



EntreHomes



# EntreHomes

## **Deslligant-nos de la violència**

Grup de responsabilització,  
suport i transformació per  
a homes que han exercit violència

## **2022**

Psicoteràpia / formació / intervenció social.

**[www.entrehomes.org](http://www.entrehomes.org)**

DOSSIER INFORMATIU



The background of the slide features a man in profile on the right side, looking towards the left. He has dark, curly hair and a light beard, and is wearing a light-colored, long-sleeved shirt. On the left side, there is a blurred image of a group of people, including a man with dark curly hair in the foreground and others behind him. The overall background is a neutral, light gray color.

# Índex

Introducció

Objectius

A qui va dirigit?

Metodologia

Contingut

Dates

Inscripcions

Compromís d'assistència

Sessió de tutoria

Equip grup deslligant-nos de la violència.



# INTRODUCCIÓ

Som homes que ens proposem a acompanyar-nos junts en el camí de deslligar-nos d'allò que fa mal als altres i ens fa mal a nosaltres, d'allò del que ens penedim, fins i tot d'allò que ens han dit que fa mal i no ens n'adonem. Som homes en cerca, perduts en la dicotomia entre el que ens diuen que hem de ser i el que podríem ser si travessem la por. Som homes que volem ser capaços d'estimar i d'estimar-nos.

La violència és una experiència que ens travessa a tots i totes. És una estratègia de dominació i regulació basada en el poder i, per tant, cal explorar i identificar quin grau de dominació podem exercir. No sempre en som conscients i, per tant, en els nostres vincles i xarxes afectives podem estar exercint aquesta violència a molts nivells. Els homes, socialitzats dins la masculinitat hegemònica, tradicionalment hem exercit una violència sistemàtica cap a les dones i cap a altres col·lectius no normatius, però també cap altres homes i a nosaltres mateixos.

Com a homes, la presa de consciència i responsabilització de la violència que exercim és clau per a un treball personal i d'autoconeixement, per millorar la relació amb la nostra xarxa afectiva i vincles, així com per involucrar-nos en un món més igualitari i just. Creiem que no revisar les nostres formes de vincular-nos i regular-nos a través de la dominació ens aïlla i ens fa ser poc responsables amb la cura dels altres i amb nosaltres mateixos.

Volem oferir un grup de suport i transformació entre homes on puguem assenyalar tots aquests tipus dominacions i controls i fer-nos càrrec per tal d'establir noves i millors formes d'estar vinculats amb d'altres, amb nosaltres mateixos i en la societat en general. Proposem un grup per a desfer-nos del lligam de la violència dels homes i refer uns lligams sans i positius amb nosaltres mateixos i la nostra xarxa afectiva. **La violència s'exerceix en relació... i se surt d'ella en relació.**

*Volem saber estimar, compartir i viure els vincles sanament  
Ser un grup, poder conèixer-nos i sostenir la nostra vulnerabilitat  
Necessitem d'un altre, no podem fer el camí sols  
Ser home, des de la diversitat plural, on càpiga tot allò autèntic en mi.  
Volem un lligam, per deslligar-nos de la violència  
Ser un vincle on tenir cura de mi i dels altres  
Pot ser reparador, sanador, o fins i tot necessari, ens acompanyes?*



## OBJECTIUS

- Oferir un espai segur de treball grupal.
- Fer-nos càrrec de la violència, aturar-la i responsabilitzar-nos.
- Observar i gestionar les nostres emocions i la dels altres.
- Cuidar i cuidar-nos.
- Enfortir l'autoestima, les nostres xarxes afectives i vincles.
- Explorar una mirada diversa de la masculinitat.

## A QUI VA DIRIGIT?

A homes que han exercit violència en les seves relacions socials o vincles afectius, o l'estan exercint en aquests moments, i que de manera voluntària volen iniciar un treball en relació a aquesta.





# METODOLOGIA

Partim del grup, un cercle de confiança i seguretat on establir un vincle que serveixi per deslligar-nos de la dominació que exercim i responsabilitzant-nos individual, grupal i col·lectivament. És un espai no d'urgència sinó d'aprofundiment de les nostres violències.

Busquem l'experiència de cada persona i del seu propi recorregut per tal de buscar els punts comuns en tots els integrants. Fer-nos càrrec de la nostra biografia de la violència, com ens travessa en les nostres vides.

La principal eina serà la paraula, per tal d'anar teixint un relat i un treball amb aquesta, tant en grup obert com en petits grups, treballant en parelles o triades.

També volem treballar amb el cos, amb dinàmiques i exercicis corporals que ens poden permetre prendre consciència des d'un altre llenguatge de la nostra posició de poder i de com mantenim el control en les nostres relacions i de les estratègies de regulació emocional. En aquest sentit, s'utilitzarà el joc, treball plàstic, escènic, debats, relaxacions, visualitzacions, escriptura, lectura compartida de textos, etc.

Proposarem una sortida anual o residencial per tal d'aprofundir en el treball.

A landscape photograph showing a rocky hilltop in the foreground. A single, leafy tree stands on the left side of the ridge. The sky is filled with large, white, fluffy clouds, with some blue visible. The overall scene is bright and somewhat hazy.

# CONTINGUT

Oferim un itinerari on integrarem els eixos transversals com:

## 1) Pertinença i vincle

Part del problema és pertànyer a un grup marcat per una expressió de gènere altament tòxica. Però la qüestió de la pertinença no es pot resoldre sortint d'un grup i caure en el buit sinó re-definint el grup i vincular-se des d'un altre lloc. D'aquesta manera, el grup d'homes és un espai on crear aquest nou vincle des d'una nova expressió de gènere positiva i igualitària.





## 2) Poder, dominació i violència.

És important responsabilitzar-nos de la dominació, l'abús i l'asimetria de poder i violència que exercim els homes. Ens hem de conscienciar dels nostres privilegis i de que exercim un poder pel nostre gènere del que no en som conscients. L'objectiu d'aquest eix és integrar una altra definició de poder en els homes. Molts homes han de primer acceptar la seva part vulnerable i construir una força basada en el respecte al seu entorn, a ells mateixos.



A misty forest scene with tall, thin trees and a path leading into the distance. The atmosphere is soft and ethereal, with light filtering through the trees.

### 3) Cura i dependència

Prenem consciència dels malestars de la soledat masculina, l'abandonament d'un, les addiccions, el maltractament, la dificultat de connectar amb la resta i de demanar ajuda, dificultats en la paternitat o amb la cura dels altres. Els homes som educats per a no sentir les nostres necessitats de dependència, de cura, i, per tant, no tan sols no les demanen sinó que no les sabem donar. Aquest eix tracta elements centrals en la relació amb els vincles i la relació amb els altres. Aspectes com l'empatia són claus per la cura i els vincles. Volem homes amb una xarxa afectiva sana, sense l'autarquia que ens porta veure'ns com a éssers individuals i freds dins una cuirassa. Volem aprendre a cuidar i cuidar-nos.





## 4) Consciència afectiva

Aborda problemes afectius, d'autoestima i consciència d'un mateix, dificultats de comunicar, transmetre i entendre emocions, de sentir-se un ésser complet. L'objectiu d'aquest eix és abordar la dimensió afectiva de l'home, normalment desconnectat del seu intern emocional i aliè de les emocions del seu entorn. Cal prendre consciència del nostre món intern i escoltar el cor. Som éssers complexos, travessats d'un vast mosaic d'emocions, amb un cos meravellós on habitar i una ment capaç d'imaginar fins l'infinit. Els homes tenim aquestes esferes fragmentades o desconnectades i volem treballar per a la seva integració. Aquest camí ens porta a l'autoconeixement i a la possibilitat de valorar el que som, tal com som.





## 5) Desig i Sexualitat

L'objectiu és treballar al voltant de com vivim la nostra sexualitat i els encontres afectius els homes. Com ha sigut construït el nostre desig, on molts casos passa per la possessió i la cosificació dels cossos. Tracta l'assetjament o abús sexual, la pornografia i la prostitució, en definitiva, dificultats en integrar una sexualitat sana. Volem ampliar la capacitat de sentir i de contacte dels homes, volem trencar tabús i desacom-plexar la sexualitat. Volem protegir allò vulnerable i alimentar el moviment cap a una sexualitat sana i oberta.





## 6) Diversitats i alteritat

Aborda problemes com la violència o la fòbia a la diversitat, lgbtifòbies i d'altres eixos interseccionals. L'objectiu d'aquest eix és deixar-nos travessar per la diferència, no només tolerar o contemplar-la, sinó apropar-nos i sentir allò diferent sense la por que habitualment el masclisme ens transmet.

# DATES 2022

Mesos	Dimarts	Residencial
Febrer	dia 15 presentació a les 18:30h	
Març	dies 1, 15, 29	
Abril	2 abril (Jornada de 6 hores dissabte) dia 19	
Maig	dies 3, 17, 31	
Juny	dies 14, 28	
Setembre	dies 13, 27	
Octubre	dia 18	8 i 9 d'octubre Residencial d'integració i aprofundiment
Novembre	dies 8, 22	
Desembre	dia 13	

**Freqüència:**

*grup quinzenal els dimarts, de febrer a desembre 2022.*

**Adreça:**

*Espai Cosmos Gràcia.  
C/ del Cardener, 32, Barcelona.*

**Horari:**

*de 18:30h a 20:30h.*

**15 sessions en total.**

*Una jornada*

*intensiva de 6h un dissabte.*

*Residencial d'integració*

*i aprofundiment: dos dies a l'octubre.*



# INSCRIPCIONS 2022

Per formalitzar la inscripció és necessària una entrevista prèvia. Aquesta ens serveix per conèixer-nos, poder aclarir qualsevol dubte sobre el procés i veure conjuntament si aquesta proposta s'ajusta a les vostres necessitats.

**Preu:** un cop realitzat el pagament del primer mes queda reservada la plaça.

**Mensualitat:** de 60 al mes, 8 mensualitats (inclou la Jornada intensiva de 6h), més residencial de 290 euros (inclou allotjament).

Es realitzarà entre el dia 1 i 5 de cada mes entrant mitjançant transferència bancària. La no assistència a alguna sessió no eximeix del seu respectiu pagament mensual.

El mètode de pagament de les mensualitats i els residencials serà per transferència bancària al següent número de compte:

**ES84 0081 0374 5800 0141 0746**

(Banc Sabadell)

**En concepte:**

Formacio\_GH\_nombre y apellidos

**Destinatari:** Rai Crespí

\* Si fos el cas que necessites tenir la factura del pagament, has d'avisar-nos a l'inici del grup, fent-nos arribar la informació fiscal així com el percentatge a retenir d'IRPF.

The background of the slide is a blurred photograph of several people in a meeting or workshop setting. They are seen from the side, looking towards the right. The image is out of focus, creating a sense of depth and context for the text.

## **COMPROMÍS D'ASSISTÈNCIA**

Per a nosaltres és molt important el compromís amb un mateix i amb el grup. Tenir cura d'aquest espai i comprometre'ns amb el nostre procés és un pilar elemental en el nostre desenvolupament. En aquest sentit, no recomanem inscriure's a aquells que ja a l'inici sabeu que no aneu a poder assistir a un 75% de les trobades.

Paral·lelament, us demanem el compromís que si en algun moment decidiu no continuar en el grup, vingueu a una última sessió per fer un tancament amb la resta de participants.






## SESSIÓ DE **TUTORIA**

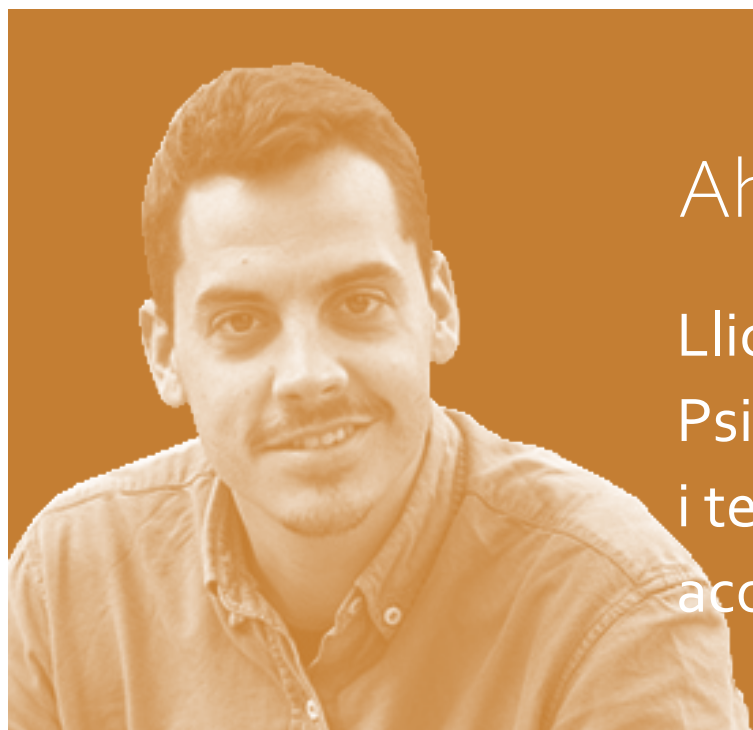
El procés inclou la possibilitat de fer una sessió individual de tutoria de manera gratuïta al llarg del curs. La podeu demanar en qualsevol moment que ho necessiteu, i la podem realitzar presencialment o via virtual. Aquesta ens serveix com un suport puntual per poder tractar qualsevol qüestió relacionada amb el grup i el vostre procés en ell.

# **EQUIP** GRUP DESLLIGANT-NOS DE LA VIOLÈNCIA.



Joel Audí

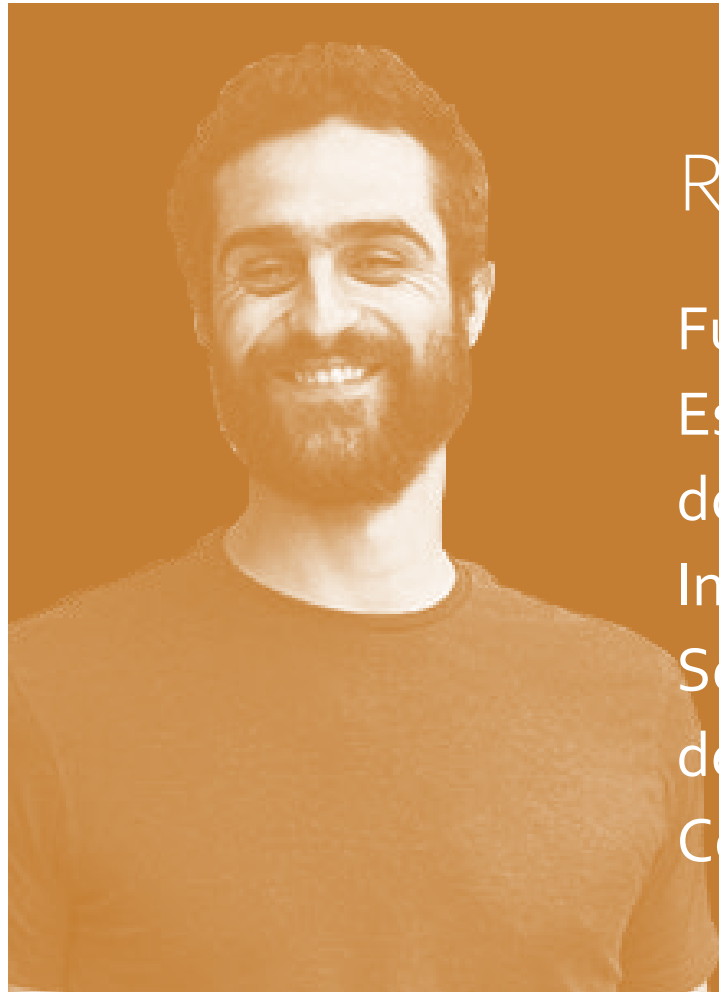
Llicenciat en Psicologia i Integrador Social, Psicoterapeuta i Psicòleg General Sanitari, Màster en psicoteràpia constructivista i sistèmica familiar. Format en treball grupoanalític i familiar. Format en teràpia corporal. Expert en treball amb homes, masculinitat i violència.



Aharon Fernández

Llicenciat en Psicologia (acreditat com Psicòleg General Sanitari), Màster en Psicologia social i Màster en Psicoteràpia Humanista Integrativa. Format trauma i teràpia sistèmica. Expert en treball amb homes, masculinitat i violència. També acompanya infants i adolescents exposats a la violència masclista.





## Rai Crespi

Fundador i director d'EntreHomes. Terapeuta Gestalt i membre de l'Associació Espanyola de Teràpia Gestalt. Terapeuta Corporal Integratiu. Membre de l'equip docent de l'Espai TCI Barcelona. Docent i tutor de la formació de Teràpia Corporal Integrativa a l'Espai TCI Colòmbia i l'Espai TCI Mallorca. Docent de la Formació en Sexualitat Integrativa a l'Espai TCI Barcelona. Cofundador de l'Espai Comú – Teràpia de Parella. Col·laborador de l'equip terapèutic d'Acompanyament Familiar. Constel·lador familiar. Format en el Programa SAT de Claudio Naranjo.



## Leo Carrasco

Llicenciat en Psicopedagogia. Diplomant en Educació Social. Terapeuta Gestalt. Terapeuta Corporal Integratiu. Format en Psicologia dels Eneatis per la Fundació Claudio Naranjo. Format en Pedagogia Sistèmica i Psicomorfologia. Amplia experiència en acompanyament terapèutic individual i familiar





EntreHomes

Psicoteràpia, formació i intervenció social.

web: [www.entrehomes.org](http://www.entrehomes.org)

e-mail: [info@entrehomes.org](mailto:info@entrehomes.org)

telèfon: 931524760

mòbil: 628375524