google Forms*. Prèviament, es va realitzar una explicació exhaustiva dels objectius i la finalitat de la investigació i es va exposar que en tot moment es garantirà la confidencialitat de la informació a través de l'anonimat.
6. Finalment, es va efectuar el **procediment d'anàlisi de les dades**, el qual s'emmarca dins de la tipologia d'anàlisi descriptiva perquè pretén descriure i resumir les dades d'una manera concisa (Meneses, 2019). Particularment, es va realitzar una codificació de les respostes en diferents categories aspecte que va facilitar la posterior anàlisi i interpretació dels resultats a través del programa Microsoft Excel.

### 7.3. Mostra de l'estudi.

La mostra seleccionada correspon a 90 joves entre 15 i 17 anys del municipi de Pallejà. Concretament, el 45,7 % s'identifiquen amb el gènere masculí i el 55,3% s'identifiquen amb el gènere femení. Particularment, el 26,6% té 15 anys, el 41,1% té 16 anys i el 32,2% té 17 anys, en què, el 51,9% de la mostra afirma haver tingut com a mínim una relació de parella. Pel que fa a la seva orientació sexual, d'una banda, el 57,5% s'identifiquen com a heterossexuals, i, d'altra banda, el 34% s'identifiquen com a bisexuals i el 8,5% com a homosexuals.

<b>Gènere</b>	
• Femení	55,3%
• Masculí	45,7%
<b>Franges d'edat</b>	
• 15 anys	26,6%
• 16 anys	41,1%
• 17 anys	32,2%
<b>Orientació sexual</b>	
• Heterossexual	57,5%
• Homosexual	8,5%
• Bisexual	34%

**Taula 1.** Característiques de la mostra.

Altrament, quant al tipus de mostreig, s'ha utilitzat el mostreig no probabilístic intencional, ja que, l'obtenció de la mostra no ha sigut a l'atzar, sinó que s'ha seleccionat segons criteris de racionalitat i objectivitat de la investigadora (Martín, Torres, Valero i Vázquez, 2016).

Particularment, s'ha utilitzat el mostreig de conveniència perquè s'ha seleccionat la mostra segons el criteri d'accessibilitat perquè resulta més fàcil mesurar-la i accedir-hi (Martín et al., 2016). Tanmateix, convé exposar que s'ha decidit enfocar la mostra joves entre 15 i 17 anys, perquè en línia amb les paraules d'Escriche (2018), un de cada quatre joves té la primera parella als 12 anys, així mateix, es considera que és

una edat clau perquè serà més probable que hagin experimentat una relació de parella.

#### **7.4. Instrument.**

L'instrument que s'ha aplicat per la recollida de dades ha estat el qüestionari, que ha permès una recollida eficient i sistemàtica de les dades per tal d'extreure informació d'interès sobre la mostra d'estudi (Fàbregues, Meneses i Rodríguez-Gómez, 2016). Particularment, el qüestionari s'ha administrat mitjançant l'aplicació *Google Forms*.

L'objectiu que es pretén assolir a través de l'aplicació del qüestionari és, d'una banda, conèixer l'opinió personal dels i les joves sobre la violència dins de l'àmbit de parella entre adolescents. I, d'altra banda, identificar conductes de violència dins de la parella entre adolescents.

Altrament, quant a la tipologia de qüestionari, s'ha considerat oportú dissenyar un qüestionari estructurat configurat per preguntes tancades. Aquest aspecte, ha permès crear dades precises i concises sobre el fenomen d'estudi (Meneses, 2019).

Concretament, el present instrument d'avaluació s'ha dissenyat específicament per aquesta investigació. No obstant això, convé destacar que la formulació de les preguntes i respostes s'ha realitzat després de fer una revisió exhaustiva d'instruments dissenyats en estudis similars. Concretament, s'ha tingut en consideració l'informe sobre la violència de gènere en adolescents de Save the Children (2021).

Tanmateix, segons les paraules de García-Córdoba (2005), per garantir l'èxit en l'aplicació de l'instrument resulta imprescindible establir un ordre lògic en les preguntes. Així mateix, s'ha considerat oportú configurar dos blocs temàtics diferents en funció del seu eix temàtic. D'una banda, el primer bloc fa referència a l'opinió personal sobre la violència dins de l'àmbit de la parella.

I, d'altra banda, el segon bloc consisteix en les seves experiències de relacions de parella. Aquest bloc, només l'ha respòs els i les joves que han experimentat una relació de parella. Concretament, s'han plantejat diferents situacions de violència dins

de la parella, les quals, han valora't si es reproduïen freqüentment mitjançant una escala likert (del 1 al 4).

Finalment, tal com es va especificar en l'apartat d'ètica professional, s'ha procedit a firmar el consentiment informat sobre com es garantirà l'anonimat i confidencialitat. Concretament, s'ha firmat el consentiment informat en línia, en què, abans de respondre el qüestionari, han d'acceptat les condicions de la seva participació en el TFM.

## **8. Estratègia d'anàlisi de dades i/o exposició de resultats**

### **8.1. Procés de recollida de dades**

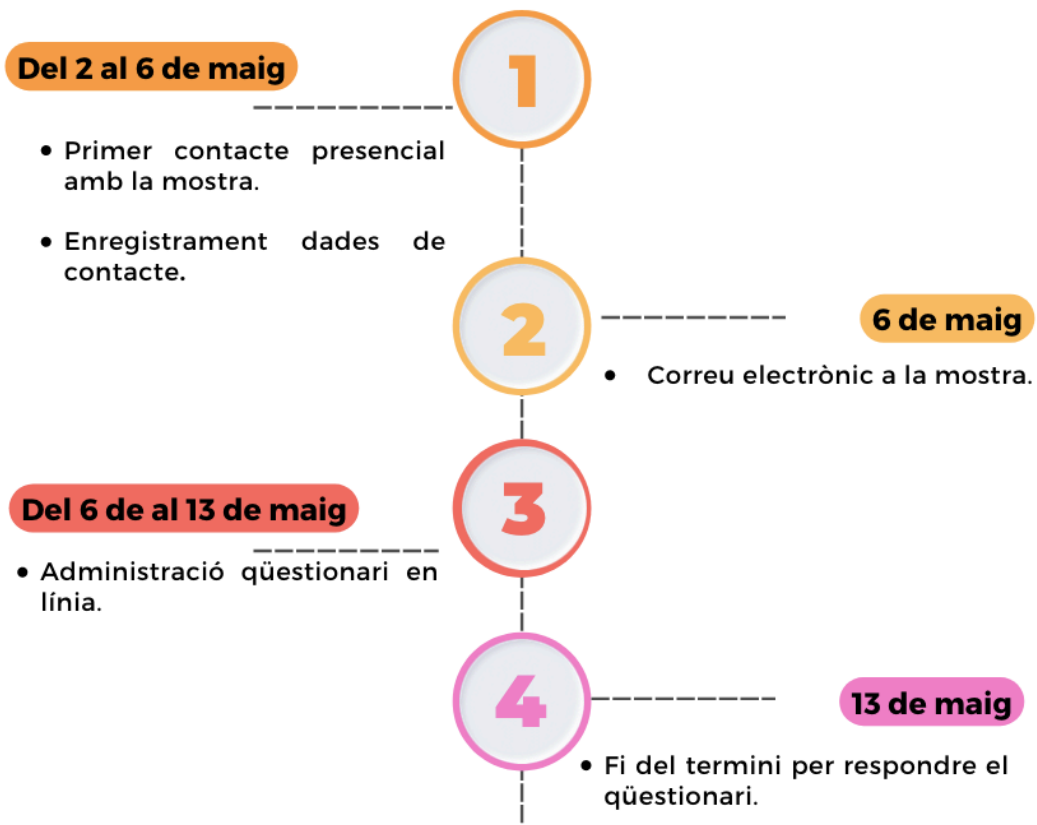
Un cop dissenyat l'instrument d'avaluació i haver realitzat els canvis corresponents després de rebre el feedback de la tutora, es va procedir a l'aplicació del qüestionari.

Primerament, es va contactar presencialment amb la mostra de l'estudi durant una setmana. Concretament, es van exposar els objectius i finalitats de la investigació i es va explicar detalladament el procediment d'administració del qüestionari. A més, es van especificar les accions que s'han portat a terme durant tot l'estudi per tal de garantir la confidencialitat de la informació a través de l'anonimat dels i les participants.

Posteriorment, els i les joves que van exposar la seva voluntat de participar en l'estudi, es van enregistrar en un document Excel amb les seves dades de contacte. Tot seguit, es va enviar un correu electrònic amb el qüestionari en línia a través de l'aplicació Google Forms, en què, els i les participants van tenir un termini de 7 dies per contestar-la.

A continuació, s'adjunta un gràfic per tal d'il·lustrar els diferents passos que s'han portat a terme durant el procés de recollida de dades.





## 8.2. Tractament de les dades.

El procediment d'anàlisi d'aquest estudi s'emmarca dins de la tipologia d'anàlisi descriptiu perquè pretén descriure i resumir les dades d'una manera concisa (Meneses, 2019).

En primer lloc, s'ha realitzat un bolcatge de la informació en un document del programa Microsoft Excel. En segon lloc, s'ha procedit a ordenar les dades en funció del gènere per tal de poder observar les diferències entre aquesta variable. Tot seguit, s'han calculat les freqüències relatives en forma de percentatge de les diferents dades d'interès. I, finalment, s'ha realitzat la descripció dels resultats a partir dels percentatges obtinguts.

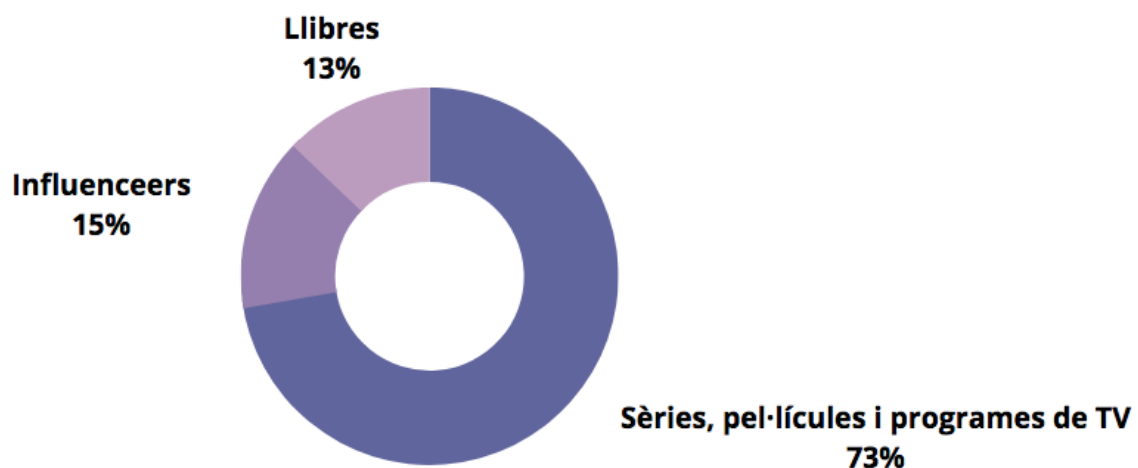
## 9. Resultats

### Bloc 1. Opinió personal sobre la violència en la parella.

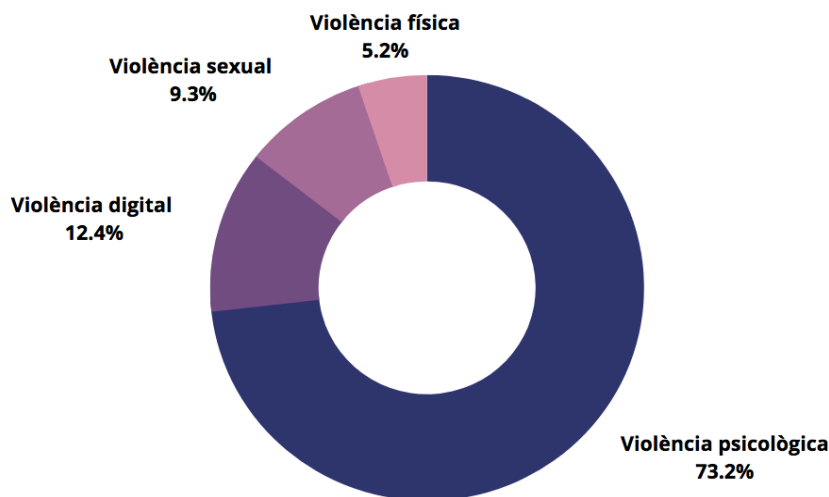
En aquest apartat, s'exposa l'opinió que tenen els i les joves sobre la violència dins de l'àmbit de la parella.

D'entrada, convé destacar que el 74,5% de la mostra afirma que la violència en l'àmbit de parella és un problema freqüent. En la mateixa línia, el 91,5% afirmen que els i les adolescents tenen més probabilitats de desenvolupar relacions tòxiques. Així mateix, es pot afirmar que tenen la percepció que l'adolescència és una de les etapes més vulnerables a iniciar relacions tòxiques.

Tanmateix, quant al concepte d'estimar, es pot constatar que el 80% afirma que s'aprèn a estimar mentre que el 20% manifesta que estimar és una qualitat innata. Particularment, dels referents de parella que consumeixen els i les adolescents, l'agent de socialització amb més incidència són les sèries, pel·lícules i programes de televisió amb un 73%. En segon lloc, es situen els i les influencers amb un 15%, i, per últim, els llibres amb un 13,2 %.

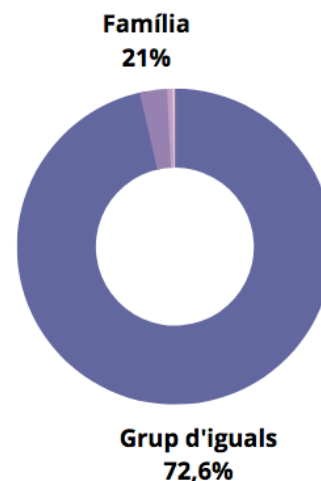


Pel que fa als diferents tipus de violència, el 71% dels i les joves afirmen que la violència psicològica és la més freqüent dins de la parella en adolescents. En segon lloc, es situa la violència digital amb un 12,3%. Tot seguit, la violència sexual amb un 9,4% i per últim, la violència física amb un 5,7%.



Altrament, en termes generals, el 88,7% dels i les joves exposen que hi ha més violència cap a les dones que cap als homes dins de l'àmbit de parella en adolescents. No obstant això, convé destacar que hi ha una diferència molt significativa en les respostes del gènere femení en vers al gènere masculí. Particularment, de les persones que han negat que hi ha més violència cap a les dones que cap als homes, el 93,3% s'identifiquen amb el gènere masculí.

Finalment, el 72,6% de joves quan tenen algun problema amb la seva parella acostumen a demanar consells a les seves amistats. En segon lloc, es situa la família amb un 21,1%. I, per últim, els i les monitors/es amb un 4,2% i el professorat amb un 2,1%. Així mateix, es pot afirmar que el grup d'iguals és el principal referent de suport dels i les joves.



## Bloc 2. Experiències

Tot seguit, es presenten les conductes de violència que s'han identificat en les relacions de parella dels i les joves.

Primerament, quant a la **violència verbal**, aquesta, està inherent dins de les relacions de parella dels i les joves. Particularment, el 20% de joves afirma que les discussions amb la seva parella sempre estan marcades per insults. Tanmateix, el 34% manifesta que aquesta realitat es produeix de manera habitual.

En segon lloc, s'ha pogut identificar diferents situacions de **violència psicològica**. D'una banda, la llei del gel és una de les dinàmiques de violència psicològica que més es reproduïx entre els i les joves enquestats/des. Aquesta, consisteix en l'absència completa de comunicació enfront de qualsevol discussió amb la parella. Particularment, el 30% de joves exposen que les seves parelles sempre els hi deixen de parlar i mostren una actitud de passivitat quan algú no els hi sembla bé. Tanmateix, pel que fa al control, d'una banda, es pot observar que el 30% dels i les joves a l'hora d'organitzar un plan sempre ho consulta primer amb la seva parella. I, d'altra banda, el 23% dels i les joves manifesta que la seva parella sempre sap on està i amb qui.

En tercer lloc, quant a la **violència digital**, d'una banda, convé destacar que el 12% de joves exposen que habitualment les seves parelles els hi demanen fotos íntimes a través de les xarxes socials. I, d'altra banda, el 5% afirma que la seva parella l'hi ha demanat les contrasenyes de xarxes socials per controlar amb qui es parla. Tanmateix, el 13% de joves afirma que la seva parella alguna vegada ha consultat les seves converses i xarxes socials.

Altrament, pel que fa a la **violència sexual**, el 16% de joves afirmen que no són capaços d'expressar que no volen mantenir relacions sexuals sense que la seva parella s'enfadi. Tanmateix, el 20% de joves manifesten que alguna vegada la seva parella ha insistit a tenir relacions sexuals després d'expressar-li que no l'hi venia de gust.

Finalment, pel que fa a la **violència física**, d'una banda, el 25% dels i les joves manifesta que alguna vegada la seva parella ha colpejat objectes durant una discussió. I, d'altra banda, el 10% dels i les joves manifesta que la seva parella l'ha agredit físicament. Concretament, entre els i les joves que han sigut agredides físicament per la seva parella, el 37,5% pertany al gènere masculí i el 62,5% pertany al gènere femení.



Un 10% ha sigut agredit/da físicament.

## 9.2. Discussió.

El present estudi ha coincidit amb altres estudis de referència, els quals, seran exposats a continuació.

Primerament, quant a l'opinió personal sobre la violència dins de la parella, convé destacar que els i les joves són conscients que són més vulnerables a reproduir relacions tòxiques. Com bé apunta Font (2017), la violència de gènere entre adolescents i joves es produeix tant o més que entre adults. En línia amb la investigació de Lozano, Rivas i Gómez (2003), l'adolescència és l'etapa de més vulnerabilitat per iniciar relacions tòxiques de parella.

D'altra banda, els resultats també mostren que la majoria dels i les adolescents són conscients que s'aprèn a estimar, i que, l'amor no és una qualitat innata. Particularment, els seus referents de parella amb més incidència són les sèries, pel·lícules i programes de TV. En aquest sentit, García, Hernández i Monter (2019), afirmen que el concepte d'amor que tenen els joves es fruit del procés de socialització diferencial, en què, el model d'amor romàntic s'acaba perpetuant a través del consumisme i de les indústries cinematogràfiques.

Tanmateix, els i les joves tenen la percepció que la violència psicològica és la que més es produeix dins de l'àmbit de parella en joves. Aquestes dades, coincideixen amb l'informe de Save the Children (2021), en què, la violència psicològica és el tipus

de violència que més es reproduïx entre joves. D'altra banda, convé destacar que el referent de suport dels i les joves són el grup d'iguals. Com bé apunta Temple et al. (2022), les amistats entre iguals en l'adolescència cobren una gran rellevància en la construcció de la identitat, en què, proporcionen la primera ajuda, tot i que, aquesta, està marcada per un conjunt de dificultats i mancances.

Altrament, quant a les experiències de parella dels i les joves, s'han pogut identificar diferents conductes de violència. D'una banda, es pot afirmar que no disposen d'estratègies de resolució de conflictes. Aquest aspecte, produeix l'ús generalitzat de la violència com a forma de resoldre els conflictes interpersonals, sent, un factor de risc per a la violència en parelles adolescents (Cava, Buelga i Carrascosa, 2015). Particularment, el tipus de violència que s'ha pogut identificar ha estat la violència verbal en forma d'insults, violència física a través del colpeig d'objectes durant discussions i sobretot la violència psicològica a través de diferents mecanismes de control.

La violència psicològica és el tipus de violència més freqüent en els i les joves enquestades. Per tant, es pot afirmar com l'opinió personal dels joves correspon amb les seves experiències de parella. Segons la investigació de Lozano, Rivas i Gómez (2003), la violència psicològica és considerada pels adolescents una pràctica "normalitzada", fins al punt, que, les agressions verbals, mecanismes de control i accions de gelosia es produeixen amb més freqüència i es consideren més normatives que les agressions físiques. Guàrdia (2017), afirma que el grau de normalització d'aquesta violència està originat perquè els seus referents estan basats en la naturalització de relacions abusives.

Tanmateix, tot i que sigui una pràctica poc freqüent entre els i les joves, també s'han identificat situacions puntuals de violència digital. Particularment, la violència digital que més es produeix és el sexting, que, consisteix en l'enviament de fotos íntimes. Aleman, Barrientes i Jiménez (2014) constaten que un dels riscos d'aquesta pràctica són les conseqüències psicològiques sobre la víctima com a conseqüència de la difusió d'imatges amb contingut sexual sense el seu consentiment.

I, d'altra banda, pel que fa a la violència física, el 10% dels i les joves ha manifestat que han estat agredits/des per la seva parella. Així doncs, es pot afirmar que aquesta en relació amb la violència psicològica es produeix amb menys freqüència, no obstant això, es considera que les dades són molt preocupants.

### 9.3 Proposta d'intervenció:

Així mateix, com s'ha pogut observar en l'apartat anterior, el present estudi ha mostrat uns resultats molt alarmants, en què, resulta rellevant articular diferents accions de prevenció per erradicar les conductes violentes dins de l'àmbit de parella i evitar la normalització d'aquestes entre els i les joves.

En aquest sentit, es considera oportú dissenyar una proposta d'intervenció per prevenir la violència dins de l'àmbit de parella entre adolescents. Concretament, els destinataris d'aquest projecte són joves entre 15 i 17 anys.

En el següent quadre resum es presenten les activitats dissenyades organitzades per sessions de la proposta d'intervenció. Particularment, està configurat per 8 sessions, les quals, cada una d'elles donen resposta a un dels objectius específics del present treball.

La **línia metodològica** que s'ha utilitzat pretén crear un espai participatiu i segur en el qual es pugui construir un coneixement compartit fruit del diàleg i el debat. Així mateix, els participants esdevindran agents actius en la construcció i reconstrucció del coneixement.

Altrament, s'han abordat diferents **continguts teòrics**:

- Els diferents tipus de violència.
- Els processos de socialització diferencial de gènere.
- Desconstrucció del mite de l'amor romàntic.
- Dependència emocional.
- Indicadors de relacions tòxiques.
- Habilitats comunicatives per a la resolució de conflictes.
- Autoestima.

<b>SESSIÓ 1</b>	
<b>Objectius de l'activitat</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Conèixer indicadors de violència dins de l'àmbit de la parella.</li><li>2. Identificar els diferents tipus de violència en situacions quotidianes.</li></ol>
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>OE 2.</b> Conèixer indicadors de violència.</li></ul>
<b>Descripció</b>	<p>Aquesta sessió està plantejada com un concurs de diferents preguntes i proves sobre els diferents tipus de violència.</p> <p>En primer lloc, es configuraran 4 equips de 5 membres, els quals, hauran de superar diferents proves que seran puntuades. La primera prova consistirà en la projecció de vídeos sobre diferents situacions de violència. Els equips hauran d'identificar de quins tipus de violència es tracta. Per cada resposta correcta, cada equip rebrà un punt.</p> <p>La segona prova consistirà en què dos membres del grup hauran de representar teatralment una situació de violència i la resta de membres del grup hauran d'esbrinar de quin tipus de violència es tracta.</p> <p>La tercera prova consistirà a què en un temps determinat (3 minuts) els i les participants hauran d'inventar-se una situació que representi el tipus de violència que l'hi plantegi la persona dinamitzadora. L'equip que aconseguixi inventar-se més situacions durant els 3 minuts, serà l'equip guanyador d'aquesta prova.</p>



	Es realitzarà un recompte dels punts de cada equip. I, posteriorment, es realitzarà una breu explicació dels diferents tipus de violència.
<b>Continguts teòrics</b>	1. Els diferents tipus de violència.
<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suport visual sessió 1 (Vegeu Annex 3)</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbrica d'avaluació (Vegeu Annex 17)</li> </ul>
<b>SESSIÓ 2</b>	
<b>Objectius de l'activitat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prendre consciència de com aprenem a estimar.</li> <li>2. Reflexionar sobre els processos de socialització diferencial de gènere.</li> </ol>
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<b>OE 2.</b> Conèixer indicadors de violència i aprendre a establir límits.
<b>Descripció</b>	<p>Abans d'iniciar l'activitat, se'ls hi plantejarà la següent pregunta: <i>Creieu que aprenem a estimar? O naixem amb aquesta qualitat?</i>. Se'ls hi repartirà un pòsit i hauran de respondre a la pregunta plantejada amb un argument. Tot seguit, es farà una posada en comú.</p> <p>Després de les aportacions realitzades, es realitzarà una explicació de que aprenem a estimar a través de diferents agents de socialització i que resulta rellevant prendre consciència d'aquests per tal de poder analitzar-los. Seguidament, es plantejarà la següent pregunta: <i>Considereu que els homes i les dones estimen diferent?</i> per introduir el concepte de procés de socialització diferencial de gènere.</p>

	<p>Posteriorment, a través de l'aplicació <i>menti.com</i> hauran d'escriure quin és el referent que ha tingut més incidència en ells/es en l'àmbit de parelles. Com a resultat d'aquesta acció, es tindrà l'oportunitat d'obtenir un mapa mental dels conceptes aportats pels i les participants. Posteriorment, dels referents més repetits que hagin sortit, seran designats un a cada grup. Concretament, cada grup haurà d'identificar:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Quines característiques té la relació de parella.</li> <li>2) En el cas que sigui una relació heterosexual, quines diferències hi ha entre els dos sexes?</li> </ol> <p>Cada grup haurà d'exposar els elements que han identificat i les diferències trobades entre els dos sexes. Finalment, es conclourà la sessió amb la idea que el concepte d'amor que tenim està construït en base de diferents mites que perpetuen les diferències entre els dos sexes, com també, es caracteritza per la reproducció de diferents conductes de violència. Així mateix, igual que hem après a estimar en base als diferents mites construïts socialment, és responsabilitat nostra desmuntar-los i tornar a repensar l'amor. Un amor basat en el respecte mutu, l'autoestima i l'autonomia.</p>
<b>Continguts teòrics</b>	1. Els processos de socialització diferencial de gènere.
<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suport visual sessió 2 (Vegeu Annex 4).</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbrica d'avaluació (Vegeu Annex 17).</li> </ul>

<b>SESSIÓ 3</b>	
<b>Objectius de l'activitat</b>	1. Desmontar el mite de l'amor romàntic.
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>OE 2.</b> Conèixer indicadors de violència i aprendre a establir límits.</li> </ul>
<b>Descripció</b>	<p>D'entrada, es plantejarà la següent pregunta "Per vosaltres que és l'amor?".</p> <p>Tot seguit, hauran de configurar 5 grups, en què, se'ls hi assignarà dues frases per grup pròpies del mite de l'amor romàntic. Particularment, cada grup haurà d'analitzar les següents frases, i, si no estan d'acord amb elles, les hauran de reinventar.</p> <p>Es realitzarà una posada en comú dels anàlisis realitzats per cada grup i seguidament es farà un contrast amb continguts teòrics. Tanmateix, se'ls hi preguntarà sobre quina és la relació del mite de l'amor romàntic amb la violència masculista. Finalment, es conclourà la sessió amb el missatge de que el més important de tot és estimar-se a un mateix per poder estimar a les persones del nostre entorn. I, que, únicament ells/es decideixen com volen estimar i com volen ser estimats/des.</p>
<b>Continguts teòrics</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desconstrucció del mite de l'amor romàntic.</li> </ul>
<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suport visual sessió 3. (Vegeu Annex 5)</li> <li>• Frases del mite de l'amor romàntic. (Vegeu Annex 6).</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbrica d'avaluació (Vegeu Annex 17).</li> </ul>

<b>SESSIÓ 4</b>	
<b>Objectius de l'activitat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conèixer la diferència entre dependència emocional i enamorament sa.</li> <li>2. Reflexionar sobre les conseqüències de la dependència emocional.</li> </ol>
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>OE 2.</b> Conèixer indicadors de violència i aprendre a establir límits.</li> </ul>
<b>Descripció</b>	<p>S'obrirà un espai de debat en el que es parlarà sobre la concepció que té l'alumnat sobre l'enamorament i la dependència emocional. Tot seguit, a la pissarra es realitzarà una taula amb dos apartats (1) enamorament i (2) dependència i s'anirà anotant les diferències que vagin surgint.</p> <p>Es configuraran 5 grups, que se'ls hi repartirà diferents situacions de parelles que hauran d'identificar actituds pròpies de la dependència emocional i hauràn de reflexionar sobre les conseqüències que comporta en la persona.</p> <p>Finalment, per concloure la sessió, es procedirà a realitzar una breu explicació de les diferències entre enamorament i dependència. Com també, s'exposaran les conseqüències que comporta la dependència emocional.</p>
<b>Continguts teòrics</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dependència emocional.</li> </ul>
<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suport visual- Sessió 4. (Vegeu Annex 7)</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Situacions de dependència i situacions d'enamorament. (Vegeu Annex 8)</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rúbrica d'avaluació (Vegeu Annex 17).</li> </ul>
<b>SESSIÓ 5</b>	
<b>Objectius de l'activitat</b>	1. Saber identificar conductes tòxiques.
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>OE 2.</b> Conèixer indicadors de violència i aprendre a establir límits.</li> </ul>
<b>Descripció</b>	<p>Es configuraran diferents grups i es realitzarà una explicació de l'activitat</p> <p>Se'ls hi repartirà diferents fragments de cançons, en què, hauran d'identificar actituds de dependència emocional. Tot seguit, hauran de reescriure la lletra amb actituds pròpies d'una relació sana i igualitària.</p> <p>Els grups posaran en comú les actituds de dependència emocional que han identificat. I, posteriorment, llegiran la lletra de la nova canço que han escrit. Tanmateix, es reflexionarà.</p>
<b>Continguts teòrics</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Indicadors de relacions tòxiques.</li> </ul>
<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Suport visual- Sessió 5. (Vegeu Annex 9)</li> <li>Llistat de cançons. (Vegeu Annex 10)</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rúbrica d'avaluació (Vegeu Annex 17).</li> </ul>
<b>SESSIÓ 6</b>	
<b>Objectius de l'activitat</b>	1. Conèixer estratègies de resolució de conflictes.

	<p>2. Reflexionar sobre les conseqüències de les respostes passives i agressives enfront a un conflicte.</p> <p>3. Definir diferents respostes davant d'una mateixa situació.</p>
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<b>OE 3.</b> Adquirir habilitats comunicatives i d'expressió de les pròpies necessitats com a estratègia de resolució de conflictes
<b>Descripció</b>	<p>En primer lloc, es plantejarà la següent situació amb diferents respostes. "Imagina que un company et demana jugar a futbol i no et ve de gust jugar." Possibles respostes:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mmm..volia jugar a ping-pong, però vale, jugo amb tu.</li> <li>2) Que dius! Quin pal! Passo de jugar amb tú!</li> <li>3) Ho sento, però, esque ara mateix no em ve de gust jugar. Ja jugarem un altre dia.</li> </ol> <p>En grup, l'alumnat haurà de definir tres tipus de respostes a les diferents situacions plantejades en l'àmbit de parella. Tot seguit, es realitzarà una posada en comú de les respostes que han definit i de les conseqüències que pot suposar.</p> <p>Finalment, s'exposa que les diferents respostes corresponen a un estil diferent. 1) estil passiu, 2) estil agressiu i 3) estil assertiu. Seguidament, s'exposarà una explicació dels diferents estils de resposta i les conseqüències que comporta cadascuna d'elles.</p>
<b>Continguts teòrics</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilitats comunicatives per a la resolució de conflictes.</li> </ul>

<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suport visual sessió 6. (Vegeu Annex 11)</li> <li>• Situacions de conflicte entre parella. (Vegeu Annex 12).</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbrica d'avaluació (Vegeu Annex 17).</li> </ul>
<b>SESSIÓ 7</b>	
<b>Objectius de l'activitat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Promoure l'autoestima de l'alumnat.</li> <li>2. Definir límits dins de l'àmbit de la parella.</li> </ol>
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<b>OE 4.</b> Fomentar l'autoestima, l'autonomia i el respecte com a base de les relacions.
<b>Descripció</b>	<p>Omplir una fitxa individualment, en que, hi hagi un apartat dedicat a un mateix titulat "Que m'agrada de mi mateix/a?". Un altra apartat sobre que m'agradaria compartir amb la meva parella? I finalment "Quins límits posaria en la meva relació de parella? Per ajudar a delimitar els límits es proporcionarà una llistat dels principals indicadors de relacions tòxiques.</p> <p>Finalment, es conclourà la sessió exposant la idea que aquests límits, s'han d'anar revisant perquè a mesura que anem vivint diferents experiències, anem adquirint diferents aprenentatges per a futures relacions. Les persones ens trobem en un procés de construcció i anem evolucionant a partir de les nostres experiències.</p> <p>Tanmateix, es posarà el focus d'atenció en la idea que aprendre a establir límits és sinònim d'estimar-se a un mateix. Està les nostres mans decidir amb qui tenim una relació de parella. Sóc feliç amb mi mateix/a i decideix-ho</p>

	tenir una relació per compartir la meva felicitat, perquè jo mateix/a ho decideix-ho i no perquè sigui una necessitat.
<b>Continguts teòrics</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoestima</li> </ul>
<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suport visual- Sessió 7. (Vegeu Annex 13).</li> <li>• Principals indicadors de relacions tòxiques. (Vegeu Annex 14),</li> <li>• Fitxa “que m’agrada de mi mateixa”. (Vegeu Annex 15).</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbrica d’avaluació (Vegeu Annex 17).</li> </ul>
<b>SESSIÓ 8</b>	
<b>Objectius de l’activitat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reflexionar sobre l’autoestima.</li> <li>2. Conscienciar que l’autoestima és la base per evitar la dependència emocional.</li> </ol>
<b>Objectius específics de la intervenció</b>	<b>OE 4.</b> Fomentar l’autoestima, l’autonomia i el respecte com a base de les relacions.
<b>Descripció</b>	<p>Primerament, la dinamitzadora iniciarà la sessió plantejant la següent pregunta: “Per a mi l’autoestima significa..”.</p> <p>L’alumnat haurà de respondre en un full que significa per a ells l’autoestima.</p> <p>Tot seguit, demana als alumnes que es sentin còmodament i que hi hagi un bon clima de tranquil·litat per portar a terme el següent exercici. <i>“Assenta’t còmode, tanca els ulls, respira lentament i quan estiguis tranquil, imagina’t una habitació amb una cadira buida. Seguidament, entra una persona que t’estima molt, et coneix perfectament i tu també l’hi tens molta estima. Reflexiona sobre tres qualitats que fa que aquesta persona sigui especial per a tu. Després d’una estona, aquesta persona marxa. Apareix una altra persona.</i></p>



	<p><i>Aquesta persona ets tu. Contempla-la bé i pensa sobre 3 qualitats que tens.</i></p> <p>Després de finalitzar l'exercici s'obrirà un debat sobre com s'han sentit durant l'exercici. Finalment, per tal de concloure la sessió, es recalcaran dues idees claus. D'una banda, la idea que l'autoestima es la base per evitar la dependència emocional. S'exposaran les 4A bàsiques per tenir una bona autoestima: afectivitat, acceptació, autoconeixement i atenció. I, d'altra banda, s'exposarà la idea que la relació de parella ha de ser un espai que et permeti créixer individualment i amb l'altra. Per fer-ho possible, una relació ha de basar-se en 5 ingredients bàsics: admiració, confiança, respecte, acceptació i comunicació.</p>
<b>Continguts teòrics</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoestima.</li> </ul>
<b>Lloc</b>	Aula habilitada amb un ordinador, projector i connexió WIFI.
<b>Temporalització</b>	1 hora aproximadament.
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Suport visual sessió 8. (Vegeu Annex 16).</li> </ul>
<b>Avaluació</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúbrica d'avaluació (Vegeu Annex 17).</li> </ul>

## 10. Conclusions i suggeriments.

L'objectiu general del present treball s'ha assolit perquè s'ha dissenyat una proposta d'intervenció per prevenir la violència masclista i promoure relacions de parella afectives sanes i satisfactòries en l'adolescència.

L'aplicació de les enquestes ha permès assolir l'objectiu específic *d'identificar conductes de violència en les relacions de parella entre adolescents*. Els resultats obtinguts han evidenciat la rellevància d'articular diferents accions educatives per prevenir la violència en la parella i reconstruir el concepte d'amor basat en el respecte mutu, el benestar, la llibertat i no pas en el patiment.

Així mateix, s'ha tingut l'oportunitat de dissenyar la proposta d'intervenció prenent com a punt de partida les necessitats detectades dels i les joves. Tanmateix, es considera que la proposta d'intervenció respon al criteri de coherència i correspondència respecte als objectius específics.

En primer lloc, l'objectiu específic de *conèixer indicadors de violència i aprendre a establir límits dins de la parella*, s'ha desenvolupat a la sessió 1,2,3,4 i 5. Segons Coello (2019), resulta imprescindible que els i les joves coneguin els indicadors de violència per tal d'evitar i prevenir relacions abusives. Aquests indicadors s'han desenvolupat a partir de diferents activitats participatives – jocs, debats i anàlisi de casos-.

I, d'altra banda, Cavero (2019) afirma que s'ha d'aprendre a establir límits abans d'iniciar una relació de parella. Així doncs, s'ha considerat oportú treballar la diferència conceptual entre enamorament i estimar. I, posteriorment, articular una activitat per promoure l'establiment de límits en la parella tenint en consideració les qualitats d'un mateix.

En segon lloc, l'objectiu específic d'*adquirir habilitats comunicatives i d'expressió de les pròpies necessitats com a estratègia de resolució de conflictes*, es porta a terme a la sessió 6. L'estudi de Rojas (2020), destaca que l'adquisició d'habilitats comunicatives és un element imprescindible per prevenir la violència. Així doncs, les sessions plantegen un seguit de casos dins de l'àmbit de parella i en les relacions entre iguals amb l'objectiu de donar a conèixer els diferents estils de resposta i reflexionar sobre les seves conseqüències. Tanmateix, contempla la posada en pràctica de l'assertivitat enfront a diferents situacions reals.

I, per últim, l'objectiu específic de *fomentar l'autoestima, l'autonomia i el respecte com a base de les relacions*, es desenvolupa a la sessió 7 i 8. Particularment, per tal de concloure la proposta d'intervenció, les dues últimes sessions articulen diferents accions de reflexió per promoure l'autoestima dels i les joves, sent aquesta, un aspecte clau per prevenir la violència dins de la parella (Ocampo, 2015).

### 10.1. Limitacions de l'estudi:

Pel que fa a les limitacions de l'estudi, aquestes fan referència al criteri d'accessibilitat per a la selecció de la mostra. Concretament, no es poden generalitzar ni extrapolar els resultats a altres poblacions degut a la mida de la mostra. Tanmateix, el caràcter descriptiu de l'estudi no ha permès identificar les característiques individuals, familiars i socials dels i les joves. Per tant, no s'ha pogut establir una relació de causalitat entre les variables contextuais amb la presència de violència dins de la parella. Altrament, una altra limitació ha estat la impossibilitat d'implementar la proposta d'intervenció. Així mateix, no s'ha pogut realitzar una valoració final sobre la seva viabilitat i impacte en els i les joves.

### 10.2. Futures línies d'investigació

Així doncs, es pot afirmar que el present estudi correspon a una primera aproximació sobre l'opinió personal dels i les joves, com també, la identificació de conductes de violència dins de les seves experiències de parella. Com a possibles línies d'investigació derivades del present treball, es poden especificar: (1) estudi de casos en profunditat sobre joves víctimes de violència dins de la parella i (2) la normalització de la violència psicològica dins de l'àmbit de parelles en adolescents.

## 11. Referències bibliogràfiques

Ajuntament de Barcelona. (2014). Relacions afectivos sexuals. Dones i feminismes.

Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI. Recuperat de:  
<https://ajuntament.barcelona.cat/dones/ca/bcn-antimasclista/masculinitats/projecte-canviem-ho/eixos-de-treball/relacions-afectivosexuals>

Alemann, C. [Clara]., Lauro, G. [Giovanna]. i Taylor, A. [Alice]. (2017). Lo que ocurre en las relaciones de la adolescencia no queda ahí. Recuperat de:  
<https://blogs.iadb.org/igualdad/es/lo-que-ocurre-en-las-relaciones-de-pareja-en-la-adolescencia-no-queda-ahi/>

- Aleman Calatayud, M., Barrientos Carrasco, S., i Jiménez Pérez, E. (2014). El món virtual: amor, control i violències 2.0. *Relacions de gènere entre joves i adolescents*, 93-125.
- AQU Catalunya (2019). Marco general para la incorporación de la perspectiva de género en la docencia universitaria. Recuperat de: [https://www.aqu.cat/doc/doc\\_25276332\\_1.pdf](https://www.aqu.cat/doc/doc_25276332_1.pdf)
- Bonilla-Algovia, E., Rivas-Rivero, E., & Gómez, I. P. (2021). Mitos del amor romántico en adolescentes: relación con el sexismo y variables procedentes de la socialización. *Educación XX1*, 24(2), 441-463
- Bosch, E. [Esperanza]. ; Ferrer, V. [Victoria]. i Navarro, C. [Capilla] . (2010). "Los mitos románticos en España", en *Boletín de Psicología*, 99, 7-31.
- Canto, I. [Isabel] i Lucas R. [Raquel]. (2015). Módulo 1. Origen y transmisión de las violencias basadas en el género hacia la mujeres.
- Cava, M. J., Buelga, S., & Carrascosa, L. (2015). Violencia física y psicológica ejercida en parejas adolescentes: Relación con el autoconcepto y la violencia entre iguales. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 23(3).
- Crous, G. [Gemma]. (2014). Educar en l'amor: l'amor i les relacions sanes durant la joventut. Recuperat de: <https://juvenopolis.wordpress.com/2014/03/19/educar-en-lamor/>
- Coello, A. [Alejandro]. (2019). Indicadores de sospecha en la violencia de género.
- Departament d'Educació, (2019). Dossier per a l'alumnat: Activitats didàctiques per a l'alumnat Educació Secundària Obligatòria. Recuperat de: [http://xtec.gencat.cat/web/.content/centres/projeducatiu/convivencia/prog-form-prev-violencia-masclista/3\\_alumnat\\_SEC.pdf](http://xtec.gencat.cat/web/.content/centres/projeducatiu/convivencia/prog-form-prev-violencia-masclista/3_alumnat_SEC.pdf)

Escriche, E. [Elisabet]. (2018). Un de cada quatre joves té la primera parella als 12 anys. UOC. Recuperat de:  
<https://www.uoc.edu/portal/ca/news/actualitat/2018/034-joves-enamorats.html>

Fàbregues, S. [Sergi]., Meneses, J. [Julio]., Rodríguez-Gómez, D. [David]. i Paré, M.[Marie] (2016). *Técnicas de investigación social y educativa*. Editorial UOC.

Ferrer, V. [Victoria] i Bosch, E. [Esperanza]. (2013). Del amor romántico al a violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. Profesorado , 17(1) ,105-122. Recuperat de:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56726350008>

Font, R. [Raquel]. (2017). Com detectar relacions tòxiques entre joves. Recuperat de:  
<https://www.uoc.edu/portal/ca/news/actualitat/2017/016-relacions-toxiques.html>

García, J.M [Juan Miguel]., Piñeiro, A. [Agostina]. I Rueda, A. [Aurora]. (2018). Metodologia de la intervenció social. Institut Obert de Catalunya. Recuperat de:  
[https://ioc.xtec.cat/materials/FP/Recursos/fp\\_iso\\_m02\\_/web/fp\\_iso\\_m02\\_html/index/index.html](https://ioc.xtec.cat/materials/FP/Recursos/fp_iso_m02_/web/fp_iso_m02_html/index/index.html)

García-Córdoba, F. [Fernando]. (2005). *El cuestionario: recomendaciones metodológicas para el diseño de cuestionarios*. Editorial Limusa.

Garrido, M. [María José]., Arribas, A. [Ana]; de Miguel, J.M.[Jesús María]., García, Á. [Ángel]. (2020). La violencia en las relaciones de pareja de jóvenes: prevalencia, victimización, perpetración y bidireccionalidad Logos Ciencia & Tecnología, vol. 12, núm. 2.

Garrido, V. [Vicente]. i Casas, M. [Mar]. (2009). La prevención de la violencia en la relación amorosa entre adolescentes a través del taller “La Máscara del Amor”. *Revista de Educación*, 349, 335-360.

- Guàrdia, M. (2017). M'estimes? Projecte de prevenció de les relacions abusives en la parella adolescent.
- Guardo Vázquez, L. (2012). Percepción de las relaciones de género entre adolescentes: transmisión de estereotipos y mitos de amor.
- Hébert, M., Daspe, M. È., Lapierre, A., Godbout, N., Blais, M., Fernet, M., & Lavoie, F. (2019). A meta-analysis of risk and protective factors for dating violence victimization: The role of family and peer interpersonal context. *Trauma, Violence, & Abuse, 20*(4), 574-590.
- Hernando-Gómez, Á., Maraver-López, P., & Pazos-Gómez, M. (2016). Experiencias positivas y negativas en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista de psicología (Santiago), 25*(2), 01-19.
- Herrera, C. [Coral]. (2018). Mujeres que ya no sufren por amor. Transformando el mito romántico. *Madrid: Catarata*.
- Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. Boletín Oficial del Estado, 313.
- Llei 17/2020, del 22 de desembre, de modificació de la Llei 5/2008, del dret de les dones a erradicar la violència masclista. Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya, 8303.
- Llei 5/2008, del 24 d'abril, del Dret de les dones a eradicar la violència masclista. Butlletí Oficial del Parlament de Catalunya, 251.
- López-Roldán, P.[Pedro]., i Fachelli, S. [Sandra]. (2015). Metodología de la investigación social cuantitativa. *Bellaterra (Cerdanyola del Vallès): Dipòsit Digital de Documents*. Universitat Autònoma de Barcelona.

- Lozano, M. G., Rivas, M. J. M., & Gómez, J. L. G. (2003). Violencia en las relaciones de pareja en adolescentes y jóvenes: una revisión. *Psicopatología clínica, legal y forense*, 3, 23-39.
- Martín, G. [Griselda]., Torres, D. [David]., Valero, M. [Marta]. I Vázquez, J.A. [José Antonio]. (2016). Investigació Comercial. Institut Obert de Catalunya. Recuperat de: [https://ioc.xtec.cat/materials/FP/Recursos/fp\\_vec\\_m04\\_/web/fp\\_vec\\_m04\\_htmindex/index.html](https://ioc.xtec.cat/materials/FP/Recursos/fp_vec_m04_/web/fp_vec_m04_htmindex/index.html)
- Meneses, J. [Julio]. (2019). Anàlisi estadística amb JASP: una guia per a estudiants. FUOC. Disponible a: <https://bit.ly/3fpKFqz>
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2013). Estrategia nacional para la erradicación de la violencia contra la mujer (2013 - 2016).
- Moreno, J. [Jessica]. (2022). Per què “violència de gènere” no és sinònim de “violència masclista”? Diari betevé. Recuperat de: <https://beteve.cat/societat/per-que-violencia-genere-sinonim-violencia-masclista/>
- Ocampo Otálvaro, L. E. (2015). Autoestima y adaptación en víctimas de maltrato psicológico por parte de la pareja. *Psicología desde el Caribe*, 32(1), 145-168.
- Pasqualini, D. [Diana] i Llorens, A. [Alfredo]. (2010). Salud y bienestar de adolescentes y jóvenes: Una mirada integral. In *Salud y bienestar de adolescentes y jóvenes: una mirada integral* (pp. 684-684).
- Pazos Gómez, M. [María]., Oliva Delgado, A. [Alfredo] i Hernando Gómez, Á. [Ángel]. (2014). Violencia en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46 (3), 148-159.
- Preciado, B. [Beatriz]. (2010). La sexualidad es como las lenguas. Todos podemos aprender varias. *El País*, 13.

- Quintana, M. C. R. (2015). Estrategia nacional para la erradicación de la violencia contra la mujer 2013-2016. In ¿ *Podemos erradicar la violencia de género?: análisis, debate y propuestas* (pp. 169-194). Comares.
- Rivas, M. M., Roldán, P. C., Monreal-Gimeno, C., i Povedano, A. (2015). Violencia de pareja online y offline en la adolescencia: el rol de la soledad y del género. *Revista sobre la infancia y la adolescencia*, (9), 85-97.
- Rojas, E. M. (2020). Violencia en la relación de pareja, regulación emocional y asertividad en estudiantes de una institución de educación superior, Nuevo Chimbote-2019.
- Rodríguez, L. [Laura]. (2020). Mitos del amor romántico en la adolescencia. Recuperat de: <https://narapsicologia.es/publicaciones/mitos-del-amor-romantico-en-la-adolescencia/>
- Rodó, M. [Maria]., Malpica, C. [Claudia] i Garrido, N. [Natalia]. (2021). *Explotació de l'Enquesta de Violència Masclista a Catalunya de 2016 des d'una perspectiva de la joventut*. Generalitat de Catalunya. Recuperat de: <https://govern.cat/govern/docs/2021/11/24/13/58/f202c980-03d5-420b-abf5-80947fc29c4f.pdf>
- Rodríguez, R. [Rogelio]., Riosvelasco, L. [Leticia]. i Castillo, N. [Nemesio]. (2018). Violencia en el noviazgo, género y apoyo social en jóvenes universitarios. *Escritos Psicológicos*, 11 (1), 1-9
- Sánchez, V., Ortega, F., Ortega, R., i Viejo, C. (2008). Las relaciones sentimentales en la adolescencia: satisfacción, conflictos y violencia. *Escritos de Psicología (Internet)*, 2(1), 97-109.
- Sanmartín, A. [Anna]., Tudela, P. [Patricia]., Ballesteros, J.C . [Juan Carlos] i Rubio, A. [Ana]. (2019): Barómetro juventud y género 2019. Violencia y acoso. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fad.



- Sebastián, J. [Júlia]., Ortiz, B. [Beatriz]., Gil, M. [Macarena]., Gutiérrez, M.[Marga]., Hernáiz, A. [Alba]. i Hernández, J. [Juan]. (2010). La violencia en las relaciones de pareja de los jóvenes. ¿Hacia dónde caminamos? *Clínica Contemporánea*, 1(2), 71-83.
- Segura , M. [Mar]. (2020). La desconstrucció de l'amor romàntic. Mites, dolor, capitalisme i una història de mentides. Recuperat de: <https://ddd.uab.cat/record/236981>
- Sorensen, S. (2007). *Adolescent Romantic Relationships*. Nueva York: Cornell University.
- Subdirección General de Sensibilización, Prevención y Estudios de la Violencia de Género. (2020). *Macroencuesta de Violencia contra la mujer 2019*. Madrid: Ministerio de Igualdad.
- Temple, C. V., Gifreu, E. C., Codern, H. S., Del Río, J., López, M. G., Morcillo, M. P., ... i Angella, S. (2022). Adolescència i joventut: la soledat en època de pandèmia. *Educació social. Revista d'intervenció socioeducativa*, (80).
- Valdeoriola, J. (2018). *Anàlisi de cas II: disseny d'un pla estratègic comarcal de formació professional*. Barcelona: Fundació per a la Universitat Oberta de Catalunya.
- Wolfe, D. A., Crooks, C. V., & Hughes, R. (2011). La cuarta R: un programa escolar de prevención de la violencia en las relaciones de pareja en la adolescencia. *Psychosocial Intervention*, 20(2), 193-200.
- Yela, C. [Carlos]. (2003). "La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas", en *Encuentros en psicología social*, 1, (2), 263-267.

## **ANNEXOS**

### **Annex 1. Qüestionari.**

El present qüestionari està adreçat a joves entre 15 i 17 anys amb l'objectiu de conèixer la seva opinió i experiències al voltant de la violència dins de la parella.

Concretament, està configurat per dues parts. La primera fa referència a la seva opinió sobre la violència dins de la parella. I, la segona part consisteix a fer una valoració de les seves experiències dins de la parella.

El temps estimat de resposta és aproximadament 5 minuts.

Moltes gràcies per la vostra col·laboració.

#### **Dades sociodemogràfiques**

1. A quin gènere t'identifiques?
  - a) Femení
  - b) Masculí
  - c) No binari
  
2. Quina és la teva orientació sexual?
  - a) Heterosexual
  - b) Homosexual
  - c) Bisexual
  - d) Altres

#### **Opinió personal sobre la violència en la parella:**

3. Creus que la violència en l'àmbit de parella és un problema freqüent?
  - d) Si
  - e) No
  
4. Consideres que els i les adolescents teniu més probabilitats de desenvolupar relacions de parella tòxiques?
  - a) Si

b) No

5. Creus que s'aprèn a estimar o naixem sabent estimar?

- a) Aprenem a estimar.
- b) Naixem amb aquesta qualitat.

6. Dels següents referents de parella, quin consumeixes més freqüentment?

- a) Series o pel·lícules.
- b) Programes de televisió sobre relacions de parella.
- c) Inlueencers.
- d) Llibres.

7. Quin tipus de violència creus que es produeix més dins de l'àmbit de parella en joves?

- a) Violència física.
- b) Violència sexual.
- c) Violència psicològica.
- d) Violència econòmica.
- e) Violència digital.

8. Creus que hi ha més violència cap a les dones que als homes dins de l'àmbit de parella en adolescents?

- a) Si
- b) No

9. Has tingut o tens actualment una relació de parella?

- a) Si
- b) No

10. Quan has tingut algun problema amb la teva parella, a qui acostumes a demanar consells?

- a) Amistats
- b) Professors/es
- c) Família

d) Monitor/a, entrenador/a...

### Experiències primeres relacions de parella

Si has experimentat o actualment estàs en una relació de parella respon les següents preguntes. En cas d'haver tingut més d'una relació de parella, respon les següents preguntes tenint en consideració la persona que va ser més significativa per tu.

	<b>1</b> <i>(Mai)</i>	<b>2</b> <i>(A vegades)</i>	<b>3</b> <i>(Habitualment)</i>	<b>4</b> <i>(Sempre)</i>
Quan discutim reproduïm insults.				
Quan ens enfadem acostuma a colpejar objectes.				
És habitual que em deixi de parlar, no em contesti els missatges i m'ignori quan algú no l'hi sembla bé.				
Sent admiració cap a mi i s'alegra dels meus èxits personals.				
Quan organitzo un plan sempre el/la tinc en compte i l'hi consulto primer.				
Sempre sap on estic, amb qui i a on.				
No l'hi agraden les meves amistats i preferiria que passes més temps amb ell/a perquè pensa que no em fan bé.				

M'ha demanat fotos íntimes a través de les xarxes socials				
Em demana les meves contrasenyes de les xarxes socials per veure amb qui parlo.				
Sovint he cedit a mantenir relacions sexuals tot i que no em venia de gust.				
Soc capaç d'expressar-li que no em ve de gust mantenir relacions sexuals sense que s'enfadi.				
M'ha insistit a tenir relacions sexuals després d'expressar-li que no em venia de gust.				
Algun cop t'ha agredit físicament? (empentes, cops..)	<b>Si/ No</b>			

## **Annex 2.** Correu electrònic a la mostra

Bona tarda,

Sóc la Carla Amatller, estudiant del màster de psicopedagogia de la UOC. M'adreço a vosaltres perquè formeu part de la mostra del meu treball de fi de màster sobre la violència dins de l'àmbit de parella entre adolescents.

Com bé us vaig especificar, a través d'aquest correu electrònic us proporciono el link del qüestionari que heu de respondre.

Aquest, està configurat per dos blocs temàtics:

1. El primer fa referència a la vostra opinió sobre la violència dins de l'àmbit de parella entre adolescents.
2. El segon bloc temàtic només el podreu respondre si heu tingut o teniu una relació de parella. Concretament, haureu de valorar si en la vostra relació de parella es produeixen les diferents situacions que es plantegen.

Teniu fins el 13 de maig per respondre el qüestionari. Qualsevol dubte estic a la vostra disposició.

Moltes gràcies per la vostra col·laboració.

Atentament.

Carla Amatller González.

**Annex 3.** Suport visual sessió 1.

<https://drive.google.com/file/d/1M3wYo5h17mFAo5H9CooH5J9sTQT3p5db/view?usp=sharing>

**Annex 4.** Suport visual sessió 2.

<https://drive.google.com/file/d/1q8BHAKluW2mR5L00yHfSPHQebfKq4Vxu/view?usp=sharing>

**Annex 5.** Suport visual sessió 3.

[https://drive.google.com/file/d/1y0KEDraF2vvuZBJ0Ds-AmdM5W\\_CXhSlq/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1y0KEDraF2vvuZBJ0Ds-AmdM5W_CXhSlq/view?usp=sharing)

**Annex 6.** Frases mite de l'amor romàntic.

<https://docs.google.com/document/d/1XnQ5vG4MMPs5cksibOpla7Sbc5USwNfbvdgBcsTDGg0/edit?usp=sharing>

**Annex 7.** Suport visual sessió 4.

<https://drive.google.com/file/d/1siVTDJh21uiaTEmtRxB4qdZJADukMCyr/view?usp=sharing>

**Annex 8.** Situacions de dependència emocional vs enamorament sa.

[https://drive.google.com/file/d/1lhne9iUvvrq4cq8LdIDusOiW2oOKj\\_FU/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1lhne9iUvvrq4cq8LdIDusOiW2oOKj_FU/view?usp=sharing)

**Annex 9.** Suport visual sessió 5.

<https://drive.google.com/file/d/1feWB3pAMhlgnhhR3-YxGnvQaTPQHjXu6/view?usp=sharing>

**Annex 10.** Llistat de cançons “actituds tòxiques”.

<https://drive.google.com/file/d/16uyrETSTdVWz2aTMNVIBeMAN6mrdIndg/view?usp=sharing>

**Annex 11.** Suport visual sessió 6.

[https://drive.google.com/file/d/1e4R5iRFm-H--ttRsNvgvP5pT2p0D\\_2/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1e4R5iRFm-H--ttRsNvgvP5pT2p0D_2/view?usp=sharing)

**Annex 12.** Situacions conflictives entre parella.

<https://drive.google.com/file/d/198OI3oSR1X1WZcB-Ra-tpB49XDWylxYB/view?usp=sharing>

**Annex 13.** Suport visual sessió 7.

[https://drive.google.com/file/d/1YH6OYg-RaECSLUSwPhFWqkB2s1L\\_hY4X/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1YH6OYg-RaECSLUSwPhFWqkB2s1L_hY4X/view?usp=sharing)

**Annex 14.** Llistat indicadors relacions tòxiques.

[https://drive.google.com/file/d/1KMS-6zsSY\\_vFH2G\\_A46lmHX06DCTTptQ/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1KMS-6zsSY_vFH2G_A46lmHX06DCTTptQ/view?usp=sharing)

**Annex 15.** Fitxa “que m’agrada de mi mateix/a”

<https://drive.google.com/file/d/1YTiYt1U4PYijeD5h1RYprpBpWVaidOoG/view?usp=sharing>

**Annex 16.** Suport visual sessió 8.

<https://drive.google.com/file/d/1J9oDuYGUW3UWrQ8atMhteyLsFkbAffBi/view?usp=sharing>



## Annex 17. Rúbrica d'avaluació.

Al llarg de les 8 sessions s'avaluaran les següents competències transversals.

COMPETÈNCIES TRANSVERSALS				
NIVELL D'ASSOLIMENT				
	No assolit	Suficientment assolit	Assolit	Molt assolit
<b>Cohesió de grup:</b> El grup es mostra unit i contempla al dinamitzador/a com a part d'aquest.				
<b>Participació:</b> Tot l'alumnat participa, mínim una vegada, en els debats i dinàmiques.				
<b>Autonomia:</b> El grup mostra una molt bona autonomia en la realització de les tasques proposades.				
<b>Motivació:</b> El grup manifesta curiositat per aprendre i satisfacció per allò après.				

COMPETÈNCIES TRANSVERSALS				
NIVELL D'ASSOLIMENT				
	No assolit	Suficientment assolit	Assolit	Molt assolit
<b>Cohesió de grup:</b> El grup es mostra unit i contempla al dinamitzador/a com a part d'aquest.				
<b>Participació:</b> Tot l'alumnat participa, mínim una vegada, en els debats i dinàmiques.				
<b>Autonomia:</b> El grup mostra una molt bona autonomia en la realització de les tasques proposades.				
<b>Motivació:</b> El grup manifesta curiositat per aprendre i satisfacció per allò après.				

COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES				
NIVELL D'ASSOLIMENT				
	No assolit	Suficientment assolit	Assolit	Molt assolit
<b>SESSIÓ 1</b>				
L'alumne/a coneix els diferents tipus de violència i sap definir diferents exemples.				
L'alumne/a es capaç d'identificar diferents situacions de violència en situacions quotidianes.				
<b>SESSIÓ 2</b>				
L'alumne/a es conscient que aprenem a estimar a través de diferents agents de socialització.				
L'alumne/a mostra un alt grau de reflexió al voltant dels diferents agents de socialització en l'àmbit de la parella.				
<b>SESSIÓ 3</b>				

L'alumne/a reflexiona al voltant del mite de l'amor romàntic i es capaç de desconstruir les diferents frases basades en un amor sa.				
<b>SESSIÓ 4</b>				
L'alumne/a coneix la diferencia conceptual entre dependència emocional i enamorament sa.				
L'alumne/a identifica les conseqüències de la dependència emocional.				
<b>SESSIÓ 5</b>				
L'alumne/a sap identificar conductes tòxiques.				
<b>SESSIÓ 6</b>				
L'alumne/a sap aplicar els diferents estils de comunicació davant un conflicte.				
L'alumne/a identifica les conseqüències que comporta els diferents estils de comunicació davant una mateixa situació.				
<b>SESSIÓ 7</b>				

L'alumne/a es capaç de definir límits dins de l'àmbit de la parella.				
<b>SESSIÓ 8</b>				
L'alumne/a mostra una bona autoestima.				
L'alumne/a es conscient que l'autoestima és clau per evitar la dependència emocional.				