



EL NOVIO DE TINA

La unión hace la fuerza

**Dibujos animados para prevenir la Violencia de Género
en la Infancia y Adolescencia**

Asociación Con.Ciencia. Escuela de Psicoterapia y Creatividad

MATERIAL DE APOYO

Autoras:
Isabel Calvo & Margarita Ortiz-Tallo
Ilustradora: Lucilua

Título: Guía de los dibujos animados “EL NOVIO DE TINA. La unión hace la fuerza”.

Material de apoyo para familias y docentes.

Autoras: Isabel Calvo y Margarita Ortiz-Tallo

Ilustradora: Lucía Pérez García (Lucilua)

Derechos de Explotación: Asociación Con.Ciencia. Escuela de Psicoterapia y Creatividad

Web: www.asociacionconciencia.com

Email: con.cienciasociacion@gmail.com

Año de Publicación: Diciembre 2022

Publicado por Asociación Con.ciencia. Escuela de Psicoterapia y Creatividad.

Financiado por Ministerio de Igualdad y Asociación Con.Ciencia

Impresión y Maquetación: Masprint. Globaldisplays

Impreso en España.

® Todos los derechos reservados. Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del Copyright y bajo la sanción establecida en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía, el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo público.



PRESENTACIÓN

La Asociación Con.ciencia nace de la inquietud que sentimos un grupo de profesionales de la salud mental ante la vulnerabilidad de ciertos colectivos a sufrir diversos tipos de abusos o violencia. Estos abusos tendrán luego un gran impacto sobre la salud mental y el bienestar de la sociedad. La infancia es la primera etapa vital de la que nos hemos querido ocupar para colaborar en la prevención de abusos.

Esta Guía de los dibujos animados “El Novio de Tina” es uno de los recursos que la Asociación ha elaborado en ayuda de la Prevención de las dificultades que pueden ocurrir durante la infancia y adolescencia.

www.asociacionconciencia.com

Email: concienciasociacion@gmail.com

ÍNDICE

Introducción	8
El Novio de Tina	9
El juego y la diversión	10
El miedo y la angustia	12
La desconfianza.....	14
La necesidad del control	16
Los celos	18
Los malos tratos	20
La intimidad	22
El apoyo de las amistades	24
La familia y el profesorado.....	26
La ayuda profesional.....	28
No estás sola	31

INTRODUCCIÓN

El Novio de Tina es un cortometraje de dibujos animados que ha sido elaborado con el objetivo de actuar sobre la Prevención de la violencia de género en la infancia y adolescencia. Está dirigido especialmente a menores de entre 6 y 15 años, a sus familias y al profesorado. Nuestro objetivo, en realidad, es dirigirnos a toda la sociedad.

Prevenir es la mejor manera de actuar contra la violencia. El uso de audiovisuales, como punto de partida para realizar posteriormente actividades con los más jóvenes, es un medio que favorece un mayor impacto emocional y produce un procesamiento más profundo de la información transmitida. Además, permite llegar a un grupo grande en clase y que debatan y trabajen conjuntamente el tema.

EL material de apoyo que aquí presentamos, por tanto, pretende ayudar a que las familias y el profesorado planteen algunas cuestiones de interés a trabajar con niños, niñas y adolescentes, tras haber visualizado los dibujos animados.

Se propone trabajar con 10 situaciones o emociones que ocurren en el corto de animación y que se consideran de interés para reflexionar:

1. El juego y la diversión, 2. El miedo y la angustia, 3. La desconfianza, 4. La necesidad de control, 5. Los celos, 6. Los malos tratos, 7. La Intimidad, 8. El apoyo de las amistades, 9. La familia y 10. La ayuda profesional.

EL NOVIO DE TINA

El cortometraje titulado “*EL NOVIO DE TINA. La Unión hace la Fuerza*” está basado en el guion original escrito y dirigido por la Asociación Con.Ciencia y Álvaro Lasso de la Vega.

Se comenzó en enero del año 2022 y se concluyó en el mes de diciembre del mismo año con la colaboración de un gran equipo integrado por guionistas, músico, ilustradora, actores y actrices de doblaje.

Es el tercer corto protagonizado por la pandilla Golden: 1. Interconectad@s (2020), El Secreto de Ana (2021) y el Novio de Tina (2022).

Resumen del Corto: La pandilla Golden se enfrenta a un nuevo problema. Carlos sospecha que a su hermana mayor Tina le pasa algo con su novio. Carlos la encuentra inquieta últimamente y ha visto cómo su novio la agarraba fuertemente del brazo y le hacía daño.

La pandilla se alerta y acude a su guarida secreta, el hueco del árbol madre naturaleza, para debatir y buscar soluciones.

El árbol madre, Bubo, un búho sabio, y Linda, una perrita alegre, los acompañan en su aventura haciendo reflexiones que ayudarán al público a entender qué ocurre y qué se debe hacer en una situación de sospecha de violencia de género en la adolescencia.



EL JUEGO Y LA DIVERSIÓN

La pandilla está jugando a la pelota. El juego es una actividad natural y nos ayuda a ser felices, a cualquier edad. Los seres humanos nunca perdemos el placer de jugar y en especial en grupo. Tina inicialmente quiere jugar, pero una llamada corta su alegría y sus ganas de participar. En algunas relaciones el control de los momentos de diversión es una forma potente de ejercer el poder sobre la pareja. El miedo mata la alegría. Y eso se nota en Tina.

¿Qué actividades identificas como juegos o diversión?



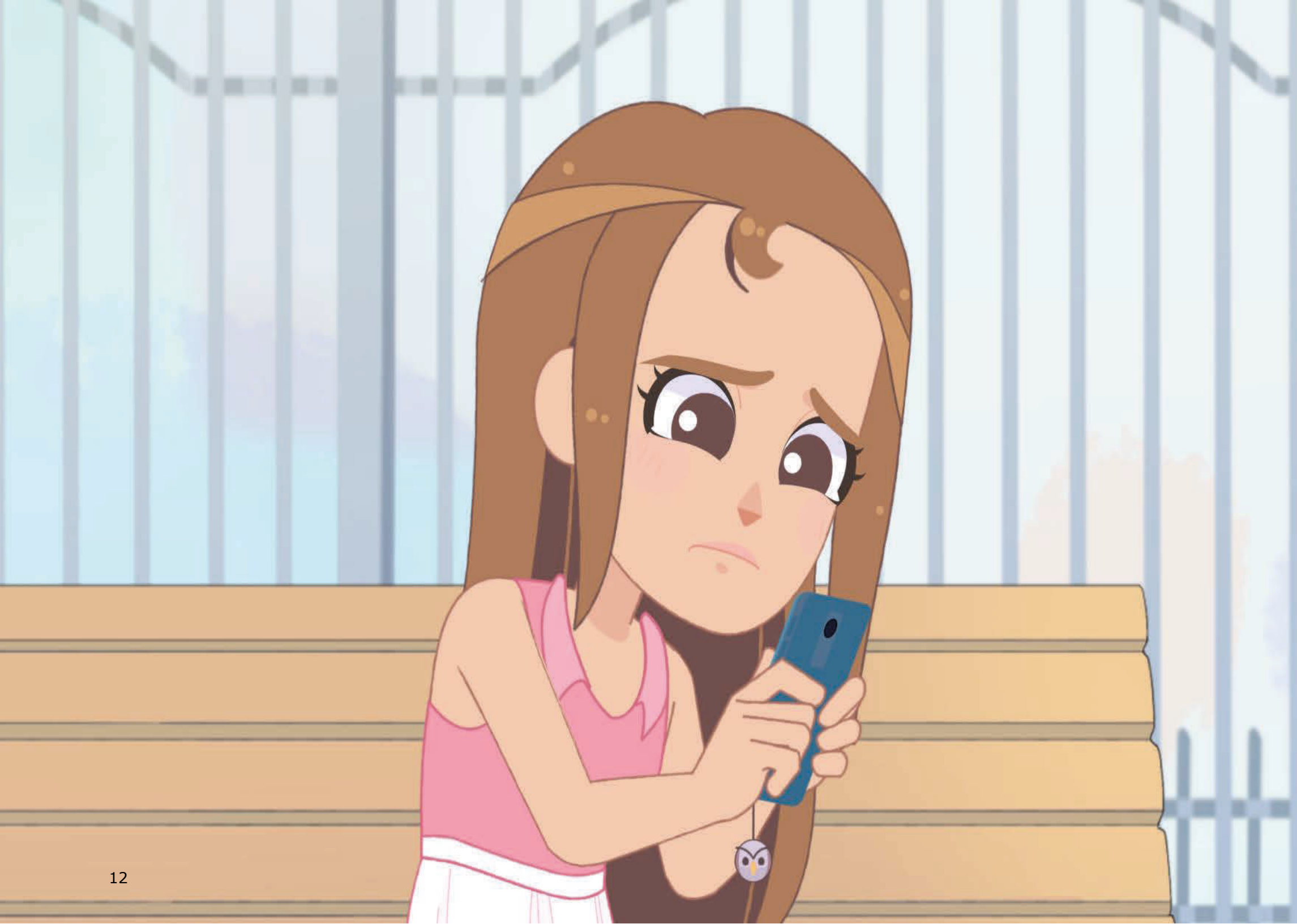
Comenta o escribe los tres juegos o diversiones que más te gustan.

¿Puedes decir tres situaciones que te quitan las ganas de divertirse?



El juego o las situaciones de diversión que no te ponen en peligro, como ir con las amigas o amigos, son síntomas de buena salud mental. Cuando alguien arruina tu diversión no te quiere bien. Bailar, reírse con comentarios divertidos son formas de juego también.

EL JUEGO y su equivalente, los momentos de diversión, son una actividad fundamental para el ser humano. Nos enseña a relacionarnos y a descubrir nuestro mundo. A través del juego expresamos nuestras emociones positivas y negativas y aprendemos a regularlas. En la pubertad y adolescencia las relaciones con los iguales ayudan a aprender recursos y a aumentar la autoestima. Una adolescente aislada suele ser síntoma de un malestar importante.



EL MIEDO Y LA ANGUSTIA

A veces sentimos miedo o angustia por cosas que nos pueden pasar. En la pareja y los amigos a veces tenemos miedo de perder a la persona querida. Ese miedo nos hace perder la confianza en nuestros recursos y puede ser la base de sufrir un chantaje o coacción. El miedo es una emoción útil cuando avisa de un peligro, pero es perjudicial cuando nos invade y nos bloquea.

¿En qué situaciones sientes miedo o angustia?

¿Notas alguna sensación en el cuerpo cuando tienes miedo o angustia?
Descríbela.



Somos diferentes, pero a todas nos hace sentir mejor hablar con alguien de confianza de eso que nos angustia. También puede servirte dibujar o escribir sobre ello.



Si notas a tu hijo o hija triste, ausente o retraído es importante hablar con él o ella. Lo primero es tomarte un tiempo para calmarte. Busca un momento de tranquilidad que favorezca la comunicación. Compartir una actividad que os guste puede ser una ayuda. Las personas jóvenes se expresan de forma diferente a las personas adultas, es importante escuchar con atención dejándoles espacio. No interrogar, culpabilizar ni asustar. Habrá un segundo momento para saber cómo seguir. Las personas adultas no estáis solas.



LA DESCONFIANZA

La desconfianza rompe las relaciones. La confianza es uno de los principales ingredientes de la amistad y del amor. Y la confianza siempre tendrá un reflejo en la autoconfianza: si confían en ti aumentará tu autoestima y tu autoconfianza.

Y al revés, ¿qué crees que pasará si desconfían de ti?

¿Qué efectos notas en tu autoestima y autoconfianza cuando otros desconfían de ti?

¿Cómo te sientes cuando alguien a quien quieres confía en ti?

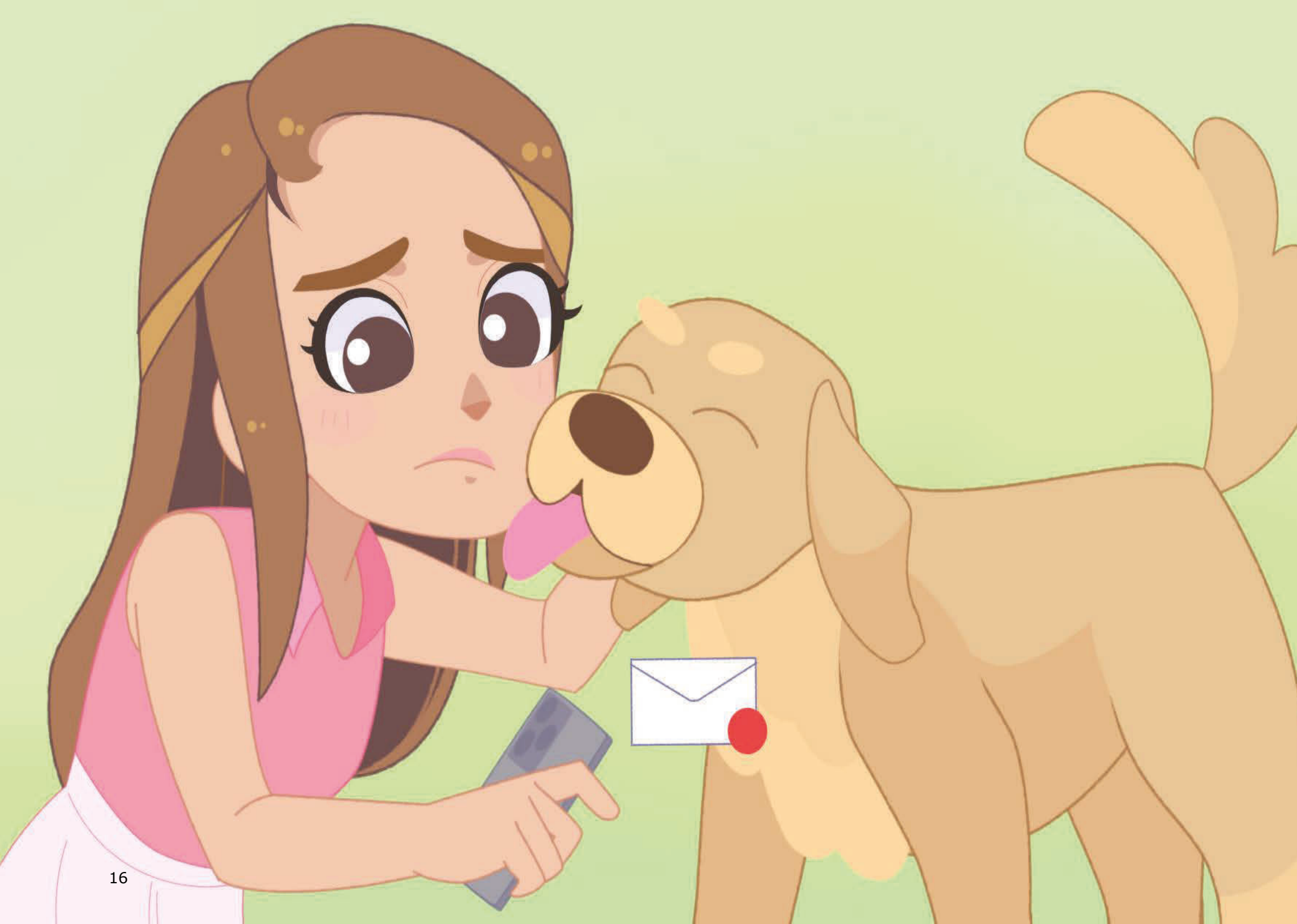
Busca los signos de confianza en tus relaciones afectivas.

¿Puedes anotar tres personas que confían en ti?



La confianza es el antídoto del miedo. Es imposible sentir miedo y confianza a la vez. La autoconfianza se alimenta con conciencia. Es inevitable sentir miedos, dudas y otros sentimientos que nos hagan dudar. La decisión de confiar en tus recursos es el mejor antídoto. La mejor fórmula es: ¡Ya lo resolveré!

LA CONFIANZA es un ingrediente imprescindible en todas las relaciones. El control, el miedo no deben dañar la confianza. Muchas veces el control en la pareja se ejerce “como prueba de amor”: “si me quiere de verdad no le apetecerá ir al cine con las amigas o no le importará que le mire el móvil”. Eso siempre es el inicio de un maltrato. Es importante hablar de la confianza y de cómo fortalecerla. Inclúyela en tus relaciones con los menores, la confianza hace crecer el amor.



LA NECESIDAD DEL CONTROL

Las personas tenemos la ilusión del control. Creemos que si controlamos lo que puede pasar estaremos mejor. A veces esa necesidad de control acaba por ocuparlo todo y se nos va de las manos haciéndonos daño y también a los demás. El control es una ilusión de nuestra mente. No podemos garantizar lo que puede pasar, sólo somos responsables de nuestras respuestas.

¿Qué situaciones del futuro te pueden dar miedo? ¿Puedes decir tres?

¿Qué recursos se te ocurren para afrontar esas situaciones, si se dieran?

¿Qué temes que haga la persona que te gusta?

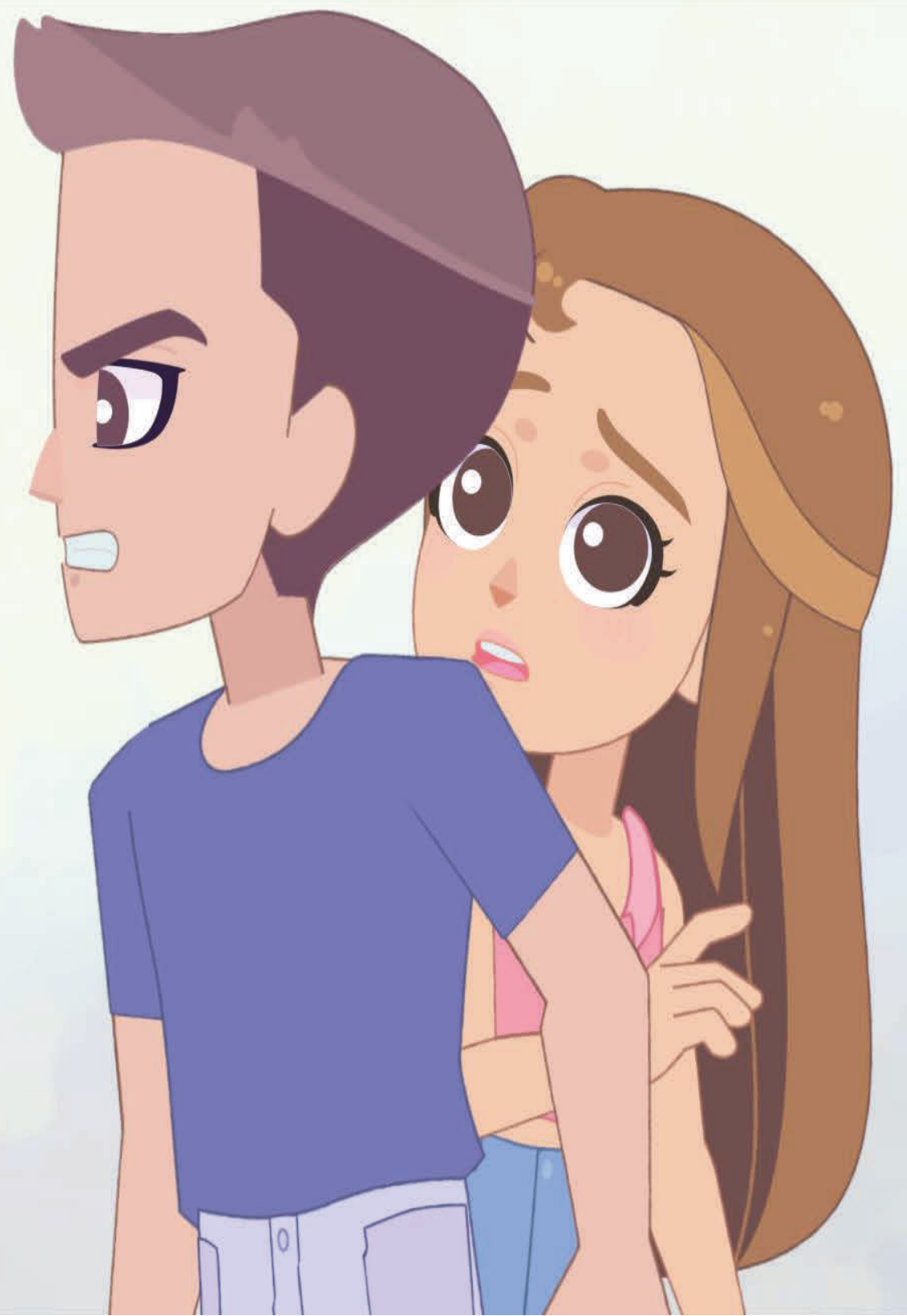


¿Sabías que el control no nos hace más fuertes?, ¿sabías que desarrollar tu intuición y tu confianza en el futuro es un buen antídoto a la necesidad de control?



En realidad, la necesidad de controlar viene del miedo y de las inseguridades. Cuanto más controla una persona más miedo tendrá y más control necesitará. Confiar en tus recursos para resolver te hará más fuerte.

Es normal hablar a los jóvenes sobre la necesidad de controlarse. Es cierto que en la adolescencia y primera juventud la inmadurez cerebral junto a la presión del cambio hormonal hace que tengan poco manejo de sus emociones y actos impulsivos. Pero esto no justifica entrar en conductas “tóxicas”. Enseñarles a manejar el miedo, la inseguridad y la angustia es esencial. Hablar, reflexionar y trabajar la confianza de doble sentido. El control de los otros es un sustituto inadecuado del manejo de las propias emociones y actos.



LOS CELOS

Son un sentimiento que forma parte de todo ser humano. Todos podemos sentirlos. Los celos vienen del temor a perder aquello que “tenemos”. La envidia es similar, pero la envidia nace del deseo de destruir en el otro aquello que no tenemos. Afrontar nuestras propias carencias e inseguridades nos hace fuertes. Si te dejas llevar por los celos o si sufres los celos de tu pareja estás en una situación de violencia en la que es fácil ir perdiendo los límites. Los pequeños gestos de posesión no se sabe cómo pueden acabar.

¿Recuerdas la última vez que sentiste celos?



¿Cómo hiciste para calmarte?

Piensa en tres soluciones para superar y manejar una situación de celos.



Sabemos que los celos y el control vienen del miedo y de los sentimientos de inferioridad. Trabaja tu autoestima, tu confianza, tus logros, tus relaciones, tus capacidades... ¿Sabes que desarrollar tu creatividad hace desaparecer tus sentimientos de soledad?

Los celos o la envidia son universales. Vienen del miedo a perder o a no tener nunca lo que se desea. Si dejamos que los celos o la envidia hacia otra persona nos invadan se perderán los límites adecuados de cualquier relación. Si en la familia se sufren escenas de celos los menores pueden normalizarlos y repetirlos en sus relaciones. Por ello es esencial enseñar la importancia de los límites, del respeto a la intimidad y del derecho a la libertad personal desde la infancia. Los celos y la envidia siempre son destructivos y generan situaciones de violencia.



LOS MALOS TRATOS

Las relaciones pueden ser de buen trato o de maltrato. En realidad sabemos qué es tratar bien a alguien. Nada justifica tratar mal. Las exigencias constantes, las amenazas, los insultos, los chantajes, el uso de fuerza física o psíquica son formas de maltratar. Ante este tipo de dinámicas solo existe una respuesta: NO. El maltrato en las relaciones se va instalando poco a poco. Se empieza pidiendo ver un móvil y se puede acabar de forma inimaginable. Lo que al principio es un pequeño malestar, más intuitivo que racional, acaba siendo un daño grave que afecta a toda tu vida. Las actividades se ven afectadas, la autoestima y la alegría desaparecen, las dudas y el bloqueo aumentan de forma que la confusión se hace la dueña de la situación.

¿Cuándo es la última vez que has visto tratar mal a alguien?

¿Qué formas de maltrato has visto entre tus compañera o compañeros de clase y tus amistades? ¿Cómo reaccionaste?



¿Sabes que enfadarse no es lo mismo que tratar mal? Cuando alguien se enfada de forma adecuada se enfada con lo que ha sucedido, no con lo que tú eres. No te debe devaluar como persona, ni dejar de quererte, no te debe agredir ni de palabra ni de comportamiento, ni tratar con odio o con indiferencia.

El maltrato siempre genera un daño psíquico. La ira y la frustración pueden cegar a una persona y llevarla a descargar sobre otra. Puede ser verbal, conductual o físico. Normalmente se descarga sobre alguien cercano. Es esencial fomentar el buen trato en familia. Enseñar a nuestros menores y adolescentes a poner límites al maltrato. Trabajar el respeto, la confianza, el manejo de la frustración. Poner límites claros a lo que puede herir al otro. Hay que enseñar a enfadarse a nuestros menores. Y a no tolerar el maltrato en ninguna de sus formas.



LA INTIMIDAD

La intimidad se relaciona con la cercanía y la confianza en una relación. Tenemos diferentes grados de intimidad con diferentes personas. La intimidad social incluye las relaciones con los amigos y el ámbito escolar, la emocional se refiere a tu mundo emocional, la intelectual a tus ideas compartidas, la sexual a tus relaciones consentidas. Imagina la intimidad como un mandala de diferentes anillos. Tú en el centro con tu anillo de máxima intimidad y cada anillo con un grado distinto hasta el más alejado de ti.

Con las redes sociales violentar lo privado y hacerlo público es demasiado fácil.

¿Has sabido de alguna violación de lo privado en tus amistades? ¿Lo has sufrido? ¿Cómo crees que hay que actuar?

Sufrir un chantaje de este tipo es muy fácil y muy frecuente. No es culpa de la víctima.



¿Sabes que existe el derecho a la intimidad? Nuestro código penal lo recoge. Tienes derecho a que nadie se entrometa en tu ámbito privado, a que nadie acceda a información privada, a que nadie vea escenas o imágenes privadas. Sé responsable y protege tu intimidad de las personas que pueden querer abusar de tu confianza.

La intimidad es un límite que ponemos entre lo público y lo privado. Dentro de la familia hay diferentes límites de privacidad. El derecho y el respeto a la privacidad se aprende en la convivencia familiar. Las personas menores y adolescentes necesitan sus espacios privados. Estos espacios privados son físicos, como los cuartos de baño y los dormitorios. Y también son personales. Sus ideas, emociones y vivencias son privadas. Es difícil para las personas adultas armonizar la necesidad de protección con la necesidad de respetar la intimidad y se generan conflictos. Es importante irlo adecuando a la edad de hijos e hijas. A veces hay que buscar ayuda profesional.



EL APOYO DE LAS AMISTADES

Las amistades se eligen y nos acompañan en la vida. Nos cuesta ser plenamente felices sin ellas. Entre amigas y amigos circulan afectos y ayuda. Son nuestro espejo y muchas veces ven muy claro algo que tu no ves. ¿Crees que cuando te dan una opinión quizá puedan tener razón? Muchas veces sí. En ocasiones las emociones nos ciegan y no podemos ver claro lo que es mejor para nosotras.

¿Qué características tiene un amigo o una amiga de verdad? ¿Puedes decir tres?



¿Qué sientes hacia tus amigas y amigos?

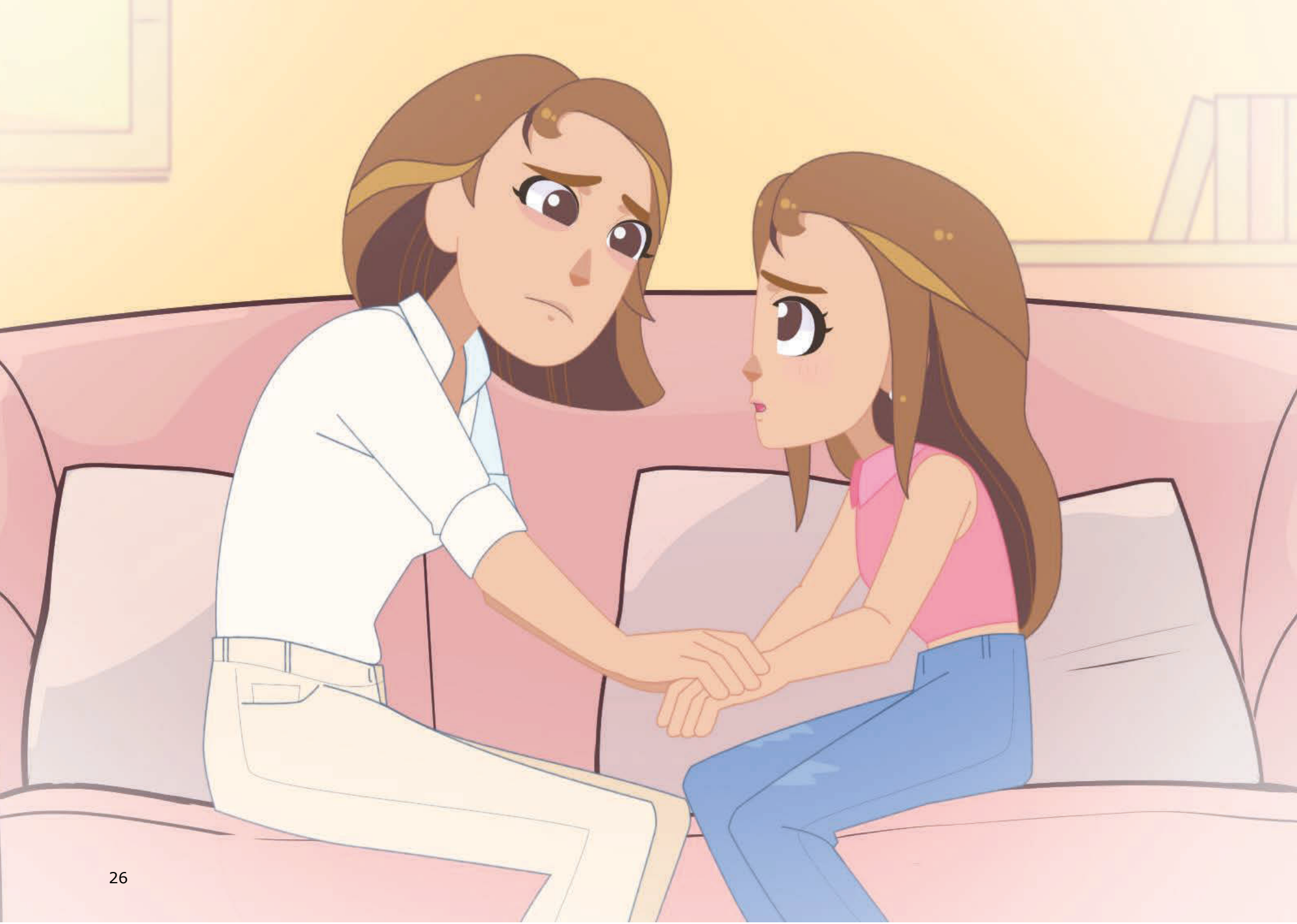


¿Te alegras con su bienestar?



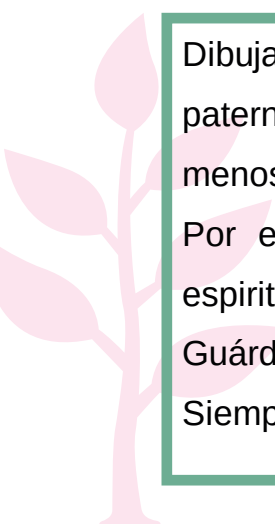
¿Sabes que la amistad se define por la lealtad, la sinceridad, la reciprocidad y la confianza? Son relaciones simétricas, es decir, son relaciones entre iguales. El respeto y la aceptación de la forma de ser de cada cual es lo más importante.

El grupo es fundamental en la adolescencia y primera juventud. Las amigas y amigos sirven para reforzar la autoestima, asimilar y testar los cambios propios de la edad, entrenar y aprender nuevos roles sociales, entre otros factores afectivos y de identidad. A veces las personas adultas sienten preocupación por la gran influencia del grupo sobre las personas más jóvenes. Es cierto que, en ocasiones, la presión del grupo puede tener efectos negativos. En esas situaciones busca el diálogo y, si hace falta, ayuda profesional.



LA FAMILIA Y EL PROFESORADO

El apoyo de las personas adultas sigue siendo vital en la adolescencia y en la primera juventud. Lo deseable es que sean una fuente de apoyo, una guía con respeto y aceptación. A veces hay problemas que para su solución necesitan de tu familia o del profesorado. Es inevitable que, en el camino del desarrollo, puedas tener algún conflicto con tu familia. Aprender a solucionarlos es parte de la maduración.



Dibuja tu árbol genealógico: En la mitad izquierda escribes o dibujas cualidades de tu familia paterna y en la mitad derecha las cualidades de tu familia materna. Incluye a tres generaciones al menos, no olvides a los hermanos y hermanas de tus padres.

Por ejemplo, puedes poner o dibujar símbolos de cualidades como trabajadores, artistas, espirituales, risueños, comunicativos etc.

Guárdalo.

Siempre que necesites fuerzas ahí podrás obtenerla.



No olvides que tu padre, tu madre y el profesorado antes han sido adolescentes y jóvenes. Podrían haber pasado situaciones similares a las tuyas. Esto hace que puedan entender y ofrecer soluciones muy potentes.

La familia es nuestro soporte y nuestra fuente de nutrición durante toda la vida. Las relaciones entre las distintas generaciones van cambiando con la edad. Cuidamos a los bebés y somos cuidados en la vejez. La adolescencia y primera juventud necesita del acompañamiento respetuoso de los mayores. Hace falta poner ciertos límites y sobre todo confiar en que todo lo enseñado anteriormente ayude a los jóvenes en su camino. La confianza y la comunicación son los dos elementos claves.



LA AYUDA PROFESIONAL

La psicología ha avanzado mucho. Ya no es un tema tabú acudir a psicoterapia. Cuando estamos en una situación que nos desborda emocionalmente nos quedamos “ciegos” o “ciegas” y no vemos bien cómo afrontarla. No tengas miedo de pedir ayuda profesional. ¡La solución suele ser más fácil de lo que crees!

Piensa en cuando alguien cercano te cuenta un problema. ¿Cómo te sientes?

¿Cómo te sientes cuando alguien te escucha?

¿Eres capaz de escuchar tú a los demás?

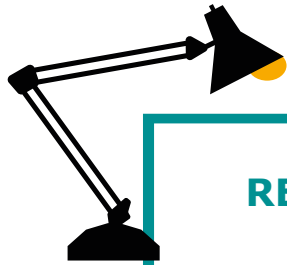
¿Cómo te sientes cuándo pierdes el control en una situación?

¿Has observado que es más fácil ver claridad en un problema que le ocurre a otra persona?



Piensa en cuántas frases que te interesan lees y oyes en las redes sociales. La mayoría vienen de grandes profesionales de la psicología. El ser humano comparte emociones y problemas. Nunca creas que lo que te pasa a ti es la primera vez que le ocurre a una persona. Alguien antes estuvo igual y alguien antes pensó en la solución.

La ayuda profesional se hace imprescindible en situaciones de maltrato. En ambos miembros: tanto en la víctima como en el maltratador. Siempre va a haber una situación de tipo traumático que puede marcar a la persona en el futuro. Una evaluación psicológica ayudará. En la violencia en pareja la persona violenta necesita ayuda. Muchas veces hay un círculo de descarga de violencia, aceptación de lo ocurrido, búsqueda de perdón y vuelta a la violencia. La persona maltratada también necesita ayuda para salir de este círculo.



RECURSOS EN ESPAÑA

- **FUNDACIÓN ANAR** Tfno.: 900 202 010 (atienden 24 horas al día) chat.anar.org
- **Servicios Centrales del Instituto Andaluz de la Mujer**
Tfno.: 900 200 999
- **Servicio de atención a todas las formas de violencia contra las mujeres: 016**
- WhatsApp: 600 000 016
- **Unidad de Atención a la Familia y Mujer (UFAM).**
Policía Nacional: atencionfamiliaymujer@policia.es

Para cualquier otro país consultar en internet servicios similares



Con.ciencia
Asociación
escuela de psicoterapia y creatividad

www.asociacionconciencia.com

Email: con.cienciasociacion@gmail.com

Colabora en su financiación:

