

LowThreshold

Journal

2017. Vol 5. Número 1.

Sumario / Summary

Soñadores. Menores en nuestras calles /
Somiadors. Menors als nostres carrers

Segundas oportunidades tras un largo
proceso migratorio / **Dreamers. Second
chances after a long immigration process /**
Segones oportunitats després d'un llarg
procés migratori

Ama libre / **Love freely** / Estima lliure

COORDINACIÓN

M^a José Sánchez

DIRECTOR

Jordi Delás

JEFA DE REDACCIÓN / EDITOR IN CHIEF

M^a Eugenia de Andrés

CONSEJO DE REDACCIÓN /**EDITORIAL BOARD**

Margarita Aguas

Miguel de Andrés

Jordi Delás

Nadia El Hilali

Gemma Martín

Tarcisio Matos de Andrade (Salvador de Bahía)

César Morcillo

María José Sánchez

Martín Vázquez Acuña (Buenos Aires)

DISEÑO / DESIGN

Sònia Poch

MAQUETACIÓN / LAYOUT

Sònia Poch

CORRECTION IN ENGLISH

Steve Cedar

EDICIÓN / EDITION

Ex AEquo

lowthreshold@lowthresholdjournal.org

www.lowthresholdjournal.org

Sumario / Sumari / Contents

SOÑADORES. MENORES EN NUESTRAS CALLES / SOMIADORS. MENORS ALS NOSTRES CARRERS

3 - 4

SEGUNDAS OPORTUNIDADES TRAS UN LARGO PROCESO MIGRATORIO / DREAMERS. SECOND CHANCES AFTER A LONG IMMIGRATION PROCESS / SEGONES OPORTUNITATS DESPRÉS D'UN LLARG PROCÉS MIGRATORI

Patricia Pujante

Origen y protocolo de protección de los menores no acompañados / Importancia de la reinserción social de los menores / ¿Por qué iniciar un proceso migratorio? / Consumo de inhalantes, una problemática invisible / Adicción a inhalantes

Origin and protocol for the protection of unaccompanied minors / Importance of the social reintegration of minors / Why do they start the immigration process? / Consumption of inhalants, an invisible problem / Inhalant abuse

Origen i protocol de protecció dels menors no acompanyats / Importància de la reinserció social dels menors / Per què inicien un procés migratori? / Consum d'inhalants, una problemàtica invisible / L'adició a inhalants

5 - 13

ESTIMA LLIURE / LOVE FREELY / AMA LIBRE

Verónica Gallardo

Introducción / El problema detectado / La población objetivo / ¿Cómo trabajarlo? / Los conceptos a trabajar / Organización de la intervención / Evaluación y presupuesto / Conclusiones

Introduction / The problem detected / The target population / How do you work it? / The concepts to work / Organization of the intervention / Evaluation and budget / Conclusions

Introducció / El problema detectat / La població objectiu / Com treballar-ho? / Els conceptes a treballar / Organització de la intervenció / Avaluació i pressupost / Conclusions

Bibliografía / References

14-41

LOW THRESHOLD JOURNAL SUMARIOS / CONTENTS / SUMARIS

42-44

Soñadores. Menores en nuestras calles

Según la Organización de Naciones Unidas, un menor no acompañado es una persona de menos de 18 años que se encuentra separada de sus padres y no está bajo el cuidado de ningún adulto que por ley o costumbre esté a su cargo¹.

Los medios de comunicación frecuentemente nos muestran imágenes de menores intentando llegar a nuestro país. Realizan auténticas proezas, corriendo enormes riesgos. Pero una vez han llegado a nuestras ciudades, las dificultades continúan.

Si no tienen otros vínculos, pasan a ser tutelados por las administraciones públicas. A la rebeldía de estos jóvenes, cambios de hábitos, relación con la publicidad y consumo, cabe añadir los problemas al hallarse sin familiares y con pocos recursos económicos. No es fácil esta tutela por parte de las instituciones que exige excelentes profesionales, motivados, y con recursos.

En nuestras calles encontramos grupos de estos jóvenes: algunos de ellos se ausentan de sus centros y lugares de formación y otros, habiendo cumplido los 18

años, han de abandonar los lugares específicos para menores.

Es precisamente el fracaso de nuestra asistencia a estos niños lo que ocasiona su presencia en las calles. Son nuestros hijos, nuestro futuro, aquí o en sus lugares de origen, si conseguimos que retornen con una buena formación.

En ocasiones nos encontramos con críticas del vecindario a su merodear sin objetivo, y a faltas o hurtos. Ahí debemos asumir nuestras propias críticas: ¡Qué irónico superar peligros y penalidades en su viaje a nosotros para acabar en nuestras cárceles! Debemos preguntarnos qué futuro les estamos ofreciendo.

Se hace necesaria una relectura y un análisis de la asistencia a estos menores, adultos jóvenes, cuyo objetivo no tiene que ser otro que formar ciudadanos responsables y bien preparados. ✨



¹ <http://www.acnur.org/a-quien-ayuda/ninos/los-menores-no-acompanados-y-la-proteccion-del-asilo>



Somiadors. Menors als nostres carrers

Segons l'Organització de Nacions Unides, un menor no acompanyat és una persona de menys de 18 anys que es troba separada dels seus pares i no està sota la cura de cap adult que per llei o costum estigui al seu càrrec¹.

Els mitjans de comunicació ens mostren sovint imatges de menors intentant arribar al nostre país. Realitzen autèntiques proeses, corrent enormes riscos. Però un cop han arribat a les nostres ciutats, les dificultats continuen.

Si no tenen altres vincles, passen a ser tutelats per les administracions públiques. A la rebel·lia d'aquests joves, canvis d'hàbits, relació amb la publicitat i consum, cal afegir els problemes en trobar-se sense familiars i amb pocs recursos econòmics. No és fàcil aquesta tutela per part de les institucions que exigeix excel·lents professionals, motivats, i amb recursos.

Als nostres carrers trobem grups d'aquests joves: alguns s'absenten dels seus centres i llocs de formació i d'altres, complets els 18 anys, han d'abandonar els llocs específics per a menors.

És el fracàs de la nostra assistència envers aquests nens el que origina la seva presència als carrers. Són els nostres fills, el nostre futur, aquí o bé als seus llocs d'origen, si aconseguim que retornin amb una bona formació.

Sovint ens trobem amb crítiques del veïnat al seu rondar sense objectiu i a faltes o furts. Hem d'assumir les nostres pròpies crítiques: què irònic superar perills i penalitats en el seu viatge a nosaltres per acabar a les nostres presons! Cal que ens qüestionem què futur els estem oferint.

Es fa necessària una relectura, una anàlisi d'aquesta assistència a aquests menors, adults joves, i l'objectiu no ha de ser cap altre que aconseguir ciutadans responsables i ben preparats. ✨

1 <http://www.acnur.org/a-quien-ayuda/ninos/los-menores-no-acompanados-y-la-proteccion-del-asilo>

Segundas oportunidades tras un largo proceso migratorio

Patricia Pujante, *Periodista*

Son muchos los jóvenes que emprenden solos cada año un largo viaje migratorio y prematuro de gran duración hasta Europa, con el sueño de encontrar un lugar de acogida donde se les brinden unas oportunidades que, por desgracia, nunca han tenido.

Es posible que tengamos en nuestro ideario colectivo una imagen de estos jóvenes. En concreto, en Barcelona es habitual verles vagar por el centro de la ciudad. Sin embargo, también es más que posible que nuestra percepción hacia ellos sea equivocada y distorsionada. En parte suele deberse a un desconocimiento de sus situaciones personales, y también al hecho de obviar una problemática importante: son menores la mayoría de ellos, no acompañados por ningún referente adulto, que deben ser tutelados por la Generalitat de Catalunya, y que tienen todo un futuro por delante. En las manos de la sociedad y de los colectivos que trabajan en su integración está el progreso que ansiaban al llegar a nuestras tierras.

Origen y protocolo de protección de los menores no acompañados

Según datos de la Dirección General de Atención a la Infancia y la Adolescencia (DGAIA), el pasado año 2016 llegaron a Cataluña 584 menores no acompañados. De estos, según afirma Ricard Calvo, director de DGAIA: “la procedencia se mantiene estable. Un 66,5% proviene de Marruecos y un 74% procede de



Argelia o Marruecos, dos países que comparten similitudes. No obstante, también han llegado siete niños de Chile y casos puntuales de niños de Gambia, Rumanía, Mali o Pakistán, sin cifras significativas. Los menores no acompañados son, sobre todo, marroquíes y argelinos”.

Siempre que lleguen menores no acompañados a un territorio, la autoridad competente tiene el derecho y el deber de asumir su protección. En este caso, es la Generalitat de Cataluña quien debe protegerle inmediatamente con medidas cautelares, para estudiar, posteriormente, la situación personal del menor. El estudio se basa en la determinación de la edad. Sin embargo,

tal como afirma J.M., educadora social dentro de una entidad que trabaja con estos menores: “Es en este punto donde es necesario visibilizar la complejidad que comportan los procedimientos de determinación de la edad, cuando los menores llegados a territorio español no disponen de ningún documento oficial, viéndose muchos de ellos excluidos del sistema de protección”. Según J.M. existe actualmente una carencia de expertos en medicina legal para la interpretación de las pruebas diagnósticas de estimación de la edad, permitiendo que se dicten decretos basados únicamente en la interpretación de pruebas aisladas, como pueden ser los exámenes radiológicos.

Importancia de la reinserción social de los menores

Tras este estudio se determinará el colectivo al que pertenece el menor y en qué tipo de centro u hogar de acogida debe ser incluido. La Generalitat tiene competencias educativas y de protección del menor para asegurar su reinserción en la sociedad, pero es difícil controlar la vida de cualquier adolescente, sea cual sea su procedencia. En concreto, en el caso de estos jóvenes, cabe destacar que llevan mucho tiempo solos, sin control alguno de ningún referente adulto. De ahí que, en el momento de establecerles normas, quieran ahuyentar y huir del sistema. Esto es negativo, puesto que el menor no identificará las oportunidades de cambio que esperaba en Europa y puede derivar en huidas temporales. Es aquí donde entran las entidades que trabajan diariamente con estos jóvenes, con el objetivo de “revertir las situaciones de marginalidad y exclusión social que llevan arrastrando durante su proceso migratorio y de integración”, afirma J.M. Para ello apuestan por metodologías flexibles de formación sociolingüística, pre-laboral, la ocupación saludable del tiempo libre, la atención social y el seguimiento socioeducativo, de la mano de los proyectos oficiales de la Generalitat.

¿Por qué iniciar un proceso migratorio?

Pero, ¿cuál es el perfil de estos jóvenes y por qué inician tal proceso migratorio? En su mayoría son menores adolescentes de origen muy humilde y precario, por falta de recursos en sus familias. Según afirma

Ricard Calvo, se da aquí una contradicción de culturas, al considerarles en sus países de origen adultos: “Se les atribuye a estos jóvenes unas responsabilidades demasiado importantes, de mantener a toda una familia trabajando en Europa y teniendo que enviar dinero a su país”, asegura.

Consumo de inhalantes, una problemática invisible

Con el objetivo de mantener a sus familias y sacarles de la precariedad inician un viaje migratorio que se alarga en el tiempo, en muchos casos. Durante ese trayecto muchos de estos jóvenes, sin sus familias al lado, inician el consumo de determinadas sustancias (mayormente inhalantes, al ser barato y de fácil acceso), como “evasión a tener que afrontar las situaciones que conlleva vivir en la calle a tan temprana edad: hambre, sueño, frío, miedo, abusos, acoso policial en algunas ciudades, violencia entre iguales, desesperanza, incertidumbre y presión por encontrar oportunidades y cumplir sus sueños”, reconoce J.M. No hay que olvidar que estos jóvenes deben recorrer el norte de África, cruzar el estrecho de Gibraltar y pasar por media península para, finalmente, llegar a Cataluña. Esta travesía se demora y son muchos los momentos que pueden generar estas situaciones que les lleven a consumir dichas sustancias inhalantes.

Una vez iniciado el consumo, se genera una dependencia que puede incrementarse si las situaciones que propician su consumo no cesan. Desde las entidades que trabajan con estos jóvenes adictos reconocen que es muy complejo actuar al respecto, ya que consideran que deberían reforzarse los recursos especializados para abordar esta problemática y lograr una verdadera reinserción en la sociedad.

Está en nuestras manos, en manos de la sociedad catalana y española, brindarles un acompañamiento y una atención integral. Son jóvenes con los mismos gustos y aficiones de cualquier adolescente: nuevas tecnologías, redes sociales o fútbol. Sin embargo, también tienen unos sueños, que se basan en salir de la marginalidad y la pobreza.

Por lo tanto, entre todos deberíamos contribuir a eliminar las barreras que les impiden adaptarse y mantenerles en esa marginalidad permanente. El fin siempre debería ser brindar a estos jóvenes una segunda oportunidad.



Adicción a inhalantes¹

El abuso de inhalantes es un problema grave, ya que está asociado con lesiones cerebrales permanentes, insuficiencia cardíaca, toxicidad hepática, insuficiencia renal aguda y muerte. Los inhalantes son similares en el sentido de que son sustancias volátiles, altamente solubles en los lípidos que se absorben fácilmente a través del lecho pulmonar.

Actúan como depresores del sistema nervioso central. Los más frecuentemente usados incluyen pegamento, betún para zapatos, o tolueno, gasolina o líquido de encendedor; óxido nitroso y pintura en aerosol. Cada una de estas sustancias puede contener más de un compuesto tóxico.

Los inhalantes pueden ser inhalados directamente de un recipiente o rociados directamente sobre una superficie calentada para mejorar la vaporización (“olfateo”). Las sustancias líquidas volátiles también se pueden inhalar de un paño saturado que se mantiene bajo la nariz o cerca de la boca (“resoplido”) o de una bolsa que se coloca sobre la boca, nariz o cabeza (“embolsado”). ✱

Tabla 1. Diferentes formas de consumo

Inhalada	Cocaína Inhalantes volátiles
Fumada	Tabaco Marihuana Cocaína Opiáceos
Inyectada	Cocaína Opiáceos
Oral	Metadona

¹ Perry H. Inhalant abuse in children and adolescents. UptoDate Aug 2017



Dreamers. Second chances after a long immigration process

Patricia Pujante, *Journalist*

Each year, many young people undertake and long migratory journey to Europe, with the dream of finding a place where they can achieve opportunities that, unfortunately, they have never had.

We may have preconceived ideas from these young people. Specifically, in Barcelona it is customary to see them wandering through the center of the city. However, it is possible that our perception of them may be misleading and distorted. As a result of ignorance of their personal situations, and also to the fact of overlooking an important problem: most of them are minor not accompanied by any adult, supervised by the Generalitat de Catalunya and with a future to design.

It is possible that we have in our collective ideas an image of these young people. Specifically, in Barcelo-

na it is customary to see them wandering through the center of the city. However, it is also more than possible that our perception of them is wrong and distorted. In part it is usually due to a lack of knowledge of their personal situations, and also to overlooking an important problem: the majority of them are minor, unaccompanied by any adult referent, who must be supervised by the Generalitat de Catalunya, and have everything ahead.

In the hands of society and the groups that work in their integration is the progress that they longed to reach our lands.

The society and of the groups that work in their integration have in their hands the illusion of progress that they longed to arrive at our lands.

Origin and protocol for the protection of unaccompanied minors

According to data from the General Directorate for Child and Adolescent Care (DGAIA), 584 unaccompanied minors arrived in Catalonia in 2016. According to Ricard Calvo, director of DGAIA: “the provenance is stable. 66.5% come from Morocco and 74% come from Algeria or Morocco, two countries that share similarities. However, there have also been seven children from Chile and specific cases of children from Gambia, Romania, Mali or Pakistan, without significant figures. The unaccompanied minors are, above all, Moroccans and Algerians.”

When unaccompanied minors arrive in a territory, the authorities have the right and duty to assume their protection. In Catalunya, the Generalitat should immediately protect them with precautionary measures and then study each situation, basically, determining age.

However, as stated by J.M., social educator of an entity in the care of these minors:

«It is complex to determine the age, if the minors arrived do not have any official document, many of them being excluded from the system of protection». According to J.M. There is a shortage of legal medicine experts for the estimation of age, so decrees based on isolated tests, such as x-rays, are issued.

Importance of the social reintegration of minors

After assessing the age, it is determinate the group to which the child belongs and in what type of center or home host should be included.

The Generalitat has to establish educational and protective measures for children to ensure their reintegration into society, but it is difficult to control the life of any adolescent, regardless of origin.

These young people have long been alone, with no adult control at all. Hence, when standards are set, they may want to run away from the system.

This is negative; since minors do not identify the change opportunities that they expect in Europe and can lead to temporary flight.

Here are the entities that work daily with these young people, with the aim of “reversing the situations of marginalization and social exclusion that have drag-

ged from the beginning of their migration process and integration,” says J.M.

To this end, they rely on flexible methodologies of sociolinguistic training, pre-employment, healthy occupation of free time, social care and socio-educational follow-up, along with the official projects of the Generalitat.

Why do they start the immigration process?

Most of them are teenagers of very humble and precarious origin, who because of lack of resources leave their families.

According to Ricard Calvo, there is a contradiction since they are considered adults in their countries of origin. “These young people are given too important responsibilities, having to keep an entire family from their work in Europe, sending money to their country.”

Consumption of inhalants, an invisible problem

With the aim of keeping their families and getting them out of precariousness, they embark on a migratory journey that is prolonged in time, in many cases.

During this journey, without their families, many of these young people initiate the consumption of certain substances (mostly inhalants, cheap and easily accessible), as “evasion to live on the street at such an early age, hungry, sleepy, cold, fear, abuse, police harassment in some cities, peer violence, hopelessness, uncertainty and pressure to find opportunities and fulfill their dreams”, acknowledges JM

These young people must travel north of Africa, cross the Strait of Gibraltar and pass through the middle peninsula to finally reach Catalonia. This journey is delayed and there are many moments that lead to consuming such inhalant substances.

The entities that work with these young addicts recognize that it is very complex to act in this regard, since they believe that specialized resources should be reinforced to address this problem and achieve a real reintegration into society.

It is in our hands, in the hands of Catalan and Spanish society, to provide them accompaniment and compre-

hensive care. They are young people with the same tastes and hobbies of any teenager: technologies, social networks or football. However, they also have dreams, which are based on getting out of marginality and poverty.

Therefore, among all us, we should contribute to eliminate the barriers that prevent them from adapting and keep them in that permanent marginality. The end should always be to give these young people a second chance.

Inhalant abuse¹

Inhalant abuse is a serious problem as it is associated with permanent brain injury, cardiac dysfunction, liver toxicity, acute renal failure, and death. Inhalants are similar in that they are all volatile substances, highly lipid soluble, and readily absorbed across the pulmonary bed

These inhalants act as central nervous system depressants. The most frequently used inhalants include

glue, shoe polish, or toluene, gasoline or lighter fluid; nitrous oxide or “whippets” and spray paint . Each of these substances may contain more than one toxic compound.

Inhalants may be sniffed directly from a container or sprayed directly on to a heated surface to enhance vaporization (“sniffing”). Volatile liquid substances also may be inhaled from a saturated cloth that is held under the nose or near the mouth (“huffing”), or from a bag that is placed over the mouth, nose, or head (“bagging”). *

Table 1. Different ways

Snorted	Cocaine
Smoked	Tobacco Marijuana Cocaine Opiates
Injected	Cocaine Opiates
Oral	Methadone

1 Perry H. Inhalant abuse in children and adolescents. UptoDate Aug 2017



Segones oportunitats després d'un llarg procés migratori

Patricia Pujante, *Periodista*

Són molts els joves que emprenen sols cada any un llarg viatge migratori i prematur de gran durada fins Europa, amb el somni de trobar un lloc d'acollida on se'ls garanteixin unes oportunitats que, malauradament, mai han tingut.

És possible que tinguem al nostre ideari col·lectiu una imatge d'aquests joves. En concret, a Barcelona és habitual veure'ls vagar pel centre de la ciutat. No obstant això, també és més que probable que la nostra percepció cap a ells sigui equivocada i distorsionada. En part, sol tenir a veure amb una desconexió de les seves situacions personals, i també al fet d'obviar una problemàtica important: són menors la majoria d'ells, no acompanyats per cap referent adult, que han de ser tutelats per la Generalitat de Catalunya, i que tenen tot un futur per endavant. En mans de la societat i dels col·lectius que treballen en la seva integració està el progrés que anhelaven en arribar a les nostres terres.

Origen i protocol de protecció dels menors no acompanyats

Segons dades de la Direcció General d'Atenció a la Infància i l'Adolescència (DGAIA), el passat 2016 van arribar a Catalunya 584 menors no acompanyats. D'aquests, segons afirma Ricard Calvo, director de DGAIA: "la procedència es manté estable. Un 66,5% prové del Marroc i un 74% procedeix d'Algèria o Marroc, dos països que comparteixen similituds. No obstant això, també han arribat set nens de Xile i casos pun-

tuals de nens de Gàmbia, Romania, Mali o el Pakistan, sense xifres significatives. Els menors no acompanyats són, sobretot, marroquins i algerians".

Sempre que arriben menors no acompanyats a qualsevol territori, l'autoritat competent té el dret i el deure d'assumir la seva protecció. En aquest cas, és la Generalitat de Catalunya qui ha de protegir-lo immediatament amb mesures cautelars, per estudiar, posteriorment, la situació personal del menor. L'estudi es basa en determinar l'edat. Però, tal com afirma J.M, educadora social dins d'una entitat que treballa amb aquests menors: "És en aquest punt que és necessari fer veure la complexitat que comporten els procediments de determinació de l'edat, quan els menors que arriben al territori espanyol no disposen de cap document oficial, veient-se molts d'ells exclosos del sistema de protecció". Segons J.M. existeix actualment una carència d'experts en medicina legal per a la interpretació de proves diagnòstiques d'estimació de l'edat, permetent que es dictin decrets basats només en interpretar proves aïllades, com poden ser els exàmens radiològics.

Importància de la reinserció social dels menors

Després d'aquest estudi es determinarà el col·lectiu al qual pertany el menor i en quin tipus de centre o llar d'acollida haurà de ser inclòs. La Generalitat té competències educatives i de protecció del menor, per assegurar la seva reinserció dins la societat, però



és difícil controlar la vida de qualsevol adolescent, independentment de la seva procedència. En concret, en el cas d'aquests joves, cal destacar que porten molt de temps sols, sense control de cap referent adult. D'aquí que, en el moment d'establir-los normes, vulguin fugir del sistema. Això és negatiu, ja que el menor no identifica les oportunitats de canvi que esperava a Europa i pot derivar en fugides temporals. És aquí on entren les entitats que treballen diàriament amb aquests joves, amb l'objectiu de "revertir les situacions de marginalitat i exclusió social que porten arrossegant durant el seu procés migratori i d'integració", afirma J.M. Per tal de dur-ho a terme aposten per metodologies flexibles de formació socio-lingüística, pre-laboral, ocupació saludable del temps de lleure, atenció social i seguiment socioeducatiu, de la mà dels projectes oficials de la Generalitat.

Per què inicien un procés migratori?

*P*erò, quin és el perfil d'aquests joves i per què inicien aquest procés migratori? Majoritàriament són menors adolescents d'origen molt humil i precari, per manca de recursos en les seves famílies. Segons afirma Ricard Calvo, es dona aquí una contradicció de cultures, en considerar-los al seu país d'origen com adults: Se'ls

atribueix a aquests joves unes responsabilitats massa importants, de mantenir a tota una família treballant a Europa, havent-los d'enviar diners al seu país", assegura.

Consum d'inhalants, una problemàtica invisible

*A*mb l'objectiu de mantenir les seves famílies i atreure'ls de la precarietat inicien un viatge migratori que s'estén en el temps, en molts casos. Durant aquest trajecte molts d'aquests joves, sense les famílies al seu costat, inicien el consum de determinades substàncies (majorment inhalants, pel fet de ser barat i de fàcil accés), com a "evasió a haver d'afrontar les situacions que comporta viure al carrer a una edat tan curta: gana, son, fred, abusos, assetjament policial en algunes ciutats, violència entre iguals, desesperança, incertesa i pressió per trobar oportunitats i acomplir somnis", reconeix J.M. No hem d'oblidar que aquests joves han de recórrer el nord d'Àfrica, creuar l'estret de Gibraltar i passar per mitja península fins arribar, finalment, a Catalunya. Aquesta travessia s'allarga i són molts els moments que poden generar aquestes situacions que els porten a consumir les substàncies inhalants.

Un cop iniciat el consum als països d'origen o durant el viatge, es genera una dependència que pot incremen-



tar-se si les situacions que propicien el consum no cessen. Des de les entitats que treballen amb aquests joves addictes reconeixen que es molt complex actuar al respecte, ja que consideren que haurien de reforçar-se els recursos especialitzats per abordar aquesta problemàtica, i aconseguir una autèntica reinserció dins la societat.

Està a les nostres mans, en mans de la societat catalana i espanyola, oferir-los un acompanyament i una atenció integral. Són joves amb els mateixos gustos i aficions que qualsevol adolescent: noves tecnologies, xarxes socials o futbol. No obstant això, també tenen uns somnis, que es basen en sortir de la marginalitat i la pobresa. Per tant, entre tots hauriem de contribuir a eliminar les barreres que els impedeixen adaptar-se i mantenir-se en aquesta marginalitat permanent. La finalitat sempre hauria de ser oferir a aquests joves una segona oportunitat.

L'addicció a inhalants¹

L'abús d'inhalants és un problema greu, que està associat amb lesions cerebrals permanents, insuficiència cardíaca, toxicitat hepàtica, insuficiència renal

aguda i mort. Els inhalants són similars en el sentit que són substàncies volàtils, altament solubles en els lípids que s'absorbeixen fàcilment a través del llit pulmonar.

Actuen com a depressors del sistema nerviós central. Els més freqüentment usats inclouen pegant, betún per a sabates, o toluè, gasolina o líquid de lluminària; òxido nítric i pintura en aerosol. Cada una d'aquestes substàncies pot contenir més d'un compost tòxic.

Els inhalants poden ser inhalats directament d'un recipient o vessats directament sobre una superfície calenta per millorar la vaporització ("ensumar"). Les substàncies líquides volàtils també es poden inhalar d'un saturador de sabó que es manté sota el nas o prop de la boca o d'una bossa que se situa sobre la boca, el nas o el cap ("embutxacat"). *

Taula 1. Diferents formes de consum

Inhalada	Cocaïna Inhalants volàtils
Fumada	Tabac Marihuana Cocaïna Opiacis
Injectada	Cocaïna Opiacis
Oral	Metadona

1 Perry H. Inhalant abuse in children and adolescents. UptoDate Aug 2017



Ama libre

Verònica Gallardo, *Psicòloga*

Introducción

La propuesta de intervención “Estima lliure” (Ama libre) nace de la detección de la reproducción de estereotipos de género y conductas machistas, a través de las redes sociales, entre los/las adolescentes, en su cotidianidad y en las relaciones afectivo-sexuales.

Así pues, se trata de un programa para prevenir y concienciar de la violencia machista¹ y su reproducción en las redes sociales. El objetivo principal es concienciar a los adolescentes y hacerles visibles los micromachismos, principalmente sus manifestaciones en las redes sociales, para que sean capaces de tener una visión crítica del sexismo existente, que puedan detectar las formas de manifestación más sutiles (micromachismos) y a la vez sean capaces tanto de rechazarlos como de no reproducir patrones machistas.

En la presente presentación del programa de intervención, se expone más detalladamente el problema, también la población a la que va dirigida la intervención, así como la manera, los conceptos y la organización del trabajo que se pretende hacer durante la ejecución del proyecto.

El problema detectado

Nos encontramos frente a una generación de jóvenes y adolescentes donde las relaciones sexistas y desigualdades de género siguen reproduciéndose, dando lugar a violencias machistas. Esta realidad se evidencia a través de datos preexistentes extraídos de fuentes secundarias y estudios previos, noticias actuales de los medios de comunicación, así como por la propia experiencia (tanto a nivel informal, como a través de la participación en talleres dirigidos a trabajar las violencias en la redes sociales, y encuestando a niños/as y adolescentes donde se pone de manifiesto que las diferencias entre hombres y mujeres siguen presentes en sus imaginarios). El conjunto de estudios, noticias, experiencia e investigación, manifiestan la existencia entre los jóvenes y adolescentes, de creencias que diferencian el mundo y comportamiento masculino del femenino, la integración de mitos sobre el amor romántico, así como justificaciones de ciertos comportamientos con los que se perpetúan el poder del hombre. Se encuentra también una alta tendencia a aceptar los celos y que estos comporten control, adaptar conductas o hacer renunciaciones para contentar a la pareja, y aceptar y/o perdonar comportamientos donde la mujer no ha sido respetada como tal. Además, el lenguaje utilizado entre los más jóvenes, aunque a veces escondido detrás de “la broma”, deja a la mujer en una posición subordinada, cumpliendo el rol tradicional, y en muchas ocasiones también sexualizándola y cosificándola; creyéndose, los chicos, con más derechos sobre ellas, quedando las chicas culpabilizadas de ciertos comentarios o actitudes sobre ellas, por la manera de vestir o de vivir las relaciones y el sexo.

Teniendo en cuenta la gran presencia que internet y las redes sociales tienen en la vida de los/las jóvenes, es imprescindible analizar los estereotipos de género, las conductas sexistas y la violencia machista en estos espacios on-line. Para los/las adolescentes, las redes sociales representan una manera de socialización, un espacio de relación, integrando a menudo el mundo virtual en el mundo real. La conexión y el uso on-line continuo y 24 horas al día, permite estar en contacto directo en cualquier momento con las amistades, mostrar permanentemente lo que haces, con quién lo haces, dónde lo haces, cómo se sienten, y las relaciones sentimentales. Y estas relaciones on-line en la red, no quedan excluidas de machismo; se detecta la reproducción de las conductas anteriormente expuestas en las nuevas tecnologías, principalmente a través de las redes sociales. De hecho, estas herramientas que da la tecnología son muchas ve-

ces utilizadas precisamente para aumentar el control constante sobre la pareja así como para menospreciar y denigrar públicamente a las chicas, o para infringir acoso virtual.

Según Díaz-Aguado en Olías (2015) las conductas de violencia machista se están dando de manera significativa entre los/las jóvenes a causa de la posibilidad de control que representan las redes sociales y los móviles. Éstos permiten tener una comunicación directa para controlar al otro, ya que pueden saber dónde y con quién está, la última hora a la que se ha conectado, o si ha leído el mensaje enviado. Solo hace falta fijarnos en algunos datos para darnos cuenta de cómo estas tecnologías fomentan la violencia machista, como las del estudio sobre ciberacoso del 2013 que cita la secretaria de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, Susana Camarero en Vidales (2015) que ponen de manifiesto que “el 60% de los/las jóvenes reconocen haber recibido algún mensaje con insultos machistas de su pareja”

La población objetivo

La intervención está diseñada para llevarla a cabo en clases de 3º de la E.S.O. El trabajo de prevención y concienciación propuesto se centra en esta franja de edad dado que se trata de una etapa vital donde se ponen en marcha y se forjan las concepciones de amor, relaciones y pareja, y sexualidad. Además, es el momento en que los/las adolescentes construyen su identidad, incluida la de género, y los modelos en los que se basen para hacerlo, son claves.

Junto con que se detecta una muy baja visualización de los micromachismos entre los chicos y chicas, se considera un momento clave para intervenir. Considerando especialmente importante en esta etapa, trabajar, analizar y cuestionar el funcionamiento social que crea las desigualdades entre hombres y mujeres, así como poner énfasis en educar en la igualdad.

¿Cómo trabajarlo?

De esta manera, nos encontramos delante de la necesidad de abordar, en las nuevas generaciones, estos esquemas patriarcales que perpetúan las desigualdades, para que estos/as jóvenes integren modelos de comportamiento de género y una visión de la sociedad y las relaciones más igualitarias.

En el presente proyecto, se considera que para que éstos jóvenes tomen conciencia real y rompan con la reproducción de esquemas, estereotipos y comportamientos, hace falta, por un lado involucrar tanto a chicos como a chicas, y por otro, educar desde la raíz, visualizando el origen del problema y la naturalización que la sociedad hace de éste, mostrando a la vez otros patrones alternativos. Por este motivo, en el programa se presenta un ciclo de sesiones, trabajado de manera más general la raíz del problema, hasta temáticas más concretas que permitan precisar y ejemplificar las conductas en que se manifiesta la violencia machista, finalizando con la realización de un cortometraje sobre “machismos y violencia machista a través de las redes sociales” para reflexionar, interiorizar e implicar a los/las jóvenes.

Así pues, se pretende llegar al objetivo trabajando y visualizando la base del problema, es decir, el modelo patriarcal y los mecanismos que lo sustentan, como los estereotipos de género y los mitos del amor romántico, y cómo estos se transmiten y manifiestan socialmente; centrando el trabajo con los/las adolescentes en la visualización, reflexión y concienciación de los mecanismos y conductas más sutiles y difíciles de reconocer, pero que están presentes y reproducen una sociedad sexista y machista. Desde esta propuesta, se considera que romper con los patrones y esquemas patriarcales tradicionales, es la base para conseguir una sociedad y unos modelos de relación igualitarios y libres de

violencia machista, tanto en las interacciones off-line como en las on-line.

Para abordar el problema de esta manera, y trabajar con todos los temas y conceptos mencionados, de más genérico a más concreto, los objetivos específicos que la intervención pretende conseguir, son los siguientes:

- Dar a conocer el sistema patriarcal y las imposiciones y opresiones que implica.
- Trabajar los estereotipos hombre-mujer y el sexismo que éstos provocan.
- Reflexionar sobre los mitos del amor romántico y cómo éstos pueden justificar ciertas conductas machistas.
- Concienciar sobre la existencia de diferentes tipos de violencia machista, como la violencia simbólica o estructural, presente en los micromachismos.
- Visibilizar y concienciar a los/las adolescentes sobre los micromachismos, sobre todo en las redes sociales y nuevas tecnologías.
 - Trabajar ejemplos de micromachismos, que nos podemos encontrar diariamente tanto en la sociedad, medios de comunicación, publicidad, películas, videojuegos..., así como en la pareja y relaciones interpersonales.
 - Analizar situaciones y ejemplos de micromachismos que se dan a través de las redes sociales.



Los conceptos a trabajar

Continuación se exponen, de manera teórica, co-conceptual, los conceptos principales en que se basa la intervención, siendo estos mismos los que se quieren trabajar con los/las adolescentes durante las sesiones.

EL SISTEMA PATRIARCAL

Des de la cultura dualista, donde cada componente del sistema tiene un opuesto y como consecuencia se produce una jerarquía, hombre y mujer han sido siempre componentes opuestos, dando lugar a una jerarquía donde el hombre y la “cultura masculina” se considera superior, y la mujer y la “cultura femenina” inferior (Mayobre, 2009). Ubicando pues, al hombre como superior, a éstos se les concede el derecho a decidir por la mujer y a poder exigirle, a la vez que hacen que la mujer se sienta obligada a cumplir aquello que se le exige (Bonino, 2004). Esto hace que nos encontremos en una sociedad patriarcal, donde la conceptualización del mundo siempre ha sido masculina.

Esta realidad que coloca a hombres y mujeres en sitios distintos de poder ha creado a lo largo de la historia grandes desigualdades que, sobre todo, han sufrido las mujeres quedando sometidas al control del hombre. Además, la cultura endocéntrica del patriarcado ha situado en el centro la masculinidad, el mundo ha estado estudiado y construido desde los hombres, quedando invisibles las voces y aportaciones de las mujeres.

EL SISTEMA SEXO-GÉNERO

Una de las principales formas de sustentación y reproducción del patriarcado es el sistema sexo-género. El género corresponde a cómo hemos nacido biológicamente, y el género masculino o femenino a un aprendizaje social asociado a cada sexo. La sociedad patriarcal asigna a cada uno de los dos sexos, un género, y a cada género unas características específicas y diferenciadas del otro. Estas características son los estereotipos de género, que nos dictan qué rol hemos de cumplir en la sociedad dependiendo de si hemos nacido mujer o hombre, es decir, cuándo y cómo ha de ser nuestro comportamiento (Barbé, Carro y Vidal, 2014 y Aguado, 2003). Estas expectativas de comportamiento asociadas al hombre y a la mujer, no son algo natural ni biológico, sino una representación cultural de ideas, prejuicios, valores, interpretaciones, normas, deberes, mandatos y prohibiciones sobre la vida de los hombres y las mujeres (Del Valle, 2002 en Colás y

Villaciervos, 2007). Fina Sanz, en Barbé, Carro y Vidal (2014), se refieren a ésta diferenciación de roles en términos de subcultura masculina y subcultura femenina. Los valores y actitudes de la cultura masculina, es decir, aquello que se espera de los hombres, es por ejemplo, la fortaleza, la decisión, la actividad el mundo productivo... mientras que de la mujer se espera que sea tierna, emocional, dudosa, más pasiva, reproductora...

Los roles y estereotipos los aprendemos desde muy pequeños, socializándonos en un mundo y una educación sexista, diferente dependiendo de si somos niños o niñas, y construyendo de acuerdo con éstos, la identidad de género, que a la vez influye directamente en la manera de ver el mundo, de pensar, de comportarnos y relacionarnos (Jiménez, 2005 en Colás y Villaciervos, 2007). En la sociedad, se recibe desde pequeños, que las niñas han de vestir de rosa, ser presumidas, disfrazarse de princesas y jugar a “cosas de niñas”, más femeninas y delicadas, han de ser sensibles, incluso miedosas, hecho que las convierte en débiles y necesitadas del otro, del hombre. En cambio, el hombre desde niño ha de ser fuerte, no llorar, no quejarse, ser valiente y jugar a “juegos de niños”, a menudo más arriesgados y brutos, y posteriormente, con la fortaleza que le caracteriza, complementar la debilidad de la mujer.

Por un lado, la sociedad castiga, estigmatizando y rechazando, a quien sale del rol impuesto y no cumple con las expectativas de género al que corresponde. Por otro lado, el sistema sexo-género está jerarquizado y tiene más poder aquello que corresponde al mundo masculino. El género masculino deviene el dominante, sus características están más valoradas, en cambio, el género femenino queda reducido e invisible, considerándose “hacer cosas de mujeres” como algo de menos categoría (Barbé, Carro y Vidal, 2014).

Además, el rol de la mujer ha estado siempre relacionado con el cuidado del otro, la madre y cuidadora, induciéndola de esta manera a ser para los otros; y cumplir su función la coloca en un estatus inferior. Otro estereotipo que ha de cumplir la mujer es el de ser objeto de deseo de los hombres, hecho que la vuelve a colocar bajo el poder el hombre (Mayobre, 2009).

Este repartimiento de roles aprendidos desde pequeños es lo primero que se considera necesario cambiar, empezando por los/las más jóvenes, para que puedan crecer con unos esquemas de comportamiento que no estén divididos según el sexo con el que han nacido y de esta manera, en igualdad real, reducir muchas de las violencias, tanto visibles como invisibles, que existen hacia las mujeres.

EL AMOR ROMÁNTICO

Otra causa por la que las diferencias de género continúan vigentes es la creencia en el amor romántico y sus mitos. Es un discurso que continua presente en la sociedad, que se sigue repitiendo entre las nuevas generaciones, actualizándose y reformulándose, en gran medida a través de las películas, series de televisión, etc., pero con la misma base. El amor romántico es un sentimiento idealizado, percibido socialmente como único amor válido y, donde el deseo y la pasión sexual son el motor de las acciones (Blanco, 2014). Esta creencia tiene un papel fundamental en el mantenimiento y perpetuación de la subordinación social de las mujeres, y además, puede llevar a la violencia machista (Estevan, Medina y Távora, 2004 en Blanco, 2014).

La idea que transmite esta concepción del amor romántico es la de que se necesita el sentimiento amoroso para ser feliz, auto-realizarse y no estar solo/a, comportando la necesidad del otro/a y las dependencias entre la pareja (Herrera, 2009 en Blanco, 2014). Esta concepción no tiene una base igualitaria porque se fundamenta en la dependencia emocional hacia otra persona, normalmente de la mujer hacia el hombre, ya que el sistema patriarcal educa a las mujeres para ser complementarias de otra persona, ya sea pareja, familia, etc., pero nunca como seres individuales e independientes que pueden auto-realizarse y ser felices sin necesitar a alguien (Blanco, 2014).

Algunos de los mitos más comunes que se transmiten a partir del discurso del amor romántico y que justifican dependencias y actitudes no igualitarias y machistas son, según Blanco (2014): la media naranja (todos tenemos a alguna persona destinada para nosotros), la pasión eterna (la pasión inicial ha de durar toda la vida), la omnipotencia (el amor puede con todo), los celos y los comportamientos controladores derivados de éstos como muestra de amor, y la violencia y el sufrimiento como compatibles con el amor.

Una vez integrado en el comportamiento cómo se supone que éste ha de ser según el sexo biológico, los adolescentes con facilidad mitifican las relaciones y el papel que el hombre y la mujer tiene en ellas. Con estas creencias empiezan a forjar su identidad y mantienen los primeros encuentros amorosos, por eso es una etapa donde es muy importante incidir y trabajar éstos aprendizajes para modificarlos y que no inicien sus primeras relaciones con esquemas y prototipos tradicionales y sexistas.

VIOLENCIA MACHISTA

Se entiende la violencia machista como toda acción que coacciona o limita la libertad y dignidad de la mujer, atentando contra su autonomía personal. Hace falta

aclear que la violencia machista se da de los hombres hacia las mujeres por el hecho de ser mujeres, aprovechando la situación de poder y superioridad en la que se encuentran para someter a la mujer (Bonino, 1998).

Podemos distinguir entre violencia explícita y violencia implícita. La violencia explícita es aquella más objetiva y visible, se trata de la violencia física (asesinatos y agresiones), y de la violencia sexual (agresiones y abusos sexuales, trata y explotación sexual, acosos, mutilación genital femenina...). Estos tipos de violencia son la cara más dramática de la violencia contra las mujeres y también la más reconocida. Actualmente es una violencia que socialmente se denuncia y deslegitima, y tiene reconocimiento legislativo (Caro, Fernandez, Garraizabal, González, Habas, Parra, i Vaquero, 2015).

También existe una violencia implícita, sutil, más difícil de detectar como tal, menos conocida y reconocida, a menudo incluso se trata de comportamientos socialmente normalizados, además de justificados, a causa de la integración que se ha hecho de los roles de género y en nombre del amor romántico. La violencia psicológica (amenazas, gritos, insultos, humillaciones, menosprecio, ignorar, culpabilizar) y económica (impago de pensiones, control económico, feminización de la pobreza) se encuentra en el umbral entre lo explícito y lo implícito, ya que hay comportamientos que la hacen evidente como violencia, pero otros quedan ocultos. La violencia estructural (publicidad y lenguaje sexista), la simbólica (micromachismos, humor sexista, misoginia) y la institucionalizada (discriminación por sexo y/o género, desigualdades legales, inhibición legal), quedan invisibilizadas, legitimando y naturalizando la violencia machista, siempre sustentada por la sociedad patriarcal (Álvarez y Vegué, 2015).

Este tipo de violencias invisibles y poco reconocidas socialmente reproducen los estereotipos impuestos y perpetúan el rol tradicional de la mujer y el hombre, siguiendo imponiendo el poder del hombre por encima de la mujer y sometiéndola. También atentan, aunque de manera enmascarada y sutil, contra la libertad de la mujer y contra su dignidad, en muchas ocasiones hipersexualizándola y cosificándola. Con este tipo de violencias se sigue sustentando el patriarcado y las desigualdades que comporta, así como el objetivo machista de tener el poder sobre la mujer. Es precisamente éste el mecanismo de reproducción que tiene el patriarcado, la invisibilización, el silencio, el hecho de que si no se menciona, no existe; comportando que no se reconozca una estructura social jerárquica ni los mecanismos de dominación del hombre y sumisión de la mujer (Mayobre, 2009).

LOS MICROMACHISMOS

Actualmente el patriarcado y el sexismo se reproducen y se mantienen a través de los micromachismos, una dominación masculina más invisible, pero que atenta a la autonomía de la mujer. Se trata de una dominación casi cotidiana, con comportamientos normalizados y en el límite de la evidencia, que incluso muchas mujeres no perciben (Mayobre, 2009), pero que siguen siendo una dominación con el objetivo tradicional del patriarcado: que el hombre imponga a la mujer su razón, deseos e intereses en la vida cotidiana, manteniendo los roles tradicionales de género, garantizando el control sobre la mujer y perpetuando la injusta distribución de derechos y oportunidades, conservando así su estatus de superioridad que le atribuye más ventajas, comodidades y derechos (Bonino, 2004).

Estas prácticas de violencia y dominación “invisibles” están gravadas, como efecto de la socialización por género, en el modelo masculino que los hombres han aprendido, el modelo asociado a su sexo. Además, parte de estos hombres que tienen estos tipos de conductas no son aquellos que socialmente se consi-

deran violentos, abusadores, controladores o machistas. Por ese motivo algunos comportamientos no son intencionados ni planificados, sino que son actitudes incorporadas en su aprendizaje de “ser un hombre”, contrario al que se aprende que es “ser una mujer”; no obstante otros comportamientos sí que son conscientes, y se trata de habilidades para situarse intencionalmente en un lugar preferente de dominio y control que reafirme el papel tradicional del hombre y la mujer (Bonino, 2004)

El sexismo y los micromachismos en la adolescencia

Como se ha visto anteriormente, los estereotipos y comportamientos diferenciados, así como las creencias en el amor romántico, siguen presentes en los/las jóvenes, dando lugar a relaciones no igualitarias y comportamientos sexistas entre ellos/ellas.

Los siguientes datos corroboran la existencia de conductas machistas, la existencia de roles de género y creencias en el amor romántico, así como la perpetuación de la violencia en las relaciones entre los/las adolescentes:

Atribución de características como sensible, tierna, trabajadora y preocupadas por la imagen, a las chicas, y características como dinamismo, activos, superficiales, no emocionales, a los hombres (San Julián en Sen, 2015).
Frecuente y grave violencia ejercida de los chicos hacia las chicas con intimidación, control emocional y violencia verbal y física (Calderón a Sen, 2015).
El 60% de las adolescentes ha recibido mensajes con insultos machistas de sus parejas (Camarero, a Vidales, 2015).
Los chicos piensan hacer menos tareas domésticas (Aguado, 2003).
Creencia de la “mujer objeto” no superada entre los adolescentes” (Aguado, 2003).
Poco conocimiento sobre los problemas de discriminación por género y violencia machista (Aguado, 2003).
El 60 % de los chicos consideran que han de proteger a “su chica” (Calderón a Sen, 2015).
El 32% de los/las adolescentes considera normal la existencia de los celos (Calderón a Sen, 2015).
Poco reconocimiento, y difícil detección y denuncia de conductas machistas (Blanco, 2014).
Aceptación de la violencia del control: 1 de cada 3 jóvenes de entre 15 y 29 años, encuentran aceptable que la pareja controle los horarios, impida que vea a amigos o familiares, y decida que puede o no puede hacer (CIS, a Olias, 2015).
Aceptación de los celos como prueba de amor, el control en la manera de vestir y el control de las redes sociales y dispositivos móviles de la pareja (Blanco, 2014).

De acuerdo con los datos expuestos, se puede afirmar la necesidad de trabajar con los adolescentes para

romper con los estereotipos atribuidos a casa sexo y darles herramientas para detectar micromachismos.



LOS MICROMACHISMOS A TRAVÉS DE LAS REDES SOCIALES

Para analizar la perpetuación del sexismo y las formas más ocultas de dominación que siguen presentes en los/las adolescentes, es importante poner el punto de mira en su mundo y su funcionamiento y tener en cuenta que utilizan, se relacionan y se comunican diariamente a través de las nuevas tecnologías, principalmente con las redes sociales.

Como se ha expuesto anteriormente, los/las jóvenes se relacionan y socializan a través de las redes sociales, sin hacer separación del mundo virtual y del mundo real. La incorporación de internet al teléfono móvil y el uso que pueden hacer de él las 24h ha cambiado la concepción de uso, entendiéndolo ahora como un espacio de relación y no tanto como una herramienta.

En la edad y momento vital en el que se encuentran, en los/las adolescentes surgen dos necesidades: crear la identidad y comunicarse. Crean la propia identidad, definiéndose como personas, creando un espacio propio y privado, y crean su autonomía emancipándose de los padres y pasando a ser los amigos y grupo de iguales sus referentes; y el móvil y las redes sociales les dan la oportunidad de tener este contacto con amigos en todo momento. También permiten dar respuesta a la necesidad de comunicarse, expresarse, buscar información de interés, construir su red social de valores, normas y comportamientos (Battle, 2007 a García y Montferrer, 2009).

Previamente a analizar las cuestiones que relacionan las violencias contra la mujer y las redes sociales, especificamos que las más utilizadas y generalizadas en-

tre los/las adolescentes son el Facebook, el Instagram, el Snapchat y el WhatsApp (Bernabeu, 2016)

Se debe tener en cuenta, por un lado, el aumento del uso de las tecnologías para propósitos de acoso y violencia, y por otro lado, la importancia que tienen también las nuevas tecnologías en la perpetuación de las diversas formas de machismo y violencia machista entre los/las jóvenes (Villegas, Súría y Rosser, 2014). Las conductas expuestas anteriormente, no están pues, ausentes en las redes sociales ni en los mensajes a través de las nuevas tecnologías, y de hecho a través de las redes sociales se perpetúan y facilitan. Entre los/las jóvenes parece aceptable que la pareja controle con quién hablas por el móvil, a quién tienes de amigos en las redes sociales, a quién agregas o qué fotos cuelgas, dónde y con quien estás, exigir que la otra persona haya de contestar al momento los mensajes y reprochar no haberlo hecho, exigir también tener acceso a las contraseñas personales justificado como muestra de amor, etc. (Estébanez, 2012). Se trata de un tipo de violencia machista, concretamente violencia psicológica basada en el control (Villegas, Súría i Rosser, 2014). Por último, es importante añadir que, en una red poco protegida, donde se unen la desprotección emocional de la víctima frente al control excesivo de la pareja y la normalización de éste, puede aparecer la violencia virtual, que se manifiesta con las siguientes conductas: el ciberacoso, los celos, los chantajes, las humillaciones públicas, las amenazas, etc., a través de la red (Estébanez, 2012)

El elevado tiempo que los/las adolescentes dedican a las redes sociales aumenta la presión por la construc-

ción y el mantenimiento de la auto-imagen y las relaciones, y por la manera en que cada uno se presenta a los demás. Constantemente exhiben su vida y su imagen de manera pública (Tortojada y Araüna, 2014). El hecho que este contenido de su vida se exprese públicamente (Boyd, 2008 en Tortojada y Araüna, 2014) comporta, consecuentemente, que se pierda todo tipo de anonimato, y el hecho de no ser anónimo contribuye a la necesidad de responder a expectativas normativas y la construcción de una identidad socialmente deseable (Zhao, Grasmuck y Martin, 2008 en Tortajada i Araüna, 2014). A su vez, el hecho de que sus publicaciones y presentaciones hayan de responder a patrones y expectativas, provoca que en estos espacios on-line se promuevan los estereotipos de género (Svenngsson, 2008; Valkenburg, Schouten y Peter, 2005 en Tortajada y Araüna, 2014). Además, las chicas reciben más presión por sexualizarse y objetificarse (Ringrose y Eriksson, 2011 en Tortajada y Araüna, 2014).

Son también las chicas las que reciben comentarios de carácter sexual en las fotografías y los comentarios, y también son ellas las que reciben habitualmente solicitudes de amistad junto a comportamientos sexuales y acoso sexual, sean de personas conocidas o desconocidas (Estébanez y Vázquez, 2013). Así pues, las chicas en las redes sociales tienen más vulnerabilidad de sufrir violencia virtual, como afirma la filósofa Martha Nussbaum en Agencia EFE (2012) al decir que internet ha facilitado el acoso de las mujeres porque proporciona anonimato.

Los datos de Working to Halt Online Abuses muestran que, entre el año 2000 y el 2012, el 72'5% de los abusos en la red fueron sufridos por mujeres. Además, según los informes de la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género en España, el 60% de las mujeres han recibido comentarios insultantes, despectivos o de carácter sexual a través de las redes sociales, por parte de su pareja, ex-pareja o amigos.

La violencia virtual es una forma tanto de violencia sexual como simbólica y viene dada por el derecho que se toman los hombres hacia las mujeres, al enviar mensajes, intentar conseguir fotografías, vigilar sus perfiles para extraer información íntima, y hacer uso de fotografías y videos íntimos de chicas sin el consentimiento de éstas (Estébanez i Vázquez, 2013).

Teniendo en cuenta que el uso de las tecnologías sigue reproduciendo y fomentando el sexismo, siendo las chicas las que están expuestas a más riesgos en internet, es un punto central para éste proyecto, trabajar la presencia en internet de las diferencias de género, el sexismo, la violencia machista y los micromachismos.

Se da importancia a trabajar todos estos aspectos tanto con las chicas, que a menudo sufren las consecuencias negativas, como con los chicos, que también pueden sufrirlas así como reproducir conductas sexistas inconscientemente.

Organización de la intervención

En el programa diseñado, además de alguna explicación conceptual, principalmente se trabajan las temáticas con actividades dinámicas, donde los/las jóvenes participen, y trabajando con situaciones cotidianas, ya que haciéndolo con actividades donde los/las participantes se involucren y se sientan próximos a las experiencias que se proponen, se conseguirá una mayor interiorización de aquello que aprenden. Para que tenga este impacto y consiga sensibilizarlos también se usaran ejemplos y situaciones cotidianas, que les sean cercanas y con las que puedan sentirse identificados/das, incluso con la que puedan haberse encontrado personalmente. También se pretende que debatan entre todos/as, viendo opiniones de otros, cuestionando las creencias más extendidas socialmente y reflexionando sobre las propias, proponiendo a su vez otras maneras de identidad y de relación, con la finalidad de que creen conciencia crítica y responsabilidad respecto a los temas tratados. A menudo se usará soporte audiovisual, como videos, imágenes, fragmentos de películas, canciones, etc. A su vez, durante las sesiones, se quieren visibilizar las manifestaciones sexistas y de violencia machista más sutiles para que los/las jóvenes puedan detectarlas y rechazarlas, de manera que además de concienciar sobre la existencia de micromachismos, también se quiere prevenir casos de violencia y relaciones desiguales y de abuso.

Las sesiones para trabajarlo, se dividen en dos bloques, uno de 8 sesiones donde se trabajen los diferentes temas, y uno de 5 sesiones para la creación y exposición de un cortometraje por grupos. La creación de éstas sesiones han estado pensadas teniendo en cuenta, por un lado, los temas a tratar, y por otro, el calendario de un semestre lectivo, para que el programa pueda formar parte de un proyecto educativo, ya sea impulsado desde las propias escuelas, o desde la administración pública.

Los temas que se abordarán en las sesiones, como se ha mencionado anteriormente, están organizados por orden desde lo más general, que sería el sistema patriarcal, hacia la concreción, a través del análisis de patrones, conductas, estereotipos y mitos que sustentan este

sistema y llevan a la violencia, analizada también de manera amplia, hasta llegar a formas concretas de violencia sutil. Se considera abordar un amplio abanico de temáticas con las que se quiere conseguir que se asimile todo el proceso que conlleva a la violencia machista y sus formas de reproducción, como método para que el programa implementado tenga resultados significativos, comportando cambios en las actitudes de los/las adolescentes. De este modo, durante las sesiones se trabajará: el sistema patriarcal (1 sesión), los estereotipos de género (2 sesiones: en la primera se trabajará específicamente cuales son estos estereotipos, y en la segunda, la socialización que lleva a definir los roles diferenciados), el amor romántico (1 sesión), la violencia machista (1 sesión), los micromachismos (1 sesión), y los micromachismos en las redes sociales (2 sesiones: la primera está dirigida principalmente, y de manera introductoria a la temática, a trabajar la identidad en las redes sociales; y la segunda se centrará en la reproducción de conductas machistas en ellas). Una vez acabadas estas 8 sesiones, se realizarán 4 más; durante estas 4 sesiones, los jóvenes habrán de realizar un cortometraje donde se muestre y visualice la violencia machista a través de las redes sociales. Esta parte es más autónoma, ya que deberán de trabajar por equipos y realizar el trabajo por su cuenta, siendo las sesiones para acompañarlos y orientarlos. Se usará un último espacio para el concurso, dónde se expondrán los cortometrajes realizados.

Las sesiones serán dirigidas idealmente, por un/a psicólogo/a y un/a educador/a social con especialización en género, aun así se considera que con un/a único/a profesional de los mencionados sería suficiente. En la creación del cortometraje sería ideal el apoyo de un técnico audiovisual, aunque esta función puede realizarla un/a profesor/a de informática, tecnología, o que tenga los conocimientos necesarios. El papel de los/las tutores/as también será relevante a la hora de evaluar la eficacia del programa y cómo éste ha influido en las conductas de los/las alumnos/as, por este motivo, recibirán una serie de conocimientos previos.

Evaluación y presupuesto

Para evaluar el proyecto se utilizarán 3 cuestionarios. El primero, que es respondido por los/las participantes, evalúa 66 ítems antes de la intervención y

una vez finalizada, para poder comparar los resultados y ver de qué manera se han logrado los objetivos y conceptos trabajados durante el proyecto.

En segundo lugar, los/las tutores/as valorarán la intervención con un cuestionario observacional de actitudes compuesto de 19 ítems y una pregunta abierta, que responderán antes de la intervención, cuando haya finalizado y 6 meses después, para poder ver los cambios en las actitudes de los participantes tanto a corto como a largo plazo.

El cortometraje final que los participantes realicen, también servirá para evaluar si con aquello que muestra el cortometraje se considera que se han adquirido los conocimientos y una mayor concienciación, y por tanto si se ha conseguido el objetivo general propuesto, como concretamente el objetivo específico trabajado en las últimas sesiones (visibilizar y concienciar a los adolescentes de los micromachismos que se dan a través de las redes sociales).

El proyecto tiene un coste total de 2.866'20€ por clase de 30 alumnos/as, incluyendo todos los gastos (de personal y material). Existe la opción de reducir el coste de la intervención, llevándola a cabo un/a único/a profesional externo, de esta manera el precio por clase de 30 alumnos/as sería de 1.416'20€.

Conclusiones

Para concluir la presentación y explicación de la propuesta de intervención "Estima lliure", se remarca de nuevo, la necesidad social de abordar la problemática de la persistencia del machismo entre los/las adolescentes, teniendo en cuenta, por un lado, las redes sociales, por la influencia y repercusión que tiene en sus relaciones, y de otro lado, trabajar todas las temáticas expuestas para que reflexionen, integren y se conciencien de dónde viene, qué comporta y cómo se manifiesta el machismo actualmente. De esta manera podrán romper los esquemas de comportamiento que el patriarcado impone, que son sexistas y suponen violencia hacia la mujer, así como visibilizar las conductas machistas invisibilizadas y aceptadas socialmente, siendo conscientes de la violencia machista que comportan. Desde esta propuesta, se considera ésta la manera de hacer un cambio real, significativo y estructural en las creencias y comportamientos socialmente aprendidos. ✱

Love Freely

Verònica Gallardo, *Psychologist*

Introduction

The proposal of intervention “Estima lliure” (“Love freely”) it arises from the detection of the reproduction of gender stereotypes and sexist conducts, across the social networks, between the teenagers, in his routine character and in his affective - sexual relations.

Therefore, this is a program to prevent and to raise awareness of the violence against women and his reproduction in the social networks. The principal aim is to awareness the teenagers and make visible to them the micro-sexism, principally his manifestations in the social networks, in order to they have a critical vision of the existing sexism, they be able to detect the forms of manifestation more subtle (micro-sexism) and that simultaneously they be capable to reject and not to reproduce patterns sexism.

In the present presentation of the program of intervention, the problem is exposed more in detail, also the population whom the intervention is directed, as well as the way, the concepts and the organization of the work that is tried to do during the execution of the project.

The problem detected

We are front a generation of youth and adolescents where gender relationships and gender inequalities continue to reproduce, resulting in chauvinistic violence. This reality is evidenced through preexisting given extracted from secondary sources and previous studies, news media current as well as our own experience (both informal level, as participation in workshops to work violence in the social networks, i surveying children / and adolescents where shows that the differences between men and women still present in their imaginary). The set of studies, news, research and experience show the existence among youth and adolescents belief that differentiate the world and male behavior of women behavior, the integration of myths about romantic love, as well as justifications for certain behaviors which perpetuate the power of man. It is also a high tendency to accept jealousy and that they behave control conducts, adapt or make sacrifices to please the couple, and accept and/or condone behavior where women have not been respected as such. In addition, the language used among young people, even though sometimes hidden behind “joke”, leaving women in a subordinate position, fulfilling the traditional role, and often also sexualized and dehumanize (making it a thing); believing the boys with more rights over girls, leaving they blamed for certain comments or attitudes about them, for the way they dress or living relationships and sex.

Considering the large presence that the Internet and social networks have on the lives of young people it is essential to analyze gender stereotypes, sexist behavior and violence against women, in these spaces online. For teenagers, the social networks are a way of socializing, a space of relationship, often integrating the virtual world into the real world. The connection and use on-line continuous, 24 hours a day, can be in direct contact at any time with friends, constantly showing what you do, who you do, where you do, how they feel, and romantic relationships. And these online relationships in the network, isn't excluded from male chauvinism; it detected the reproduction of the behaviors previously exposed, in the new technologies, mainly through social networks. In fact, these tools gives technology are often used precisely to increase the constant control over the couple and to undervalue and denigrate publicly girls, or to cyber- harassment.

According to Diaz-Aguado in Olías (2015) behaviors of sexist violence manifests significantly among young people because of the possibility of control representing social networks and mobile. These allow di-

rect communication to control the other, because they can know where and with whom you are, the last time that has been connected, or if you have read the message sent. Only need look at some data to realize how these technologies encourage violence against women, such as the study of cyber- harassment 2013 cited by the Secretary of State for Social Services and Equality, Susana Camarero in Vidales (2015) which show that “60% of young admit to having received a sexist insults messages with your partner”

The target population

The intervention is designed to carry out in in classes of third year of E.S.O. The prevention and awareness proposed focuses on this age group because it is a vital stage where are start up and forged the conceptions of love, relationships and couple, and sexuality. In addition, it is the time when teenagers build their identity, including gender identity and models on which they are based are keys to make it.

It also detects a very low view of micro-sexism among boys and girls, it is considered a key moment to intervene. Considering especially important at this stage, work, analyze and question the social function that creates inequalities between men and women as well as putting emphasis on educating in equality.

How do you work it?

In this way, we are faced with the need to address in the new generations, these patriarchal schemes that perpetuate inequalities, so that these young people integrate gender behavior models and a vision of society and relationships more equality.

In this project, it is considered that for these young people take real awareness and break the reproduction schemes, stereotypes and behaviors necessary, on the one hand involve both boys and girls, and on the other hand, educate from the root, viewing the origin of the problem and naturalization that makes this society, while showing alternative patterns. For this reason, in the program is presented a cycle sessions, worked generally the root of the problem, to more specific topics, allowing precise and exemplify the behaviors where gender violence is showing all. The cycle ends with the completion of a short film about “machismo and gender violence through social networks” to reflect, internalize and involve young people.

So, the intention is achieve the goal working and visualizing the basis of the problem, that is, the patriarchal model and the mechanisms that support it, the gender stereotypes and myths of romantic love, and how those is socially transmitted and manifested; focusing work with the adolescents on visualize, reflection and awareness of the mechanisms and the most subtle and difficult to recognize behaviors, but they are present and reproduce sexist and male chauvinism society. Since this proposal is considered to break the traditional and patriarchal patterns and schemes, it is the basis to obtain a society and models of equal relationships, and free of violence against women, in interactions offline and online.

To address the problem in this way, and work with all matters and concepts mentioned, more general to more specific, the concrete objectives that the intervention wants to achieve, are as follows:

- Publicize the patriarchy system and impositions and oppressions involved.
- Working the male-female stereotypes and sexism they cause.
- Reflecting on the myths of romantic love and how they can justify certain sexist behavior.

- Raise awareness of the existence of different types of violence against women, as the symbolic or structural violence present in the micro-sexism
- Visualize and sensitize the adolescents on micro-sexism, especially on social networks and new technologies:
 - Working examples of micro-sexism, which is possible find daily in society, mass media, publicity, movies, video game... as well as in the couple and interpersonal relationships.
 - Analyze situations and examples of micro-sexism given through social networks.

The concepts to work

Here are exposed, theoretical and conceptual way, the main concepts on which the intervention is based, being these same those who want to work with teens during the sessions.

THE PATRIARCHAL SYSTEM

Since the dualist culture, where each system component has an opposite and consequently a hierarchy,



man and woman have always been components opposite, resulting in a hierarchy where man and the “male culture” is considered superior, and women and “women’s culture” lower (Mayobre, 2009). Placing the man in a top position, grant them the right to decide for women and to demand at womens, while make women feel obliged to fulfill what is required (Bonino, 2004). This makes that we are in a patriarchal society, where the conceptualization of the world has always been male.

This reality that puts men and women in different sites of power, has created throughout history great inequalities, especially for women, that have suffered being under the control of man. In addition, the endocentric culture of patriarchy has located in the center, the masculinity, the world has been studied and built from the man, being voices and contributions invisible of women.

THE SEX-GENDER SYSTEM

One of the main forms of support and reproduction of patriarchy is sex-gender system. The sex corresponds to as we are born biologically, and feminine gender and

masculine gender to social learning associated with each sex. Patriarchal society assigned to each of the two sexes, a genre, and each gender, a characteristics specifics and differentiated from the other gender. These characteristics are gender stereotypes that dictate to us what role we have in society depending on whether we were born female or male, that is, when and how it must be our behavior (Barbé, Carro and Vidal, 2014 and Aguado, 2003). These behavioral expectations associated with men and women, are not natural or biological, but a cultural representation of ideas, prejudices, values, interpretations, standards, rules, mandates and prohibitions on the lives of men and women (Del Valle 2002 in Colas and Villaciervos, 2007). Fina Sanz, in Barbé, Carro and Vidal (2014) refer to this differentiation of roles in terms of male subculture and female subculture. The values and attitudes of male culture, ie what is expected of man is, for example, the strength, the decisiveness, the activity, the productive world ... while women, it is expected, to be tender, emotional, doubtful, more passive, reproductive ...

The roles and stereotypes are learned from rather small, socializándonos in a world and a sexist education, different depending on whether we are boys or girls, and building of gender identity according to these, which in turn directly influences the way to see the world, think, behave and relate (Jimenez, 2005 in Colas and Villaciervos, 2007). In society, is received from a young age, that girls have to wear pink, be self-important, are dress like princesses, and play to “girl things” more feminine and delicate, have to be sensitives, even cowardly, a fact that makes the girls in weak and with the feel that need the other, the man. Instead, the man since child must be strong, don’t cry, not to complain, be brave and play to “games of children” often more risky and beasts, and later, with the strength that characterizes him, complement the weakness of woman.

On the one hand, society punishes, stigmatises, and rejects, to whom leaves the role imposed, and does not meet the expectations of genre it belongs. On the other hand, sex-gender system is hierarchical and it is more powerful that belongs to the masculine world. The male gender, is the dominant, its features are most valued, however, feminine gender is reduced and is invisible, being considered “doing things women” as something of less category (Barbé, Carro and Vidal, 2014).

In addition, the role of women has always been associated with caring for others, mother and caregiver, inducing it this way, to be for others; and fulfill its function, places it in an inferior status. Another stereo-



type that women must meet, is to be the object of desire of men, a fact that come back to put the women under the power of man (Mayobre, 2009).

This division of roles learned from small, is the first thing considered necessary change, starting with the younger, so they can grow up with behavior patterns that are not divided by the sex with which they were born and thus, real equality, reducing many cases of violence, both visible and invisible, which exist against women.

THE ROMANTIC LOVE

Another reason why gender differences remain in force is the belief in romantic love and its myths. It is a discourse that is still present in society, that keeps repeating itself in new generations, being updated and being reformed, largely through movies, TV series, etc., but with the same base. The idealized romantic love is a feeling, socially perceived as the only true love and, where desire and sexual passion are the engine of shares (White, 2014). This belief has a fundamental role in the maintenance and perpetuation of social subordination of women, and also can lead to gender violence (Estevan, Medina and Tavora, 2004 in White, 2014).

The idea that conveys this concept of romantic love, is that we need the loving feeling, to be happy, to fulfil yourself and not be alone, entailing the need for the other and the dependencies between the couple (Herrera, 2009 in Blanco, 2014). This conception has an inequality basis, because it is based on emotional dependence on another person, usually the woman to man, because the patriarchal system educates women to be complements another person, whether couples, family, etc. but never as individual and independent beings that can fulfil yourself and be happy without needing someone (White, 2014).

Some of the most common myths that are transmitted from the discourse of romantic love and justify dependence, attitudes sexist and inequalities are, according to White (2014): the half orange (we all have some person destined for us), passion eternal (the initial passion has to last a lifetime), omnipotence (the love can with all), jealousy and behavior of control as a sign of love, the violence and suffering as compatibles with the love.

Once integrated in behavior like this must be according to biological sex, the teenagers convert the relations and the role that men and women have in them, in a myth. With these beliefs begin to shape their identity and to have the first amorous encounters, so it is a stage where it is very important influence and work these

learnings to modify them, and that don't start their first relationships with traditional and sexist, patterns and prototypes.

VIOLENCE AGAINST WOMEN

Violence against women is defined as any action that coerces or limited the freedom and dignity of women, violating their personal autonomy. Is necessary to clarify that violence against women, it is produced from man to woman, because they are women, taking advantage of their situation of power and superiority for to subjugate women (Bonino, 1998).

We can distinguish between explicit and implicit violence. The explicit violence is one more objective and visible, it is physical violence (murder and aggressions) and sexual violence (sexual aggressions and sexual abuse, trafficking and sexual exploitation, harassment, female genital mutilation ...). These types of violence are the part also more dramatic and the most recognized of violence against women. It is now a violence that social it is denounced and discredited and has legislative recognition (Caro, Fernandez, Garaizabal Gonzalez, beans, Vine, i Vaquero, 2015).

There is also an implicit violence, subtle, a harder violence to detect as such, less known and recognized, often even are behaviors normalized and justified by society, because of the integration that has made gender roles and name of romantic love. Psychological violence (threats, shouts, insults, humiliation, contempt, ignoring, blaming) and economic (non-payment of pensions, economic control, feminization of poverty) is on the threshold between the explicit and implicit, as there are behaviors that they make evidence this violence, and other are hidden. Structural violence (advertising and sexist language), symbolic (micro-sexism, sexist humor, misogyny) and institutionalized (sex discrimination and /or gender, legal inequalities, legal inhibition), are made invisible, make legitimate and natural the gender violence, always supported by the patriarchal society (Álvarez and VEGUE, 2015).

This type of invisible violence and little recognized socially, reproduce stereotypes and perpetuate the traditional imposed roles of women and men, while are imposing the man's power over women and subjecting her. Also they attempt, albeit subtly and masked, against the freedom of women and their dignity, in many occasions sexualized and dehumanized. With this type of violence is still sustaining patriarchy and inequality it entails, and the sexist goal of having power over women. This is precisely the playback mechanism that has patriarchy, make invisible, the silence, that if it is not mentioned does not

exist; behaving the not recognition to a hierarchical social structure and his mechanisms of male domination and female submission (Mayobre, 2009).

THE MICRO-SEXISMS

Currently, the patriarchy and sexism are reproduced and maintained through the micro-sexism, more unseen male domination, but that attempt to empower women. It is an almost quotidian domination, with standardized behavior and in the limit to the evidence, that even many women do not perceive (Mayobre, 2009), but remain domination with the traditional goal of patriarchy, that man imposes on the woman his reason, desires and interests in everyday life, thus maintain traditional gender roles, ensuring control over women and perpetuating the unfair distribution of rights and opportunities, while maintaining their status of superiority, which is credited more advantages and rights (Bonino, 2004).

This practice of violence and “invisible” domination are taxed, as an effect of gender socialization, in

the male model that the men have learned, the model associated with sex. Moreover, some of these men who have these types of behavior are not those that are considered socially violent, abusive, sexist or controller. That is why some behaviors are unintentional, nor planned, but are attitudes incorporated into their learning to “be a man”, contrary to what is learned from “being a woman”; however other behaviors if they are aware, and are skills to put yourself, intentionally, on a domain site and control, that reaffirm the traditional roles of men and women (Bonino, 2004)

THE SEXISM AND MICRO-SEXISM IN ADOLESCENCE

As seen above, stereotypes and different behaviors, and beliefs in romantic love, still present in the young, which it involves inequalities in relations and sexist behavior among the adolescents.

The following data support the existence of sexist behavior, the existence of gender roles and belief in romantic love, and the perpetuation of violence in relations in the adolescents:

Attribution of features like sensitive, tender, hardworking and concerned about the image, at girls; and features such as dynamic, active, superficial, not emotional, at men (Sanjulián in Sen, 2015).
Frequent and severe violence of boys to girls with intimidation, emotional control and verbal and physical violence (Calderon Sen, 2015).
The 60% of teenage girls have received messages with sexist insults from their boyfriends (Camarero, in Vidales, 2015).
The guys plan to do less housework (Aguado, 2003).
The belief of the “woman object” is still present among adolescents (Aguado, 2003).
Little knowledge about the problems of gender discrimination and gender violence (Aguado, 2003).
The 60% of boys feel they have to protect to “his girl” (Calderon Sen, 2015).
32% of the adolescents, considered normal the existence of jealousy (Calderon Sen, 2015).
Little recognition, and difficult to detect and denounce sexist behaviors (Blanco, 2014).
Acceptance of control violence: 1 in 3 young people between 15 and 29, accept that the couple have the control of schedules, avert see friends or family, and decide who can or can't do (CIS Olias , 2015).
Acceptance of: the jealousy as love test, control over the way they dress, and control of social networks and mobile of the couple (Blanco, 2014).

According to the data presented, we can affirm the need to work with teenagers to break stereotypes at-

tributed to each sex and give them tools to detect the micro-sexism.



THE MICRO-SEXISM THROUGH SOCIAL NETWORKS

To analyze the perpetuation of sexism and the most hidden forms of domination that are still present in the adolescents, it is important to focus on their world and their operation and consider that they use, they interact and communicate daily through of new technologies, primarily with social networks.

As exposed previously, the young people relate and socialize through social networks, without divide of the virtual world and the real world. Incorporating the internet in mobile phone and the use that can make 24 hours a day has changed the concept of use, understood now as a space of relationship and not as a tool.

In age and vital moment where is the adolescent, arise two needs: to create identity and communicate. they create their identity, defined as a person, creating their own space private, and they create their autonomy while they emancipate from her parents, and become in their referents, the friends and the peer group; and mobile and social networks give them the opportunity to have this contact with friends at all times. They also allow to respond to the need to communicate, express themselves, find relevant information, build your social network of values, norms and behaviors (Battle, 2007 Garcia and Montferrer, 2009).

Before discuss issues that connect violence against women and social networks, we specify that the socials

networks most commonly used and widespread among adolescents are Facebook, Instagram, Snapchat and WhatsApp (Bernabeu, 2016).

Should take into account, on the one hand, the increased use of technologies for purposes of harassment and violence, and on the other hand, the importance also of new technologies in the perpetuation of various forms of male chauvinism and sexist violence among young people (Villegas, Suria and Rosser, 2014). The conducts described above, aren't therefore absents on social networks or messaging through new technologies, in fact they contribute to perpetuate and facilitate this sexism and violence. Among the young seems acceptable that the couple can control with whom you talk on the phone, whom you have like a friend in social networks, whom you add like a friend or that pictures you hang on the network, where and with whom you are, demand that the other person has to answer the messages instantly and reproaching not having done, also require access to personal passwords, justified as a token of love, etc. (Estebanez, 2012). This is a type of violence against women, specifically, psychological violence based in control (Villegas, Suria i Rosser, 2014). Finally, it is important to add that, in a little bit protected network, where the emotional vulnerability of the victim and the excessive control of the couple, and the normalization of this fact, are together, being able to

appear virtual violence, and this manifested with the following behaviors: the cyber-bullying, jealousy, blackmail, public humiliation, threats, etc., through the network (Estebanez, 2012).

The high time that adolescents dedicate to social networks, increases the pressure to the construction and maintenance of his self-image and relationships, and to the way in which each presents itself to others. They constantly exhibit their life and their image in a public way (Tortojada and Araúna, 2014). The fact that this content of his life is expressed publicly (Boyd, 2008 in Tortojada and Araúna, 2014) entails that all kinds of anonymity are lost, and the fact of not being anonymous contributes to the need to respond to normative expectations, and building a socially desirable identity (Zhao, Grasmuck and Martin, 2008 in Tortajada i Araúna, 2014). In turn, that their publications and presentations must be respond to patterns and expectations, it causes the gender stereotypes to be promoted in these online spaces (Svenngsson, 2008, Valkenburg, Schouten and Peter, 2055 in Tortajada and Araúna, 2014) . In addition, girls are given more pressure to sexualize themselves (Ringrose and Eriksson, 2011 in Tortajada and Araúna, 2014).

It is also the girls who receive comments of a sexual nature in the photographs and comments, and they are also the ones who usually receive friend request along with sexual behavior and sexual harassment, whether by people known or unknown (Estébanez and Vázquez, 2013). Thus, girls in social networks are more vulnerable to virtual violence, says the philosopher Martha Nussbaum in Agencia EFE (2012) saying that the internet has facilitated the harassment of women because it provides anonymity.

Data from *Working to Halt Online Abuses* show that between 2000 and 2012, 72.5% of network abuses were suffered by women. In addition, according to reports from the Government Delegation for Gender Violence in Spain, 60% of women have received insulting, derogatory or sexual comments through social networks by their partner, ex-partner or friends.

Virtual violence is a form of both sexual and symbolic violence and is produced by the right that men believe they have towards women, when sending messages, trying to get photographs, watching over their profiles to extract intimate information, and making use of intimate videos and photographs of girls without their consent (Estébanez and Vázquez, 2013).

Taking into account that the use of technologies continues to reproduce and promote sexism, being girls are who are more exposed to more risks on the Inter-

net, it is a central point for this project, to work the presence in internet of gender differences, sexism, sexist violence and micro-sexism. It is important to work all these aspects with girls, who often suffer negative consequences, as with boys, who can also suffer as well as reproduce sexist behaviors unconsciously.

Organization of the intervention

In the program designed, in addition to some conceptual explanation, mainly the themes are worked with dynamic activities, where young people participate, and worked with everyday situations, as doing so with activities where the participants feel close to the experiences they are proposed and where they are involved, will achieve a greater internalization of what they learn. In order to have this impact and make them aware of it, examples and everyday situations that are close to them and with which they can be feel identified, even with which they may have met in person, will be used. It is also intended that they debate among all, seeing opinions of others, questioning the most widespread social beliefs and reflecting on their own, in turn proposing other ways of identity and relationship, in order to create critical awareness and responsibility to the topics discussed. Audiovisual support will often be used, such as videos, images, film fragments, songs, etc. At the same time, during the sessions, we want to make visible the most subtle sexist manifestations and male violence so that young people can detect and reject them, so that in addition to raising awareness about the existence of micro-sexism, it also can to prevent cases of violence And unequal and abuse relationships.

The sessions to work, are divided into two blocks, one of 8 sessions where the different themes are worked, and one of 5 sessions for the creation and exhibition of a short film by groups. The creation of these sessions are considering into account, on the one hand, the topics to be discussed, and on the other, the calendar of a semester, so that the program can be part of an educational project, either driven from the own schools or from the public administration.

The topics to be addressed in the sessions, as mentioned above, are organized in order from the most general, which would be the patriarchal system, towards concreteness, analyzing patterns, behaviors, stereotypes and myths that underpin this system and lead to violence, also analyzed in a broad way, to concrete forms of



Evaluation and budget

To evaluate the project, will be used three questionnaires. The first, which is answered by the participants, evaluates 66 items before and after the intervention, in order to compare the results and see how the objectives and concepts worked during the project have been achieved.

Secondly, the tutors will assess the intervention with an observational questionnaire of attitudes composed of 19 items and an open question, which will respond before the intervention, when it is completed and 6 months later, in order to see the changes of the attitudes of the participants in short and long term.

The final short film that the participants make, will also be used to evaluate If with that which shows the short film is considered to have been acquired the knowledges and greater awareness, and therefore if the proposed general objective has been achieved, and specifically the specific objective worked In the last sessions (to make adolescents aware of the micro-sexisms that occur through social networks).

The project has a total cost of 2.866,20 euros per class of 30 students, including all expenses (staff and material). There is the option of reducing the costs of the intervention, by carrying out a single external professional, in this way the price per class of 30 students would be 1.416,20 euros.

Conclusions

In order to conclude the presenting and and explanation of the intervention proposal “Estima lliure”, it is remarked again, the social need to address the problem of persistence of male chauvinism among adolescents, taking into account, on the one hand, social networks for his influence and repercussion that it has on their relations, and on the other hand, to work all the themes exposed so that they meditate, integrate and are aware of where it comes from, what it behaves and how sexism are manifested today. In this way they will be able to break the behavior patterns that the patriarchy imposes, which are sexist and imply violence towards women, as well as making visible the chauvinistic behaviors, invisible and socially accepted, being aware of the macho violence they involve. From this proposal, the way to make a real, significant and structural change in socially learned beliefs and behaviors is considered. ✱

subtle violence. It is considered to address a wide range of issues to assimilate the whole process that leads to male violence and its forms of reproduction, as a method for the program implemented to have significant results, involving changes in the attitudes of teens. In this way, during the sessions will be worked: the patriarchal system (1 session), gender stereotypes (2 sessions: in the first will work specifically what these stereotypes, and in the second, the socialization that leads to define the differentiated roles), romantic love (1 session), sexist violence (1 session), micro-sexisms (1 session), and micro-sexisms in social networks (2 sessions: in the first one is directed mainly, and in an introductory way to the theme, to work the identity in the social networks; and the second will focus on the reproduction of macho behaviors in them). Once these 8 sessions are finished, 4 more will be done; during these 4 sessions, the young people will have to make a short film where they show and visualize the macho violence through social networks. This part is more autonomous, since they will have to work by teams and carry out the work on their own, being the sessions to accompany them and guide them. A final space will be used for the contest, where the short films will be shown.

The sessions will be ideally led by a psychologist and a social educator with a gender specialization, even though it is considered too that with a single professional of those mentioned would suffice. In the creation of the short film it would be ideal the support of an audiovisual technician, although this function can be carried out a professor of computer science, technology, or who has the necessary knowledge. The role of tutors will also be relevant in evaluating the effectiveness of the program and how it has influenced the students' behavior, for this reason, the tutors will receive a series of previous knowledge.



Estima lliure

Verònica Gallardo, *Psicòloga*

Introducció

La proposta d'intervenció “Estima lliure” neix de la detecció de la reproducció d'estereotips de gènere i conductes masclistes, a través de les xarxes socials, entre els/les adolescents, en la seva quotidianitat i en les relacions afectiu-sexuals.

Així doncs, es tracta d'un programa per a prevenir i conscienciar de la violència masclista¹ i la seva reproducció a les xarxes socials. L'objectiu principal és conscienciar als adolescents i fer-los visibles els micromasclismes, principalment les seves manifestacions que tenen en les xarxes socials, per tal que siguin capaços de tenir una visió crítica del sexisme existent, poder detectar les formes de manifestació més subtils (micromasclismes) i a l'hora siguin capaços tant de rebutjar-los com de no reproduir patrons masclistes.

En la present presentació del programa d'intervenció, s'exposa més detalladament el problema, també la població a la qual va dirigida la intervenció, així com la manera, els conceptes i l'organització del treball que es pretén fer durant l'execució del projecte.

¹ En aquest text es parlarà de violència masclista com aquella violència exercida cap a les dones per raó de sexe o gènere, atenent a les recomanacions de terminologia de professionals de l'àmbit (Júlia Massip, treballadora social del PIAD d'Horta, xerrada “relacions 2.0 i noves formes de violència masclista”) i basant-nos a l'hora en les reflexions del llibre “Los géneros de la violencia” (Arisó i Mérida, 2010). A més a més, es considera que violència de gènere pot incloure violències per qüestió de gènere més enllà de la violència contra les dones. Tot i que a la literatura actual també s'utilitzen de manera sinònima terminologies com: violència de gènere, violència sexista o violència contra les dones.

El problema detectat

Ens trobem davant d'una generació de joves i adolescents on les relacions sexistes i les desigualtats de gènere segueixen reproduint-se, donant lloc a violències masclistes. Aquesta realitat s'evidencia a través de dades preexistents extretes de fonts secundàries i estudis previs, notícies actuals dels mitjans de comunicació, així com per la pròpia experiència (tant a nivell informal, com amb la participació en tallers dirigits a treballar les violències en les xarxes socials, i enquestant a infants i adolescents on es posa de manifest que les diferències entre homes i dones segueixen presents en els seus imaginaris). El conjunt d'estudis, notícies, experiència i recerca, manifesta l'existència entre els joves i adolescents, de creences que diferencien el món i comportament masculí del femení, la integració de mites sobre l'amor romàntic, així com justificacions de certs comportaments on es perpetua el poder de l'home.

També es troba una alta tendència a acceptar la gelosia i que aquesta comporti control, adaptar conductes o fer renúncies per acontentar la parella, acceptar i/o perdonar comportaments on la dona no ha estat respectada com a tal. A més a més, el llenguatge utilitzat entre els més joves, encara que de vegades amagat sota "la broma", deixa a la dona en una posició subordinada, acomplint el rol tradicional, i en moltes ocasions també sexualitzant-la i cosificant-la; creient-se, els nois, amb més drets sobre elles, quedant les noies culpabilitzades de certs comentaris o actituds contra les mateixes, per la manera de vestir o de viure les relacions i el sexe.

Tenint en compte la gran presència que internet i les xarxes socials tenen en la vida dels joves, és imprescindible analitzar els estereotips de gènere, les conductes sexistes i la violència masclista, en aquests espais. Per a els/les adolescents, les xarxes socials representen una manera de socialització, un espai de relació, integrant sovint el món virtual en el món real. La connexió i l'ús on-line continu i 24h al dia, permet estar en contacte directe en qualsevol moment amb les amistats, mostrar en tot permanentment el que fas, amb qui ho fas, on ho fas, com se senten, i les relacions sentimentals. I aquestes relacions on-line a les xarxes, no queden excloses del masclisme; es detecta la reproducció de les conductes anteriorment exposades, en les noves tecnologies, principalment a través de les xarxes socials. De fet, aquestes eines que dona la tecnologia són molts cops emprades precisament per augmentar el control constant sobre la parella així com per menysprear i denigrar públicament les noies, o per assetjar virtualment.

Segons Díaz-Aguado a Olías (2015) les conductes de violència masclista s'estan donant de manera significativa entre els/les joves a causa de la possibilitat de control que representen les xarxes socials i els mòbils. Aquests permeten tenir una comunicació directa i instantània amb l'altra persona, i es pot utilitzar per controlar a l'altre, ja que es pot saber a quin lloc i amb quines persones està algú, l'última hora a la qual s'ha connectat, o si ha llegit el missatge enviat. Només cal fixar-nos en algunes dades per adonar-nos de com aquestes tecnologies fomenten la violència masclista, com les de l'estudi sobre el ciberassetjament del 2013 que cita la secretària d'Estat de Serveis Socials i Igualtat, Susana Camarero a Vidales (2015) que posen de manifest que "el 60% dels joves reconeixen haver rebut algun missatge amb insults masclistes de la seva parella".

La població objectiu

La intervenció està dissenyada per a dur-la a terme en classes de 3r d'E.S.O. El treball de prevenció i conscienciació proposat es centra en aquesta franja d'edat donat que es tracta d'una etapa vital on es posen en marxa i es forgen les concepcions d'amor, relacions i parella, i sexualitat. A més a més, és el moment en què els/les adolescents construeixen la seva identitat, inclosa la de gènere, i els models en els que es basin per fer-ho, són claus.

Juntament amb què es detecta una molt baixa visibilització dels micromasclismes entre els nois i noies, es considera un moment clau per intervenir.

Considerant especialment important en aquesta etapa, treballar, analitzar i qüestionar el funcionament social que crea les desigualtats entre homes i dones, així com posar èmfasi en educar en la igualtat.

Com treballar-ho?

Ens trobem doncs, davant la necessitat d'abordar, en les noves generacions, aquests esquemes patriarcal que perpetuen les desigualtats, perquè aquests/es joves integrin models de comportament de gènere i una visió de la societat i les relacions més igualitària.

En el projecte present, es considera, que perquè els joves prenguin una consciència real i trenquin amb la reproducció d'aquests esquemes, estereotips i comportaments, cal, per una banda involucrar tant a nois com a noies, i per altre educar des de l'arrel, visualitzant l'origen del problema i la naturalització que la societat en

fa d'aquest, mostrant a l'hora altres patrons alternatius. Per aquest motiu, en el programa es presenta el cicle de sessions, treballant de manera més general l'arrel del problema, fins a temàtiques més concretes que permetin precisar i exemplificar les conductes en què es manifesta la violència masclista; finalitzant amb la realització del curtmetratge sobre "masclismes i violència masclista a través de les xarxes socials" per a reflexionar, interioritzar i implicar als/les joves.

Així doncs es pretén arribar a l'objectiu treballant i visualitzant la base del problema, és a dir, el model patriarcal i els mecanismes que els sustenten, com els estereotips de gènere i els mites de l'amor romàntic, i com aquests es transmeten i manifesten socialment; centrant el treball amb els/les adolescents en la visualització, reflexió i conscienciació d'aquells mecanismes i conductes més subtils i difícils de reconèixer, però que estan presents i reproduïxen una societat sexista i masclista. Des d'aquesta proposta, es considera que trencar amb els patrons i esquemes patriarcals tradicionals, és la base per aconseguir una societat i uns models de relacions igualitaris i lliures de violència masclista, tant en les interaccions off-line com en les on-line.

Per abordar el problema d'aquesta manera, i treballar tots els temes i conceptes esmentats, de més genèric a més concret, els objectius específics que la intervenció pretén aconseguir, són els següents:

- Donar a conèixer el sistema patriarcat i les imposicions i opressions que implica.
- Treballar els estereotips home-dona i el sexisme que aquests provoquen.
- Reflexionar sobre els mites de l'amor romàntic i com aquests poden justificar certes conductes masclistes.
- Conscienciar sobre l'existència de diferents tipus de violència masclista, com la violència simbòlica o l'estructural, present en els micromasclismes.
- Visibilitzar i conscienciar als/les adolescents sobre els micromasclismes, sobretot en les xarxes socials i noves tecnologies:
 - Treballar exemples de micromasclismes, que ens podem trobar diàriament tant a la societat, mitjans de comunicació, publicitat, pel·lícules, videojocs..., així com en la parella i relacions interpersonals.
 - Analitzar situacions i exemples de micromasclisme que es donen a través de les xarxes socials.

Els conceptes a treballar

A continuació s'exposen, de manera teòrico-conceptual, els conceptes principals en què es basa la intervenció, essent aquells que es vol treballar amb els/les adolescents durant les sessions.

EL SISTEMA PATRIARCAL

Des de la cultura dualista, on cada component del sistema té un oposat i com a conseqüència es produeix una jerarquització, home i dona han estat components oposats, donant lloc a una jerarquització on l'home i la "cultura masculina" es considera superior, i la dona i la "cultura femenina" inferior (Mayobre, 2009). Ubicant doncs, a l'home com a superior, a aquests se'ls concedeix el dret a decidir per la dona i a poder exigir-li, alhora que fa que la dona se senti obligada a complir allò que se li exigeix (Bonino, 2004). Ens trobem doncs en una societat patriarcal, on la conceptualització del món sempre ha estat masculina.

Aquesta realitat que col·loca a homes i dones en llocs diferents de poder ha creat al llarg de la història grans desigualtats que, sobretot, han patit les dones quedant sotmeses al control de l'home. A més a més, la cultura endocèntrica del patriarcat ha situat en el centre la masculinitat, el món ha estat estudiat i construït des dels homes, quedant invisibilitzades les veus i aportacions de les dones.

EL SISTEMA SEXE-GENERE

Una de les principals formes de sustentació i reproducció del patriarcat és el sistema sexe-gènere. El sexe correspon a com hem nascut biològicament, i el gènere masculí o femení a un aprenentatge social associat a cada sexe. La societat patriarcal en què ens trobem assigna a cada un dels dos sexes, un gènere, i a cada gènere unes característiques específiques i diferenciades de l'altre. Aquestes característiques són els estereotips de gènere, que ens dicten quin rol hem de complir dins la societat depenent de si hem nascut dona o home, és a dir quin, quan i com ha de ser el nostre comportament (Barbé, Carro i Vidal, 2014 i Aguado, 2003).

Aquestes expectatives de comportament associades a l'home i a la dona, no són quelcom natural ni biològic, sinó una representació cultural d'idees, prejudicis, valors, interpretacions, normes, deures, mandats i prohibicions sobre la vida dels homes i les dones (Del Valle, 2002 a Colás i Villaciervos, 2007). Fina Sanz, a Barbé, Carro i Vidal (2014), es refereixen a aquesta diferenciació de rols en termes de subcultura masculina i subcultura femenina. Els valors i actituds de la cultura

masculina, és a dir allò que s'espera dels homes és, per exemple, la fortalesa, la decisió, l'activitat, el món productiu... mentre que de la dona s'espera que sigui tendra, emocional, dubtosa, més passiva, reproductora...

Els rols de gènere i estereotips els aprenem des de ben petits, socialitzant-nos en un món i una educació sexista, diferent depenent de si som nens o nenes, i construint d'acord amb aquests, la identitat de gènere, que alhora influeix directament en la manera de veure el món, de pensar, comportar-nos i relacionar-nos (Jiménez, 2005 a Colás i Villaciervos, 2007). En la societat, es rep des de petits, que les nenes han de vestir de rosa, ser presumides, disfressar-se de princeses i jugar a "coses de nenes", més femenines i delicades, han de ser sensibles, inclús porugues, quelcom que les converteix en dèbils i necessitades de l'altre, de l'home. En canvi, l'home des de nen ha de ser fort, no plorar, no queixar-se, ser valent i jugar a "jocs de nens", sovint més arriscats i bèsties; i posteriorment, amb la fortalesa que el caracteritza, complementar la debilitat de la dona.

D'una banda, la societat castiga, estigmatitzant i rebutjant, a qui surt del rol imposat i no compleix amb les expectatives del gènere al quan correspon. D'altra banda, el sistema sexe-gènere està jerarquitzat i té més poder allò que correspon al món masculí. El gènere masculí esdevé el dominant, les seves característiques estan més valorades, en canvi, el gènere femení queda reduït i invisible, i es considera "fer coses de dones" com quelcom de menys categoria (Barbé, Carro i Vidal, 2014).

A més a més, el rol de la dona sempre ha estat relacionat amb la cura de l'altre, la mare i cuidadora, induint-la d'aquesta manera a ser per als altres, i acomplir la seva funció la col·loca en un estatus inferior. Un altre estereotip que ha de complir la dona és el de ser objecte de desig dels homes, quelcom que la torna a col·locar sota el poder d'un home (Mayobre, 2009).

Aquest repartiment de rols apresos des de petits és el primer que es considera necessari canviar, començant pels més joves, perquè puguin créixer amb uns esquemes de comportament que no estiguin dividits segons el sexe amb el qual has nascut i d'aquesta manera, en igualtat real, reduir moltes de les violències, tant visibles com invisibles que existeixen cap a les dones.

L'AMOR ROMÀNTIC

Una altra causa per la qual les diferències de gènere continuen vigents és la creença en l'amor romàntic i els seus mites. És un discurs que continua present a la societat i que se segueix repetint entre les noves generacions, actualitzant-se i reformulant-se, en gran mesura a través de les pel·lícules, sèries de televisió, etc., però amb la mateixa base.

L'amor romàntic és un sentiment idealitzat, percebut socialment com a únic amor vàlid i, on el desig i la passió sexual són el motor de les accions (Blanco, 2014). Aquesta creença té un paper fonamental en el manteniment i perpetuació de la subordinació social de les dones, i a més a més, pot portar a la violència masclista (Estevan, Medina i Távora, 2004 a Blanco, 2014).

La idea que transmet aquesta concepció de l'amor és la de què es necessita el sentiment amorós per a ser feliç, autorealitzar-se i no estar sol/a, comportant la necessitat de l'altre i les dependències entre la parella (Herrera, 2009 a Blanco, 2014). Aquesta concepció no té una base igualitària perquè es fonamenta en la dependència emocional cap a l'altra persona, normalment de la dona cap a l'home, ja que el sistema patriarcal educa a les dones per ser complementàries de l'altre, ja sigui la parella, la família, etc., però mai com a éssers individuals i independents que poden autorealitzar-se i ser felices sense necessitar a l'altre (Blanco, 2014).

Alguns dels mites més comuns que es transmeten a partir del discurs de l'amor romàntic i que justifiquen dependències i altres actituds no igualitàries i masclistes són, segons Blanco (2014): la mitja taronja (tots tenim a alguna persona predestinada per a nosaltres), la passió eterna (la passió inicial ha de durar tota la vida), l'omnipotència (l'amor tot ho pot), la gelosia i els





comportaments controladors derivats d'aquesta com a mostra d'amor, i la violència i el patiment com a compatibles amb l'amor.

Ja integrat en el comportament com es suposa que aquest ha de ser segons el sexe biològic, els adolescents amb facilitat mitifiquen les relacions i el paper que home i dona tenen en elles. Amb aquestes creences comencen a forjar la seva identitat i mantenir les seves primeres trobades amoroses, per això és una etapa on és molt important incidir i treballar aquests aprenentatges per modificar-los i que no iniciïn les seves primeres relacions amb els esquemes i prototips tradicionals i sexistes.

VIOLÈNCIA MASCLISTA

S'entén la violència masclista com tota acció que coacciona o limita la llibertat i dignitat de la dona, atemptant contra la seva autonomia personal. Cal aclarir que la violència masclista es dona dels homes cap a les dones pel fet de ser dones, aprofitant la situació de poder i superioritat en què es troben per sotmetre la dona (Bonino, 1998).

Podem distingir entre violència explícita i violència implícita. La violència explícita és aquella més objectiva i visible, es tracta de la violència física (assassinats i agressions), i de la violència sexual (agressions i abusos sexuals, tracta i explotació sexual, assetjaments, mutilació genital femenina...). Aquests tipus de violència són la cara més dramàtica de la violència contra les dones i també la més reconeguda. Actualment és una violència que socialment és denunciada i deslegitimada, i té reconeixement legislatiu (Caro, Fernandez, Garaizabal, González, Habas, Parra, i Vaquero, 2015).

També existeix una violència implícita, subtil, més difícil de detectar com a tal, menys coneguda i reconeguda, sovint inclús es tracta de comportaments socialment normalitzats, a més de justificats, a causa de la integració que s'ha fet dels rols de gènere i en nom de l'amor romàntic. La violència psicològica (amenaces, crits, insults, humiliacions, menyspreu, ignorar, culpabilitzar) i econòmica (impagament de pensions, control econòmic, feminització de la pobresa) es troba en el llindar entre explícit i implícit, ja que hi ha comportaments que la fan evident com a violència, però altres queden ocults. La violència estructural (publicitat i llenguatge sexista), la simbòlica (micromasclismes, humor sexista, misogínia) i la institucionalitzada (discriminació per sexe i/o gènere, desigualtats legals, inhibició legal) queden invisibilitzades, legitimant i naturalitzant la violència masclista, sempre sustentada per la societat patriarcal. (Àlvarez i Vegué, 2015).

Aquests tipus de violències invisibles i poc reconegudes socialment reproduïxen els estereotips imposats i perpetuen el rol tradicional de la dona i de l'home, seguint doncs imposant el poder de l'home per sobre la dona i sotmetent-la. També atempten, encara que de manera emmascarada i subtil, contra la llibertat de la dona i contra la seva dignitat, en moltes ocasions hipersexualitzant-la i cosificant-la. Amb aquest tipus de violència es segueix sustentant el patriarcat i les desigualtats que comporta, així com l'objectiu masclista de tenir el poder per sobre la dona. És precisament aquest, el mecanisme de reproducció que té el patriarcat, la invisibilització, el silenci, el fet de que si no es fa esment, no existeix; comportant que no es reconegui una es-

estructura social jeràrquica ni els instruments de dominació de l'home i submissió de la dona (Mayobre, 2009).

ELS MICROMASCLISMES

Actualment el patriarcat i el sexisme es reproduïx i es manté a través dels micromasclismes, una dominació masculina més invisible, menys perceptible, però que atempta a l'autonomia de la dona. Es tracta d'una dominació quasi quotidiana, amb comportaments normalitzats i en el límit de l'evidència, que inclús moltes dones no perceben (Mayobre, 2009), però que segueix sent una dominació amb l'objectiu tradicional del patriarcat: que l'home imposi a la dona la seva raó, desitjos i interessos en la vida quotidiana, mantenint els rols tradicionals de gènere, garantint el control sobre la dona i perpetuant la injusta distribució de drets i oportunitats, conservant així el seu estatus de superioritat que li atribueix més avantatges, comoditats i drets (Bonino, 2004).

Aquestes pràctiques de violència i dominació "invisibles" estan gravades, com a efecte de la socialització per gènere, en el model masculí que els homes han après, el model associat al seu sexe. A més a més, part

d'aquests homes que tenen aquest tipus de conductes no són aquells que socialment es considerarien violents, abusadors, controladors o masclistes. Per aquest motiu alguns dels comportaments no són intencionats, ni planificats, sinó que són actituds incorporades en el seu aprenentatge de "ser un home", contrari al que s'aprèn del que "ha de ser una dona"; no obstant altres comportaments sí que són conscients, i es tracta d'habilitats per situar-se intencionadament en un lloc preferent de domini i control que reafirmi el paper tradicional de l'home i de la dona (Bonino, 2004).

EL SEXISME I ELS MICROMASCLISMES A L'ADOLESCÈNCIA

Com s'ha vist anteriorment, els estereotips i comportaments diferenciats, així com les creences en l'amor romàntic, segueixen presents en els/les joves, donant lloc a relacions no igualitàries i comportaments sexistes entre ells/elles.

Les següents dades corroboren la existència de conductes masclistes, l'existència de rols de gènere i creences en l'amor romàntic, així com la perpetuació de la violència en les relacions entre els/les adolescents:

Atribució de característiques com sensible, tendre, treballadora i preocupades per la imatge, a les noies, i característiques com dinamisme, actius, superficials, no emocionals, als homes (San Julián a Sen, 2015).
Freqüent i greu violència exercida dels nois cap a les noies amb intimidació, control emocional i violència verbal i física. (Calderón a Sen, 2015).
El 60% de les adolescents han rebut missatges amb insults masclistes de la seva parella (Camarero, a Vidales, 2015).
Els nois pensen fer menys feines domèstiques (Aguado, 2003).
Creença de la "dona objecte" no superada entre els adolescents (Aguado, 2003).
Poc coneixement sobre els problemes de discriminació per gènere i violència masclista (Aguado, 2003).
El 60 % dels nois consideren que han de protegir a "la seva noia" (Calderón a Sen, 2015).
El 32% dels/les adolescents troba normal l'existència de gelosia (Calderón a Sen, 2015).
Poc reconeixement, i difícil detecció i denúncia de conductes masclistes (Blanco, 2014).
Acceptació de la violència del control: 1 de cada 3 joves d'entre 15 i 29 anys, troben acceptable que la parella controli els horaris, impedeixi que vegi a amics o familiars, i decidir què poden o no poden fer (CIS, a Olias, 2015).
Acceptació de la gelosia com a prova d'amor, el control en la manera de vestir i el control de les xarxes socials i dispositius mòbils de la parella (Blanco, 2014).

D'acord amb les dades exposades, es pot afirmar la necessitat de treballar amb els adolescents per trencar

amb els estereotips atribuïts a cada sexe i donar-los eines per detectar els micromasclismes.



ELS MICROMASCLISMES A TRAVÉS DE LES XARXES SOCIALS

Per a analitzar la perpetuació del sexisme i les formes més ocultes de dominació que segueixen presents en els/les adolescents, és important posar el punt de mira en el seu món i el seu funcionament i tenir en compte que utilitzen, es relacionen i es comuniquen diàriament a través de les noves tecnologies, principalment amb les xarxes socials.

Com s'ha exposat anteriorment, els/les joves es relacionen i socialitzen a través de les xarxes socials, sense fer separació del món virtual i del món real. La incorporació de l'internet al telèfon mòbil i l'ús que poden fer d'ell les 24h ha canviat la concepció d'ús, entenent-ho ara com un espai de relació i no tant com una eina.

En l'edat i moment vital en que es troben, en els/les adolescents sorgeixen dues necessitats: crear la identitat i comunicar-se. Creen la seva pròpia identitat, definint-se com a persones, creant un espai propi i privat, i creen la seva autonomia emancipant-se dels pares i passant a ser els amics i grup d'iguals els seus referents; i el mòbil i les xarxes socials els hi dona l'oportunitat de tenir aquest contacte amb els amics en tot moment. També permeten donar resposta a la necessitat de comunicar-se, expressar-se, cercar informació d'interès, construir la seva xarxa social de valors, normes i comportaments (Battle, 2007 a García y Montferrer, 2009).

Previ a analitzar les qüestions que relacionen les violències contra la dona i les xarxes socials, especifiquem que les més utilitzades i generalitzades entre els/les adolescents són el Facebook, l'Instagram, el Snapchat i el WhatsApp (Bernabeu, 2016).

Cal esmentar, per una banda, l'augment de l'ús de les tecnologies per a propòsits d'assetjament i de violència, i per altra banda, la importància que tenen també les noves tecnologies en la perpetuació de les diverses formes de masclisme i violència masclista entre els/les joves (Villegas, Súrria i Rosser, 2014). Les conductes exposades anteriorment, no estan doncs, absents en les xarxes socials ni en els missatges a través de noves tecnologies, i de fet a través de les xarxes socials sovint es perpetuen i faciliten. Entre els/les joves sembla acceptable que la parella controli amb qui parles pel mòbil, a qui tens d'amics a les xarxes socials, a qui agreges o quines fotografies penges, on i amb qui ets, exigir que l'altra persona hagi de contestar al moment els missatges i retreure no haver-ho fet, exigir també tenir accés a les contrasenyes personals justificat com a mostra d'amor, etc. (Estébanez, 2012). Es tracta d'un tipus de violència masclista, concretament una violència psicològica basada en el control (Vi-

llegas, Síria i Rosser, 2014). Per últim afegir que, en una xarxa poc protegida, on s'ajunten la desprotecció emocional de la víctima enfront del control excessiu de la parella i la normalització d'aquest, pot aparèixer la violència virtual, que es manifesta amb les següents conductes: el ciberassetjament, la gelosia, els xantatges, les humiliacions públiques, les amenaces, etc., a través de la xarxa (Estébanez, 2012).

L'elevat temps que els/les adolescents dediquen a les xarxes socials augmenta la pressió per la construcció i el manteniment de l'autoimatge i les relacions, i per la manera en què cadascú es presenta als altres. Constantment exhibeixen la seva vida i la seva imatge de manera pública (Tortajada i Araüna, 2014). El fet que aquest contingut de la seva vida s'expressi públicament (Boyd, 2008 a Tortajada i Araüna, 2014) comporta, conseqüentment, que perdi tot tipus d'anonimat, i el fet de no ser anònim contribueix a la necessitat de respondre a expectatives normatives i a la construcció d'una identitat socialment desitjable (Zhao, Grasmuck i Martin, 2008 a Tortajada i Araüna, 2014). El fet que amb les seves publicacions i presentacions hagin de respondre a patrons i expectatives provoca que en aquests espais on-line es promoguin els estereotips de gènere (Svenngsson, 2008; Valkenburg, Schouten i Peter, 2005 a Tortajada i Araüna, 2014). A més a més, les noies reben més pressió per sexualitzar-se i objectificar-se (Ringrose i Eriksson, 2011 a Tortajada i Araüna, 2014).

Són les noies també, les que reben comentaris de caràcter sexual en les fotografies i els comentaris, i també són elles les que reben habitualment sol·licitud d'amistat junt a comportaments sexuals i assetjament sexual, sigui de persones conegudes o desconeguts (Estébanez i Vázquez, 2013). Així doncs, les noies a les xarxes socials tenen més vulnerabilitat a patir violència virtual, com afirma la filòsofa Martha Nussbaum a Agència EFE (2012) al dir que internet ha facilitat l'assetjament de les dones perquè proporciona anonimat.

Les dades de Working to Halt Online Abuses mostren que, d'entre l'any 2000 i el 2012, el 72'5% dels abusos a la xarxa van ser patits per dones. A més a més, segons informes de la Delegació del Govern per a la Violència de Gènere a Espanya, el 60% de les dones han rebut comentaris insultats, despectius o de caràcter sexual a les xarxes socials, per part de la seva parella, exparella o amics.

La violència virtual és una forma tant de violència sexual com simbòlica i ve donada pel dret que es prenen els homes cap a les dones, a l'hora d'enviar missatges, intentar aconseguir fotografies, vigilar els seus perfils

per extreure informació íntima, i fer ús de fotografies i vídeos íntims de noies sense el consentiment d'aquestes (Estébanez i Vázquez, 2013).

Tenint en compte que l'ús de les tecnologies segueix reproduint i fomentant el sexisme, essent les noies qui estan exposades a més riscos a internet, és un punt central per aquest projecte, treballar la presència a internet de les diferències de gènere, el sexisme, la violència masclista i els micromasclismes. Es dona importància a treballar tots aquests aspectes tant amb les noies, que sovint pateixen les conseqüències negatives, com amb els nois, que també poden patir-les així com reproduir conductes sexistes inconscientment.

Organització de la intervenció

En el programa dissenyat, a més a més d'alguna explicació conceptual, principalment es treballen les temàtiques amb activitats dinàmiques, on els/les joves participin, i treballant amb situacions quotidianes, ja que fent-ho amb activitats on els/les participants es sentin propers a les experiències que es proposen i on s'involucrin, s'aconseguirà una major interiorització d'allò que aprenen. Perquè tingui aquest impacte i aconseguixi sensibilitzar-los també s'utilitzaran exemples i situacions quotidianes, que els hi siguin properes i amb les que puguin sentir-se identificats/des, inclús amb les que hagin pogut torbar-se personalment. També es pretén que debatin entre tots/es, veient opinions d'altres, qüestionant les creences més esteses socialment i reflexionant sobre les pròpies, posant de manifest altres maneres d'identitat i de relació, amb la finalitat que creïn consciència crítica i responsabilitat vers els temes tractats. Sovint es farà ús de suport audiovisual, com vídeos, imatges, fragments de pel·lícules, cançons, etc. Alhora, durant les sessions, es vol visibilitzar les manifestacions sexistes i de violència masclista més subtils per tal que els/les joves puguin detectar-les i rebutjar-les, de manera que a més de conscienciar sobre l'existència de micromasclismes, també es volen prevenir casos de violència i relacions desiguals i d'abús.

Les sessions per a treballar-ho, es divideixen en dos blocs, un de 8 sessions on es treballen els diferents temes, i un de 5 sessions per la creació i exposició d'un curtmetratge per grups. La creació d'aquestes sessions ha estat pensada tenint en compte, d'una banda, els temes a tractar, i per altra banda, el calendari d'un semestre lectiu, per tal que el programa pugui formar part d'un projecte educatiu, be sigui impulsat des de les pròpies escoles, o des de l'administració pública.

Els temes que abordarem en les sessions, com s'ha esmentat anteriorment, estan organitzats per ordre des d'allò més general, que seria el sistema patriarcal, cap a la concreció, anant analitzant patrons, conductes, estereotips i mites que sustenten aquest sistema i porten a la violència, analitzada també de manera àmplia, fins arribar a formes concretes de violència subtil. Es considera abordar un ampli ventall de temàtiques amb les quals es vol aconseguir que s'assimili tot el procés que porta a la violència masclista i les seves formes de reproducció, com a mètode per a què el programa implementat tingui resultats significatius, comportant així canvis en les actituds dels/les adolescents. Així doncs, durant les sessions es treballarà: el sistema patriarcal (1 sessió), els estereotips de gènere (2 sessions: en la primera es treballarà específicament quins són aquests estereotips, i a la segona, la socialització que porta a definir aquests rols diferenciats), l'amor romàntic (1 sessió), la violència masclista (1 sessió), els micromasclismes (1 sessió) i els micromasclismes a les xarxes socials (2 sessions: la primera està dirigida principalment, i de manera introductòria a la temàtica, a treballar la identitat a les xarxes socials; i la segona se centrarà en la reproducció de conductes masclistes en aquestes). Un cop acabades aquestes 8 sessions, es realitzaran 4 més; durant aquestes 4, els joves hauran de realitzar un curtmetratge on es mostri i visualitzi la violència masclista a través de les xarxes socials. Aquesta part és més autònoma, ja que hauran de treballar en equips i hauran de fer feina pel seu compte, sent les sessions per acompanyar-los i orientar-los. S'usarà un últim espai per al concurs on s'exposaran els curtmetratges realitzats.

Les sessions seran dirigides idealment, per un/a psicòleg/a i un/a educador/a social amb especialització en gènere, tot i que es considera que amb un/a únic/a professional dels esmentats seria suficient. En la creació del curtmetratge seria ideal el suport d'un tècnic audiovisual, tot i que aquesta funció la pot realitzar un/a professor/a d'informàtica, tecnologia, o que tingui els coneixements necessaris. El paper dels tutors també serà rellevant a l'hora d'avaluar l'eficàcia del programa i com aquest ha influït en les conductes dels/les alumnes, per aquest motiu, rebran una sèrie de coneixements previs.

Avaluació i pressupost

Per avaluar el projecte s'utilitzaran 3 qüestionaris. El primer, que és respost pels/les participants, avalua 66 ítems abans de la intervenció i un cop finalitzada, per poder comparar els resultats i veure l'assoliment dels objectius i els conceptes treballats durant el projecte.

Segonament, els/les tutors/es valoraran la intervenció amb un qüestionari observacional d'actituds compost de 19 ítems i una pregunta oberta, que respondran abans de la intervenció, quan hagi finalitzat i 6 mesos després, per tal de poder veure els canvis en les actituds dels participants tant a curt com a llarg termini.

El curtmetratge final que els participants realitzin, també servirà per a avaluar si amb allò que mostra el curtmetratge es considera que s'han adquirit els coneixements i més conscienciació, i per tant si s'han aconseguit l'objectiu general proposat, com concretament l'objectiu específic treballat en les últimes sessions (visibilitzar i conscienciar als adolescents dels micromasclismes que es donen a través de les xarxes socials).

El projecte té un cost total de 2.866'20€ per classe de 30 alumnes, incloent-hi totes les despeses (de personal i material). Existeix l'opció de reduir el cost de la intervenció, duent-la a terme un/a únic/a professional extern, d'aquesta manera el preu per classe de 30 alumnes seria de 1.416'20€.

Conclusions

Per concloure la presentació i explicació de la proposta d'intervenció "Estima lliure", es remarca de nou, la necessitat social d'abordar la problemàtica de la persistència del masclisme entre els adolescents, tenint en compte, d'una banda, les xarxes socials per la influència i repercussió que té en les seves relacions, i d'altra banda, treballar totes les temàtiques exposades perquè reflexionin, integrin i es consciencien d'on ve, què comporta, i com es manifesta el masclisme actualment. D'aquesta manera podran trencar els esquemes de comportament que el patriarcat imposa, que són sexistes i suposen violència cap a la dona, així com visibilitzar les conductes masclistes invisibilitzades i acceptades socialment, essent conscients de la violència masclista que comporten. Des d'aquesta proposta, es considera la manera de fer un canvi real, significatiu i estructural en les creences i els comportaments socialment apresos. ✨

Bibliografía / References

- Álvarez, M., y Vegué, M. (2015). En *jornades Mirades: Visibilitzant la violència masclista*. Barcelona: Caixaforum.
- Araüna, N., y Tortajada, I. (2014). Ser noia a l'era de les xarxes socials. *Anàlisi. Quaderns de Comunicació i Cultura*, 50, 117-129. Recuperado el día 3/02/2016 en <http://artnodes.uoc.edu/index.php/analisi/article/download/n50-tortajada-arauna/n50-tortajada-arauna-cat>
- Arisó, O., y Mérida, R. (2010). *Los géneros de la violencia*. Barcelona: Egales.
- Barbé, A., Carro, S., y Vidal, C. (2014). *La construcción de las identidades de género. Actividades para trabajar con jóvenes y adolescentes*. Madrid: Catarata.
- Bernabeu, J. (2016). I si ens passem tot el dia connectats, què? En *cicle de conferències: Adolescents, Intentem entendre'ls*. Barcelona: Teatre de Sarrià.
- Blanco, M.A. (2014). Implicación del Uso de las Redes Sociales en el Aumento de la Violencia de Género en Adolescentes. *Comunicación y medios*, 30, 124-141. Recuperado el día 19/12/2015 en <http://comunicacionymedios.uchile.cl/index.php/RCM/article/viewFile/32375/37657>
- Bonino, L. (2004). Micromachismos: la violencia invisible en la pareja. *La Cibeles*, 2. Recuperado el día 19/12/2015 en http://www.joaquimontaner.net/Saco/dipity_mens/micromachismos_0.pdf
- Caro, M.A., Fernández, F., Garaizabal, C., González, B., Habas, P., Parra, N., y Vaquero, C.J. (2015). *Buenos tratos: prevención de la violencia sexista*. Madrid: Taiaasa.
- Colés, P., y Villaciervos, P. (2007). La interiorización de los estereotipos de género en jóvenes y adolescentes. *Revista de Investigación educativa*, 25, 35-58. Recuperado el día 16/12/2015 en <http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/96421/92631>
- Díaz-Aguado, M.J. (2003). Adolescencia, sexismo y violencia de género. *Papeles del Psicólogo*, 84. Recuperado el día 16/12/2015 en <http://adolescentesinviolenciadegenero.com/download/docentes/adolescencia-sexismo-y-violencia-de-genero.pdf>
- Estébanez, I. (2012). Del amor al control a golpe de click. La violencia de género en las redes sociales. En *jornada "Sensibilitzación sobre Violencia de Género*. Cabildo de Lanzarote. En *jornades "Violencia en género de dudas?"*. Lizzara. En *jordanes de igualdad "Que no te ciege el maltrato"*. Portugalete. Recuperado el día 16/12/2015 en <http://minoviomecontrola.com/ianire-estebanez/Ponencia.Del-amor-al-control-a-golpe-de-click.-La-violencia-de-genero-en-las-redes-sociales.Ianire-Estebanez.pdf>
- García, C., Monferrer, J. (2009). Propuesta de análisis teórico sobre el uso del teléfono móvil en adolescentes. *Revista científica de Educomunicación*, 33, 83-92. Recuperado el día 20/01/2016 en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15812486010>
- Mayobre, P. (2009). Micromachismos invisibles. Los otros rostros del patriarcado. En *ponència presentada en el VI Congreso Estatal de Isonomía sobre la Igualdad entre Mujeres y Hombres. "Miedos, culpes, violencias invisibles y su impacto en la vida de las mujeres: ¿A vueltas con el amor!"* Castellón de la Plana. Recuperado el día 16/12/2015 en <http://www.rebellion.org/noticia.php?id=116427>
- Olías, L. (28 de enero de 2015). La idea del amor romántico entre los jóvenes disfraza de cariño la violencia machista. *Eldiario.es*. Recuperado el día 13/02/2016 en http://www.eldiario.es/sociedad/control-pareja-violencia-jovenes-espanoles_0_350665513.html
- Sen, C. (11 de septiembre de 2015). El control, la posesión y la violencia arraigan en las parejas de adolescentes. *La vanguardia*. Recuperado el día 13/02/2016 en <http://www.lavanguardia.com/pr/vida/20150911/54435213865/control-posesion-violencia-arraigan-parejas-adolescentes.html>
- Vidales, R. (27 de enero de 2015). Una de cada tres jóvenes considera aceptable que su pareja la controle. *El País*. Recuperado el día 13/02/2016 en http://politica.elpais.com/politica/2015/01/27/actualidad/1422363044_535263.html
- Villegas, E., Suría, R., y Rosser, A. (2014). Machismo a golpe de Whatsapp. El móvil: mecanismo de violencia sexista en los estudiantes universitarios. En *XII Jornadas de Redes de Investigación de Docencia Universitaria. El reconocimiento docente: innovar e investigar con criterios de calidad*. Alicante. Recuperado el día 20/01/2016 en <http://web.ua.es/va/ice/jornadas-redes-2014/documentos/comunicacions-posters/tema-5/392149.pdf>

Low Threshold Journal

Se hace necesario que los grupos que trabajan con proyectos de bajo umbral tengan la oportuna difusión para intercambio con otros equipos y personas interesadas.

Lowthreshold Journal se brinda a ello dispuesto a recoger las experiencias de estos grupos y ponerlas a disposición de la comunidad científico y social a través de una plataforma comunicativa multilingüe. La forma de contactar es a través de lowthresholdjournal.org, donde se va a plantear la forma de llevar a cabo la comunicación y la difusión.

Es fa necessari que els grups que treballen amb projectes de baix llindar tinguin l'oportuna difusió per intercanvi amb altres equips i persones interessades.

Lowthreshold Journal es brinda al respectes, disposat a recollir les experiències d'aquests grups i posar-les a disposició de la comunitat científic i social mitjançant una plataforma comunicativa multilingüe. La forma de contactar és a través de lowthresholdjournal.org, on es planteja la forma de dur a terme la comunicació i la difusió.

It is necessary that the groups working with low-threshold projects are appropriately disclosed to exchange with other teams and stakeholders.

LowthresholdJournal is ready to collect experiences of these groups and make them available to the scientific and social community through a multilingual communication platform. The way to contact is through lowthresholdjournal.org, where it will consider how to carry out the communication and diffusion.

SUMARIS/SUMARIOS/SUMMARIES

Low Threshold Journal; 2013. Vol 1, nº 1

- Editorial. ¿Qué haces cuándo no estás conmigo? Lorena Andreo, Jessica Camí, Patricia Díaz, Carla Nasarre, Igor Bacovich, Rosa Kistmacher, Montse Grífols, Jordi Delás, Margarita Águas, Olga Díaz, Dito Eningo.
- Consumidores de largo recorrido. Queralt Caballero, Ruth Martín Pujol, Núria Pijuan i Panadés, Margarita Aguas
- Síndrome post consumo agudo de cocaína. Lorena Andreo
- Uso y abuso de benzodiazepinas. Igor Bacovich, Verónica González Hernández
- Transexuales. Jessica Camí
- Consumidores de drogas italianos en Barcelona. Tania Farci, Rosa Kistmacher

Low Threshold Journal 2014; vol 2, nº 1



- Editorial. Consensus document Recomendaciones dirigidas a la prevención y abordaje del VIH y del sida en personas usuarias de drogas en situación de exclusión social. Documento de consenso Valencia 2011. / Recommendations aimed at preventing and tackling HIV and AIDS in drug users in social exclusion. Valencia 2011, consensus document.

- Experience Aula de formación. Proyecto pedagógico para usuarios de drogas Experience Training classroom in Barcelona. An experience of two years
- Experience Educación compartida en un servicio de atención a usuarios de drogas en activo. Experiencias de un equipo multidisciplinar / Shared education in a center for drug users - Experiences of a multidisciplinary team
- Meeting Euro Harm Reduction Meeting. Amsterdam 2 and 3, October 2014

- Guía de buenas prácticas en los Programas de Intercambio de Jeringas / Guia de bones pràctiques en els Programes d'Intercanvi de Xeringues / Guide to good practice in Syringe Exchange Programs
- Consumo de sustancias y otras conductas de riesgo en prisión / Consum de substàncies i altres conductes de risc a presó / Substance use and other risk behaviors in prison
- Evaluación del Programa de intercambio de jeringuillas del Centro Penitenciario de Brians 1 (2007 - 2012) / Evaluació del Programa d'intercanvi de xeringues (PIX) del Centre Penitenciari de Brians 1 (2007 - 2012) / Evaluation needle exchange program in Prison Brians 1 (2007 -2012)
- REVISIÓ Programa de intercambio de jeringas en prisiones / Programa d'intercanvi de xeringues a presons / Needle exchange programs in prison
- GLOSSARIO / GLOSSARI / GLOSSARY

Low Threshold Journal 2014; vol 2, nº 2



- EDITORIAL
- IV JORNADA DE REDUCCIÓ DE DANYS A CATALUNYA
- COMUNICACIONS. Herramientas para el análisis ético de los fenómenos NIMBY / Eines per l'anàlisi ètica dels fenòmens NIMBY / Tools for ethic analysis of phenomena NIMBY
- Iboğaína: una alternativa humanitaria al problema de la cronificación de adictos a sustancias / Iboğaína: una alternativa humanitària al problema de la cronificació d'addictes a substàncies / Ibogaine: a humane alternative to the problem of developing chronic substance abusers
- ¿Y ahora qué? / I ara què? / What now?
- Menores y reducción de daños / Persones menors en programes de reducció de danys / Minors and Harm Reduction

Low Threshold Journal 2015; Vol 3, nº 1



- EDITORIAL.
- Bancos y personas sin hogar/ Banks and the homeless / Els bancs i la problemàtica de la gent sense sostre. Patricia Pujante
- Dormir en un banco / Slapen op een bankje / Sleeping on a bench. Joshua Smeets
- Albergues y cajeros / Shelters and ATMs. David Calzadilla

- Que algún profesional se pase por los cajeros / Social care in ATMs. Giorgio Zitani
- El mal camello / The bad dealer / El mal camell
- 15 años atendiendo a consumidores de drogas no legales en la ciudad de Barcelona. De la reducción de daños a la excelencia / 15 years taking care of non-legal drug users. Jordi Delás, Olga Díaz
- Presencia de adulterantes en el análisis de muestras de cocaína y heroína preparadas para ser consumidas. Revisión de la bibliografía. / Adulterants in the analysis of cocaine and heroin samples ready for consumption. Literature review. Sara Serra, Noelia Furquet, María José Sánchez, Davide Iannello

Low Threshold Journal 2015; vol 3, nº 2

- Redadas: Intervenciones policiales en el mundo de la droga / Batudes: Intervencions policials al món de la droga / Raids: police interventions in the drug world . Patricia Pujante
- Comentarios Comentararis. Comments. Rosa Kistmacher
- Experiencias. Experiències. Experiències. Jordi Haro
- Reinserción o negocio? Reinserció o negoci? Reinsertion or business? Herman Saraiva Marcelino
- Cómo dejé la droga o, mejor dicho, de como empecé a dejarla / Com vaig deixar la droga o millor dit de com vaig començar a deixar-la / How I stopped drugs or rather how I started. Valentina Mortari
- La realidad invisible que duerme en nuestros portales / The invisible reality sleeping on our portals Jorge Valero y David Viñas
- Deporte. Esport. Sport Hockey +
- Proyecto ciudad. Projecte ciutat. Hockey City Program
- El día diferente. El dia diferent. A different day

Low Threshold Journal 2016; vol 4, nº 1



- SAPS, centro de emergencia social
- Consolidación, apertura de la sala y establecimiento de las bases de un centro integral
- Observatorio, función de observación. Investigación. Medicamentos sintéticos
- Los orígenes del concepto de centro integral

Call for papers

Low Threshold Journal is an online publication addressed to the international scientific community and focused on presenting experiences of teams who work on promoting education, health and social care in socially deprived urban areas. There are interesting unknown interventions that could be useful for other groups under similar conditions.

From the original texts, sent to lowthresholdjournal@lowthresholdjournal.org, the editors made an English or Spanish translation. The final texts are published as a magazine and are freely available in PDF format. They are online permanently at www.lowthresholdjournal.org, so they can be consulted at any time.

The platform is financed by authors' contributions with open access for readers. It is a low cost fee (€ 0.074 per word).

Lowthresholdjournal is promoted by Ex Aequo, a non-profit association, founded in 1996 in Barcelona and is dedicated to promoting education, communication and social and health care in socially deprived urban areas.

