



## **PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA A NENAS, NENOS, ADOLESCENTES CON EXPOSICIÓN Á VIOLENCIA DE XÉNERO**

Esta actuación está cofinanciada pola Unión Europea co obxectivo de previr a violencia de xénero e de mellora a situación das vítimas de violencia de xénero e das mulleres en situación de especial vulnerabilidade.

### **RESULTADOS PRINCIPAIS DO PROGRAMA**

#### **sesións individuais**

–Os/as menores e adolescentes, atopan na terapia un lugar seguro onde poder autorregularse, facilitar a integración de experiencias vividas, fomentar habilidades relacionais e xerar relacións sociais positivas.

–Comezan a falar da violencia e romper a idea de que o tema é tabú.

–Analizan as situacións vividas, comportamentos violentos, valoran e expresan as emocións derivadas destes feitos.

–Móstranse protectores consigo mesmos e mesmas e aprenden a resolver conflitos de xeito non violento.

–Promoven relacións igualitarias e saen do binomio submisión-dominio.

–Comezan a verse máis seguras e seguros e a gañar seguridade en si mesmas e mesmos.

–Obsérvanse cambios na xestión de emocións; usan con máis frecuencia a habilidades socioemocionais axeitadas.

–Melloran as relacións materno-filiais; as nais móstranse máis dispoñibles e favorece o desenvolvemento armónico das e dos menores.

#### **Sesións grupais**

–Os/ as nenos/ as comparten experiencias e vivencias comúns e constan que non son os/as únicos/as que viviron unha situación desta natureza.

–Melloran o recoñecemento e a comprensión das emocións nun/a mesmo/a e os que lle rodean.

–Flexibilizan os roles de xénero tradicionais.

## Resultados nais

–Fomento do autocoidado nos seus fillos e fillas. Ensinarlle as e os menores a mirarse a sí mesmos/as; recoñecer e validar as propias necesidades; protexerse de modo adecuado: establecer e entender a necesidade de límites; alcanzar un equilibrio entre as súas necesidades e as dos/das demais.

–Intelixencia emocional para recoñecer as súas emocións e saber manexalas

–Aumento da capacidade de regulación emocional cara as crianzas: modular as súas respostas emocionais, sintonía, coherencia e constancia nas respostas da nai para o adecuado desenvolvemento da capacidade de autorregulación do/a menor.