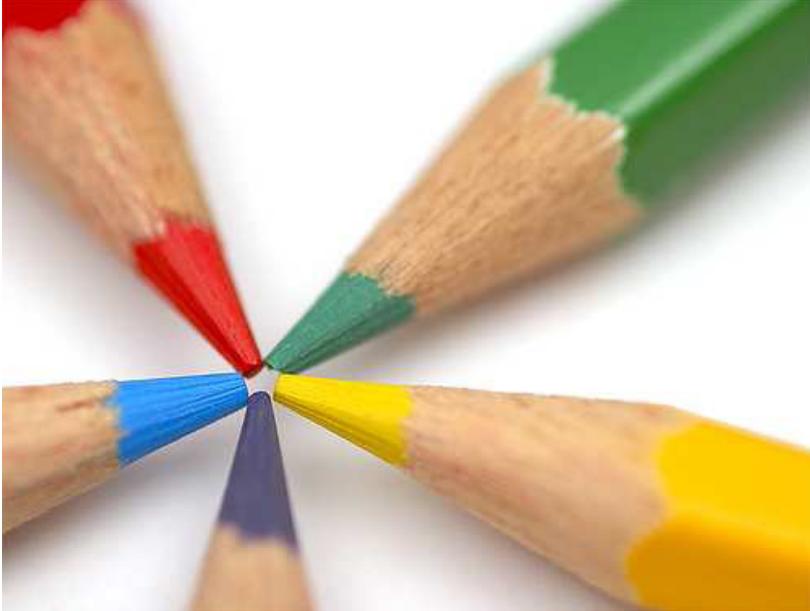




**Pilar Sampedro**

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA



Centro Pilar Sampedro

[www.centropilarsampedro.es](http://www.centropilarsampedro.es)

Marqués de San Esteban 8, Entl. A  
33206 Gijón - Asturias - España

Tfn: 984 39 32 96

[pilar@centropilarsampedro.es](mailto:pilar@centropilarsampedro.es)  
[www.centropilarsampedro.es](http://www.centropilarsampedro.es)

*Impreso en Agosto 2008*

*Para cualquier cuestión relativa a los contenidos  
de este catálogo contacten por favor con Pilar  
Sampedro en:*

*pilar@centropilarsampedro.es  
teléfono +34 984 39 32 96*



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **MEMORIA DEL CENTRO y PRESENTACION**

---

**Centro de Terapia Sexual y Mediación Familiar SL**, es una empresa especializada en la prestación de servicios en los campos de la Educación Sexual y atención psicológica general, Atención a la Pareja, Género y Mediación Familiar.

Bajo la dirección clínica y técnica de **Pilar Sampedro**, desarrolla actividades y servicios de Asesoramiento y Terapia, Mediación Familiar, Elaboración y Desarrollo de Proyectos, además de diferentes tipos de formación como **Cursos, Jornadas, Talleres o Ponencias**.

Más de 10 años de experiencia de campo nos han permitido aglutinar una amplia y variada oferta formativa, orientada tanto a personas interesadas como a profesionales de distintos sectores, de la que este documento quiere ser una pequeña guía-resumen.

Por segundo año consecutivo, la **propuesta formativa** que aquí se presenta tiene como objetivo ofrecer herramientas de trabajo a los profesionales que desempeñan su tarea laboral fundamentalmente en las áreas de la Salud, la Educación y la Psicología, y **ayudar a planificar** el conjunto de acciones formativas que se desarrollan en los distintos Centros de Enseñanza, Administraciones Públicas, Escuelas Taller, Centros Sociales y Culturales, etc. junto con el personal de sus respectivas organizaciones.

Muchas de las propuestas formativas presentadas en esta memoria son adaptables en **formato** (cursos, talleres, jornadas, ponencias cortas, mesas redondas...), **público destino** (iniciación, ciudadanos, grupos de interés, profesionales...) y **duración**, por lo que no dude en solicitar más información sobre cualquiera de ellos, o en proponer nuevos formatos que se adapten a sus necesidades.

En el convencimiento de que la formación constituye un elemento para favorecer la igualdad de oportunidades y la promoción personal y profesional de las personas, esperamos que los contenidos de esta memoria puedan ser de su interés.





# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## RESUMEN DE LA OFERTA FORMATIVA 2008/09

---

### Oferta formativa relacionada con el GÉNERO:

Destinados a **Particulares** que deseen información del tema (marcados como Part.). Destinados a **Profesionales** (Agentes de Igualdad, Profesionales de la Psicología, la Pedagogía y la Enseñanza, Personal Sanitario) que trabajen aspectos relacionados con el género (marcados como Prof.)

Ident.	Título	Dur.	Part.	Prof.
GEN01	IGUALDAD DE GÉNERO	30 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
GEN02	VIOLENCIA DE GÉNERO	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
GEN03	AMOR ROMÁNTICO Y VIOLENCIA DE GÉNERO	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
GEN04	FEMINISMO PARA PRINCIPIANTES	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	
GEN05	MASCULINIDADES: NUEVAS FORMAS DE SER VARON	10 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	
GEN06	IDENTIDAD FEMENINA A TRAVÉS DEL CINE	10 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	
GEN07	HISTORIA DE VIDA A TRAVES DE LAS FOTOS	10 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	
GEN08	CLAVES PARA LA AUTOESTIMA Y LA AUTONOMIA DE LAS MUJERES	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
GEN09	LA SEXUALIDAD DE LAS MUJERES	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
GEN10	SALUD, SEXUALIDAD Y ENVEJECIMIENTO EN LAS MUJERES	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
GEN11	¡nuevo curso! TRANSVERSALIDAD DE GÉNERO EN LAS ORGANIZACIONES	15 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

## Oferta formativa relacionada con la EDUCACIÓN:

Destinados a **Profesionales** relacionados con la Enseñanza (marcados como Prof.)

Ident.	Título	Dur.	Part.	Prof.
EDU01	ANÁLISIS DE GÉNERO A TRAVÉS DE LOS CUENTOS INFANTILES	10 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
EDU02	SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD	40 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
EDU03	EDUCACION SEXUAL EN LA ADOLESCENCIA	30 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
EDU04	MANUAL DE ESTILO PARA LA UTILIZACIÓN DE UN LENGUAJE NO-SEXISTA	20 h.		<input checked="" type="checkbox"/>

## Oferta formativa relacionada con la PSICOLOGÍA:

Destinados a **Particulares** interesados en la Psicología y el Desarrollo Personal. Destinados a **Profesionales** que trabajen con personas en las ramas sanitaria, educativa, legal, psicológica o social.

Ident.	Título	Dur.	Part.	Prof.
PSI01	PSICOLOGIA PARA LA VIDA COTIDIANA	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
PSI02	PSICOLOGIA SISTÉMICA	40 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
PSI03	AUTOESTIMA Y MOTIVACIÓN	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
PSI04	LA DEPRESIÓN: CAUSAS Y SÍNTOMAS	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
PSI05	¡nuevo curso! PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD	30 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
PSI06	¡nuevo curso! RESOLUCION DE CONFLICTOS Y HABILIDADES DE COMUNICACIÓN-	30 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## Oferta formativa relacionada con la SEXUALIDAD:

Destinados a **Particulares** interesados en temas de sexualidad. **Profesionales** de las ramas sanitaria, educativa, legal, psicológica o social que trabajen aspectos de la sexualidad con sus usuarios y clientes.

Ident.	Título	Dur.	Part.	Prof.
SEX01	INTERVENCIÓN EN SEXOLOGÍA. EDUCACIÓN, ASESORAMIENTO Y TERAPIA SEXOLÓGICA	40 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
SEX02	IDENTIDAD SEXUAL: ASPECTOS BÁSICOS DE SU CONSTRUCCIÓN	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
SEX03	TEORÍA QUEER: NUEVAS FORMAS DE ENTENDER LA IDENTIDAD	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
SEX04	LA BIOGRAFÍA SEXUAL: SEXO, SEXUALIDAD Y ERÓTICA	40 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

## Oferta formativa relacionada con PAREJA, FAMILIA y MEDIACION FAMILIAR:

Destinados a **Particulares** interesados en el tema. **Profesionales** de las ramas sanitaria, educativa, legal, psicológica o social que trabajen en este ámbito.

Ident.	Título	Dur.	Part.	Prof.
FAM01	TERAPIA DE PAREJA: MODELOS DE INTERVENCIÓN	20 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
FAM02	MEDIACION FAMILIAR	40 h.		<input checked="" type="checkbox"/>
FAM03	NUEVOS MODELOS DE FAMILIA	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
FAM04	¡nuevo curso! HABILIDADES DE COMUNICACIÓN CON HIJAS/OS	15 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
FAM05	¡nuevo curso! COEDUCACIÓN EN FAMILIA	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
FAM06	¡nuevo curso! ESCUELA DE SALUD PARA PADRES Y MADRES DE ADOLESCENTES	20 h.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>





# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## ***Formatos breves: ponencias, jornadas, artículos.***

---

Se propone a continuación una lista de posibles títulos para la participación en jornadas, mesas redondas, artículos para libros o revistas, etc. basada en distintas participaciones ya efectuadas en el pasado. La lista sólo quiere ser una primera orientación de **posibilidades**: todos los títulos propuestos pueden adaptarse y cualquier sugerencia de nuevo título será bienvenida.

### **GÉNERO**

- "La situación de las mujeres en Europa y España"
- "Mujer y Política"
- "Menopausia: proceso físico, psicológico y social"
- "Las mujeres y el mundo laboral"
- "Las mujeres y la salud"
- "Hablando de Simone de Beauvoir"
- "El porqué de la violencia sobre las mujeres"
- "Nuevas tecnologías reproductivas"

### **EDUCACIÓN**

- "Coeducación en el actual modelo de escuela mixta"
- "La violencia de género en las aulas: mitos y realidades"
- "Los cuentos siguen contando"
- "Educación afectiva en el aula, el mito del amor"
- "Prevención de violencia en el aula"

### **PSICOLOGÍA**

- "Mujeres y consumo de psicofármacos"
- "Depresión y mujer"
- "Problemas de la alimentación: anorexia y bulimia"
- "Consecuencias psicológicas de la violencia de género"
- "De la felicidad"
- "Los malestares de la cultura actual"

### **SEXUALIDAD.**

- "Sexualidad y envejecimiento"
- "La sexualidad de las mujeres cumple años: Abuelas, madres, hijas"
- "Del sexo al placer. El erotismo en el envejecimiento de las mujeres"
- "La sexualidad de las mujeres en el proceso de envejecimiento: salud y afectividad en las mujeres mayores"
- "La sexualidad de las mujeres. Reflexiones desde lo cotidiano"

- “La identidad sexual: realidad biológica y construcción psicosocial. Implicaciones sociales y personales”
- “Sexología aplicada. La atención a la sexualidad de las mujeres”
- “Educación sexual, asesoramiento y terapia desde la sexología”
- “Representación de la identidad sexual en las nuevas vanguardias artísticas”
- “Cuerpo, identidad y fotografía”

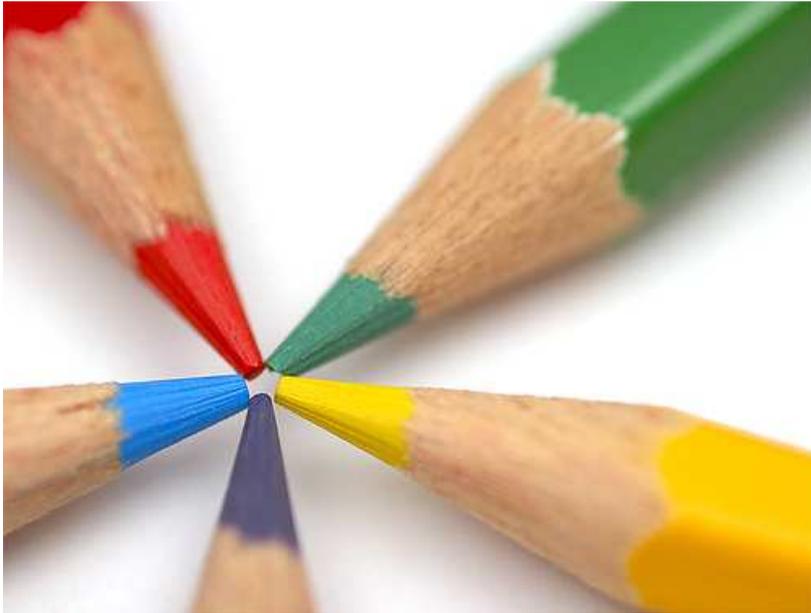
### **RELACIONES AFECTIVAS, VIOLENCIA EN LA PAREJA.**

- “El mito del amor pasión y su relación con la violencia de género
- “El mito del amor-pasión y sus consecuencia en los vínculos de pareja”
- “Las relaciones afectivas de dependencia y autonomía en las mujeres: mitos románticos”
- “Guía didáctica sobre violencia de género”
- “El romanticismo en las representaciones culturales”



**Pilar Sampedro**

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA



**Fichas técnicas de los cursos**





# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN01. IGUALDAD DE GÉNERO.** 30 horas.

---

### **Justificación.**

Si la identidad es una cuestión individual, ¿en qué medida hablamos de identidad de género, es decir, de identidad referida a un colectivo, el de las mujeres y el de los hombres?. Decir identidad de género supone aludir a los elementos que se suponen comunes al conjunto de las mujeres y al conjunto de los hombres, ligados fundamentalmente al papel social que se les atribuye. No existe ninguna duda de que existen determinados aspectos que se constituyen en criterios de pertenencia a un mismo género. Históricamente, las sociedades han construido modelos sociales de comportamiento, actitudes y valores según el sexo. Y se educa a los individuos, formal e informalmente, para que se adapten a ese prototipo identitario.

El auge de las ideas feministas ha producido cambios sociales importantes en la situación de las mujeres y cambios culturales que han supuesto modificaciones en la identidad colectiva que las mujeres comparten. Sin que podamos decir que se hayan desterrado los estereotipos anteriores por completo, el panorama actual de la vida de las mujeres ha cambiado. La igualdad se plantea como necesaria y supone los mismos derechos para hombres y mujeres, el derecho al trabajo, a la participación política, a la independencia y a la posibilidad de elegir. La igualdad también supone cambios para la vida de los hombres y les implica directamente en un compromiso de corresponsabilidad en los ámbitos sociales y familiares que compartimos.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de los campos social, educativo, psicológico y sanitario que trabajen desde el género.

### **Objetivos del curso.**

1. Describir y analizar las diferencias referidas al género en tanto que papel social asignado a los sexos.
2. Proporcionar información específica sobre las discriminaciones que sufren las mujeres ante el empleo, la educación o la política, así como de las acciones positivas para paliar estas situaciones.
3. Analizar la situación de las mujeres en relación con los sistemas de cobertura social para solucionar el desfase entre los derechos legales y las situaciones reales.
4. Introducir el concepto de género como variable de análisis en distintos ámbitos de actuación profesional.

## **Contenidos del curso.**

Bloque 1: Análisis de conceptos.

- Sistema sexo-género, identidad sexual, naturaleza vs. cultura.
- Feminismos: igualdad, diferencia, postmodernidad.
- Discriminación positiva y democracia paritaria.

Bloque 2: Estructura social y familia.

- Roles familiares y cambio social: Maternidad y empleo.
- Monomarentalidad: nuevos modelos de familia.
- Violencia de género.

Bloque 3: Las mujeres y el empleo.

- Situación de las mujeres en el mercado laboral. Políticas de igualdad.
- Trabajo, emancipación e identidad de las mujeres.
- La jornada interminable: condiciones del trabajo doméstico.

Bloque 4: La escuela o el aprendizaje de la feminidad.

- El currículum desde la perspectiva del género: Coeducación.
- Aprender a ser niñas: el juego y los cuentos.
- Lenguaje y estereotipos sexistas.

Bloque 5: La democracia paritaria.

- El derecho a la ciudadanía de las mujeres.
- Planteamiento actual de la democracia paritaria.
- Participación política: ¿quién teme al lobo feroz?



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN02. VIOLENCIA DE GÉNERO. 20 horas.**

---

### **Justificación.**

La violencia de género no es un fenómeno coyuntural. Al contrario, ha existido a lo largo de siglos de historia y en todas las sociedades. Tiene raíces culturales y sociales, se produce y se mantiene por la situación de desigualdad entre mujeres y hombres que aún pervive. Sólo una intervención integral que abarque la educación, la justicia, los recursos sociales y el acceso al trabajo retribuido podría contribuir a erradicar el fenómeno y sus efectos.

La propia respuesta de la sociedad a estos hechos de violencia familiar ya nos indica que en cierto modo la valoración del problema ha sido distinta: desde la negación de su existencia hasta la justificación o trivialización como algo intrascendente por su levedad o su rareza; su ubicación sólo en determinados ambientes en los que los factores socioeconómicos convierten a las familias en susceptibles de llevar a cabo conductas delictivas, o bien, tratando de resaltar diferencias biológicas entre hombres y mujeres capaces de explicar estos hechos. Todo ello ha motivado que en muchas ocasiones las investigaciones se hayan dirigido a tratar de justificar o explicar esta situación en lugar de ahondar y buscar realmente las motivaciones, mecanismos y soluciones del problema.

En el recorrido histórico realizado analizando la agresión a la mujer, se ha comprobado suficientemente que su situación social posibilita y de hecho permite la violencia del hombre como demostración de su autoridad respecto a ella, la cual acepta su situación como “pago” a la “protección” que éste le ofrece, o como aceptación de su propia condición de mujer y de su rol social.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de los campos social, educativo, psicológico, sanitario y legal que trabajen temas de violencia de género.

### **Objetivos.**

1. Favorecer una reflexión crítica sobre las concepciones de la violencia y las causas que la producen.
2. Analizar críticamente las ideas conceptuales sobre la violencia de género, los tipos de violencia y las consecuencias sociales y personales de la misma.
3. Proporcionar información sobre las causas y los efectos que produce la violencia ejercida en el entorno afectivo.

4. Mejorar el conocimiento de los recursos que existen para hacer frente al problema, así como la forma de acceder a los mismos y las funciones de los y las profesionales implicados-as.
5. Concienciar sobre la importancia de una educación no violenta como forma de desarrollo integral exenta de los prejuicios y estereotipos de género patriarcales.

### **Contenidos.**

Bloque 1: Tipos de violencia contra las mujeres y causas que la producen.

- Conceptos: género, violencia de género, malos tratos.
- Tipos de violencia de género y ámbitos en los que se ejerce.
- Percepción subjetiva de la violencia y vulnerabilidad.
- Causas de la violencia de género: patriarcado, androcentrismo, violencia de género como fenómeno globalizado.
- Mitos de la violencia contra las mujeres.
- La socialización sexista de hombres y mujeres: lenguaje, historia, medios de comunicación.

Bloque 2: El ciclo de la violencia.

- El ciclo de la violencia: tipos y mecanismos de control, estrategias defensivas, formas de aislamiento.
- Consecuencias de la fase de dominio y síndrome de la mujer maltratada.
- Indicadores de la violencia.
- Las mujeres que aman demasiado: análisis de casos.
- La infancia ante los malos tratos: ecología del maltrato y ciclo transgeneracional de la violencia.

Bloque 3: Las mujeres víctimas de la violencia familiar.

- Intervención psicosocial: bases conceptuales y descripción de la intervención. Intervenciones de urgencia.
- Aspectos institucionales, jurídicos y psicológicos.
- Instrumentos de evaluación para las mujeres víctimas de maltrato.
- Tratamientos y alternativas para las víctimas.

Bloque 4: Procedimientos médicos, legales y policiales.

- Protocolo sanitario ante malos tratos o agresión sexual.
- Dinámica del síndrome del maltrato a la mujer.
- Recomendaciones para la práctica en atención primaria.
- La ley ante los malos tratos: procedimiento civil y penal.
- Código penal: proyecto de Ley Integral de violencia de género.

Bloque 5: Lo que la mujer debe saber ante la violencia de género.

- Recursos sociales y asistenciales.
- Funcionamiento de las casas de acogida.
- Teléfonos de urgencia y recursos locales y territoriales.
- Servicios de atención de la comunidad autónoma.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN03. AMOR ROMÁNTICO y VIOLENCIA DE GÉNERO.** 20 horas.

---

### **Justificación.**

Actualmente la violencia doméstica se ha convertido en una cuestión con una dimensión pública mayor que en otras épocas debido a la gran cantidad de interpretaciones que se realizan sobre la misma desde diferentes instancias. La idea de este taller no es aportar un análisis más sobre el tema sino plantear una reflexión sobre un asunto que nos afecta a tod@s en alguna medida y que en el caso de las mujeres es una de las muchas variables que sustentan las situaciones de violencia. Analizaremos el modelo amoroso de nuestra cultura occidental, y el mito del amor-pasión y sus consecuencias en las relaciones de pareja actuales. Uno de los factores que facilita, favorece y sustenta la violencia de género más dramática y también las microviolencias cotidianas en las relaciones de pareja, es el modelo de amor romántico presente en nuestra cultura.

Las mujeres son definidas como seres para otros. Qué soy y quién soy tiene que ver con “soy para”. El sentido de la vida de las mujeres tiene que ver con la utilidad para otros, por la calidad de lo que hago para otros, por ser indispensable para que los otros vivan. En esta construcción social del ser mujer no hay autonomía posible porque se nos otorga el atributo de la incompletad, es decir, se nos construye en la necesidad de completarnos en otros y en la necesidad de que los otros son vitales para la existencia. Esta necesidad vital del otro resta autonomía a las mujeres y se traduce luego tanto en el espacio económico y como en el espacio amoroso.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de los campos social, educativo, psicológico, sanitario y legal que trabajen temas de violencia de género.

### **Objetivos.**

1. Analizar el mito del amor y su historia para desvelar sus trampas.
2. Conocer la vigencia del mito en nuestras realidades afectivas y la trascendencia que supone para la vida de las mujeres.
3. Reflexionar sobre la vivencia de la soledad para las mujeres y sus implicaciones sociales y personales.
4. Plantear nuevos modelos afectivos que reflejen la pluralidad de vivencias amorosas.

### **Contenidos.**

- La historia del mito del amor en occidente.

- Análisis de literatura amorosa: el “sueño de la pasión” en las representaciones artísticas de nuestra cultura.
- Las canciones y los relatos amorosos.
- Evaluación de las biografías femeninas en sus relaciones amorosas y sus expectativas con respecto al amor.
- Mitos amorosos.
- Las mujeres que aman demasiado.
- De la dependencia a la autonomía: amores iguales, por los buenos tratos.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN04. FEMINISMO PARA PRINCIPIANTES. 20 horas.**

---

### **Justificación.**

El feminismo es un discurso político que se basa en la justicia. Es una teoría y una práctica política articulada por mujeres que tras analizar la realidad en la que viven toman conciencia de las discriminaciones que sufren por la única razón de ser mujeres y deciden organizarse para acabar con ellas, para cambiar la sociedad. Partiendo de esa realidad, el feminismo se articula como filosofía política y, al mismo tiempo, como movimiento social. A pesar de sus tres siglos de historia, “del feminismo siempre se dice que es un recién nacido o que ya está muerto”. Ambas cuestiones son falsas. El trabajo feminista de los últimos años ha proporcionado material suficiente como para rastrear la historia escondida y recuperar los textos y aportaciones del feminismo anterior, pero también para seguir produciendo análisis novedosos y actuales. Y es que uno de los perfiles que diferencian al feminismo de otras corrientes del pensamiento político es que está constituido por el hacer y pensar de millones de mujeres que se agrupan o que van por libre y están diseminadas por todo el mundo.

Además de ser una teoría política y una práctica social, el discurso, la reflexión y la práctica feminista conllevan también una ética y una forma de estar en el mundo. La toma de conciencia feminista cambia, inevitablemente, la vida de las mujeres y de los hombres que se acercan a él. Para muchas mujeres el feminismo ha sido una conmoción intransferible desde la propia biografía y circunstancias hacia una perspectiva colectiva que remueve conciencias, replantea la individualidad y la manera de estar en el mundo. El feminismo es un gran desconocido y la mención de su nombre suele generar malentendidos y posicionamientos muy encontrados. Este curso ayudará a conocerlo de cerca y a juzgarlo desde una perspectiva más global y correcta.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas.

### **Objetivos.**

1. Conocer qué es el feminismo, qué significa tener una mirada feminista y en qué momento del proceso nos encontramos en la actualidad.
2. Comprender la importancia que una conciencia feminista tiene como capacidad transformadora de la vida de las mujeres.
3. Conocer la historia del feminismo como teoría política y como movimiento social.
4. Analizar los roles y los estereotipos sexuales.
5. Adquirir conciencia feminista y análisis crítico sobre la vida cotidiana de las mujeres.

## **Contenidos.**

Bloque 1: ¿Qué es el feminismo?: La metáfora de las gafas violetas.

- Referencias históricas del feminismo.
- Definición de conceptos: androcentrismo, patriarcado, sexo-género, sexismo, acción positiva, paridad.
- Actualidad del feminismo: Feminismos.

Bloque 2: La mirada feminista: ¿Para qué sirven las gafas violetas?

- Análisis sobre sexualidad y el cuerpo de las mujeres.
- Socialización: familia, escuela, cultura.
- Participación social y política.
- Autoridad y pactos entre mujeres.
- Violencia de género.

Bloque 3: La mística de la femineidad : Las mujeres y el empleo.

- División sexual del trabajo: espacio público/espacio privado.
- La ética del cuidado.
- El techo de cristal.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN05. MASCULINIDADES: NUEVAS FORMAS DE SER VARÓN.** 10 horas.

---

### **Justificación.**

Algunas de las razones por las que es importante plantear y trabajar este tema son:

- **Actualidad:** Muchas mujeres jóvenes con sensibilidad feminista y/o social, se plantean por qué los chicos con los que conviven y con los que comparten inquietudes sociales y laborales no participan o encuentran dificultades para participar de su lucha feminista. Encontramos una cantidad de publicaciones y artículos sobre el posible papel de “ellos” en relación con nosotras: “cómo establecer relaciones, cómo entendernos, cómo ser hombre de otra manera, cómo dar la talla, la guerra de los sexos, mi pareja no me entiende...”.
- **Necesidad:** Queremos alcanzar un mayor grado de bienestar como mujeres. Ello implica un avance en los diferentes ámbitos de nuestra vida tales como: corresponsabilidad en las tareas domésticas, en la vida sexual-afectiva, en los espacios públicos... precisamos, pues, una evolución positiva del pensamiento y, sobre todo, de las actitudes de los hombres que nos rodean y con los que compartimos espacios. La que no tiene una pareja, tiene un hermano y la que no tiene un padre o un jefe.
- **Solidaridad:** Porque observamos que también existe cierto malestar o, por lo menos, inquietud entre los hombres de nuestro entorno. Gracias al Feminismo la sociedad ha cambiado enormemente, sobre todo si pensamos en la vida de las mujeres, pero hay muchos hombres y chicos jóvenes a los que se les ha educado de una manera rígida, y que al ser conscientes de ello han desarrollado un interés por cambiar sus actitudes y valores.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas.

### **Objetivos.**

1. Que las personas participantes reconozcan cómo el género ha influido en su experiencia temprana y cómo continúa influyendo actualmente en su manera de pensar y en las relaciones entre mujeres y hombres.
2. Proporcionar información sobre la Masculinidad, la Equidad de Género, y la Prevención de la Violencia.
3. Sensibilizar sobre la construcción social de la masculinidad.

## **Contenidos.**

- El concepto de identidad masculina: el género masculino.
- Poder y construcción de la identidad de género desde una perspectiva teórica y vivencial.
- La juventud y la construcción de la masculinidad.
- Reflexión sobre cómo los jóvenes llegan a ser reconocidos como hombres y los riesgos y oportunidades que implica para ellos mismos y la sociedad.
- El problema de la violencia de género.
- Tipos de violencia en el ámbito familiar.
- La construcción de la sexualidad masculina: homofobia y erotismo.
- La masculinidad y el tema del cuidado: paternidades ausentes.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN06. IDENTIDAD FEMENINA A TRAVÉS DEL CINE. 10 horas.**

---

### **Justificación.**

El cine es un medio, una forma de comunicación y una representación cultural. A través de imágenes, música, fotografía nos proyecta unos contenidos más o menos reales, nos traslada a formas de vida, valores, escenas con los que podemos sentirnos identificad@s. Como instrumento de comunicación comparte con la televisión un poder de convocatoria de tal envergadura, que le convierte en medio educativo de primera magnitud por su capacidad para fomentar actitudes y modelos de vida. Su poder evocador y discursivo funciona como un eficaz vehículo de transmisión de unos valores dominantes muy condicionados en la actualidad por el mercado. Con el cine aprendemos a besar de cierta manera, a resolver situaciones difíciles, emulamos a personajes que nos fascinan...

Culturalmente, la necesidad de un cine dirigido y protagonizado por mujeres bajo ciertas premisas responde a una deuda histórica y sociopolítica. Ciertamente el cine narrativo ha contribuido al dominio sobre los colectivos sin historia -mujeres, etnias, homosexuales, etc.- El Feminismo y la Teoría Fílmica han denunciado cómo las ideologías en el poder -capitalistas o no capitalistas- han utilizado la imagen de la mujer en su provecho mediante los mecanismos del arquetipo narrativo clásico. En estas historias las mujeres han sido usadas como imágenes para la contemplación; personajes pasivos cuya función se supeditaba a los deseos y las necesidades del protagonista masculino; estereotipos contruidos por intereses y prejuicios patriarcales (la vampiresa, la esposa fiel, la virgen, etc.) como floreros sin capacidad de decisión. Han pivotado siempre entre la clásica dicotomía virgen / puta, madre / esposa, ingenua / perversa, María / Eva. Se han silenciado posibilidades temáticas y narraciones con personajes femeninos protagonistas.

Mujeres directoras -sobre todo en occidente- llevan décadas realizando películas que aportan temas nuevos o poco visitados; contribuyendo a la difusión de mensajes de igualdad entre géneros que responden a preocupaciones y reivindicaciones seculares.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de la educación que quieran utilizar el cine como herramienta metodológica en el aula.

### **Objetivos.**

1. Analizar el papel que han tenido las mujeres en este medio, los papeles asignados, las mujeres que acceden a dirigir o producir películas.

2. Conocer a las directoras que en estos momentos están dirigiendo cine.
3. Diferenciar entre cine feminista y cine dirigido por mujeres.

**Contenidos.**

- Los modelos de mujer en el cine.
- Formas de representar a la mujer en distintas épocas históricas.
- Visualización de películas en las que se aprecian los modelos de mujer cinematográficos.
- Belleza e imagen corporal en el cine.
- Las funciones de la mujer y sus roles. Películas “para mujeres”.
- El cine “feminista”.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN07. HISTORIA DE VIDA A TRAVÉS DE LAS FOTOS. 10 horas.**

---

### **Justificación.**

Una de las primeras consideraciones que debemos realizar sobre la imagen fotográfica es reflexionar sobre la persona que enfoca. La mirada fotográfica no es ingenua, se centra en una serie de personajes y de escenarios que interesan a la persona que fotografía, o bien a quien se le encarga el reportaje fotográfico.

La fotografía representa un momento del pasado que se hace presente para nosotros. Su capacidad de captar el acontecimiento la convierte en una fuente privilegiada para el conocimiento de la historia del siglo XX. La imagen fotográfica, a diferencia de una imagen artística, capta lo real, aunque ahora los sujetos -las mujeres en este caso- pasan a convertirse en objetos de la cámara fotográfica perdiendo el protagonismo que les concede el entrevistador en la historia de vida donde son un testimonio vivo.

La fotografía nos descubre nuevos escenarios para la actuación social de las mujeres. Desde que aparecieron las primeras imágenes, las mujeres podían encontrarse retratadas fuera del espacio privado, trabajando en los lavaderos, los mercados, los espectáculos (fotos de artistas), o en los actos de la vida social elegante, si se trataba de las mujeres de clase alta.

Todo ello indica la aparición de una nueva imagen de la mujer joven, más atrevida y dinámica, que usa el mono o lleva pantalones cortos. Todavía esta imagen coexiste con el modelo tradicional, según el cual la vida de la mujer estaba centrada en la esfera de lo privado, en la familia y la maternidad. El objetivo es analizar la vida de las mujeres en el siglo pasado a través de las fotos.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas.

### **Objetivos.**

1. Analizar la identidad personal con una imagen positiva y ajustada de sí misma a través de las fotos personales.
2. Analizar la historia personal a través de las fotos y descubrir costumbres, comportamientos y valores de una época y su influencia en la vida pasada y actual.
3. Repasar el ciclo vital, los cambios y momentos históricos personales a través de las fotos y la imagen.

## **Contenidos.**

- Analizar el valor de la imagen como expresión de costumbres, valores, actitudes ante la vida, reflexión sobre los aspectos culturales que manifiestan las fotos.
- Analizar fotos ajenas al grupo descubriendo aspectos de las mismas: vestidos, posturas, actitudes, cultura, ambiente...
- Encuesta a los participantes del grupo acerca de aspectos de la vida de alguien a partir de las fotos que aporta al grupo.
- Comentar aficiones, preferencias, etc. aspectos personales y familiares de su vida.
- Resaltar los aspectos positivos de las vidas de las protagonistas.
- Narrar un cuento sobre la vida personal usando las fotos.
- Salir al espacio físico y fotografiar aquellos objetos, lugares o personas significativas para las personas participantes.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN08. CLAVES PARA LA AUTOESTIMA Y LA AUTONOMIA DE LAS MUJERES. 10 horas.**

---

### **Justificación.**

Existe una necesidad por parte de muchas mujeres de reflexionar sobre el concepto de sí mismas y su capacidad para ser autónomas. El taller pretende dar a conocer los mecanismos a través de los cuales las mujeres hemos recorrido el camino hacia la autoridad y el empoderamiento en nuestras vidas.

Entender que como género hemos participado de una cultura en la que se nos asignaban ciertos papeles de menor consideración social y menor valor, nos hace tomar conciencia de las estructuras sociales que nos determinan. Una vez hecho esto, es necesario buscar los caminos para construir desde lo personal esa independencia y ese pacto con las personas que nos rodean para crear una realidad más justa e igualitaria.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales que trabajen con grupos de mujeres en el ámbito educativo, social, sanitario o psicológico.

### **Objetivos.**

1. Conocer el significado de los términos autonomía, autoestima y desarrollo personal.
2. Reflexionar sobre los mecanismos y estructuras que nos restan independencia.
3. Reconocer las estructuras sociales que determinan el concepto que tenemos de nosotras mismas.
4. Trabajar en las claves que nos dan autonomía y autoridad sobre nuestras vidas.

### **Contenidos.**

Bloque 1: ¿Por qué trabajar la autoestima y la autonomía de las mujeres?

- Orígenes de la autonomía de las mujeres: visibilizarnos como sujetos.
- La autoridad y el poder.
- Los procesos en los que se constituye la autonomía.

Bloque 2: Claves para la independencia de las mujeres.

- Dependencia y autonomía.
- Los conflictos interpersonales: la culpa y el egoísmo.
- Los malestares cotidianos.
- Principios éticos fundamentales del yo.

Bloque 3: El amor en la identidad femenina.

- La biografía amorosa de las mujeres.
- La colonización amorosa de las mujeres: pareja y maternidad.
- Ejes centrales de la vida afectiva de las mujeres: ser para otros.
- Una filosofía amorosa diferente: la negociación en el amor.

Bloque 4: Cómo construir autoestima e independencia.

- Hacia unas relaciones establecidas con pactos: la conciencia de la ciudadanía.
- El difícil camino de la libertad: dependencia-independencia.
- De la desolación a la soledad: aspectos positivos de estar solas.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN09. LA SEXUALIDAD DE LAS MUJERES.** 20 horas.

---

### **Justificación.**

Atender la sexualidad de las mujeres implica realizar una reflexión sobre cómo cada mujer interpreta y vive su identidad sexual.

En este sentido, tanto hombres como mujeres compartimos el tener que compatibilizar dos tipos de historia, la individual y subjetiva con la histórica. Cada persona constituye una biografía, una trayectoria vital en la que la identidad sexual es vivida de una forma personal y única. Pero además, nuestra sexualidad también es histórica, porque la sociedad, la cultura, tiene unas creencias acerca de lo que significa ser hombre o ser mujer, y también unas formas de ver la sexualidad de hombres y mujeres de una manera diferenciada.

Es importante para trabajar la sexualidad de las mujeres no olvidar de dónde venimos y cuáles han sido las figuras que históricamente nos han definido en el universo de la sexualidad. Las mujeres soportan a la hora de vivir su sexualidad el peso de una identidad que se resuelve en figuras finitas, estereotipadas y, en alguna medida, alejadas de la realidad. Las imágenes que hemos tenido para definir nuestra identidad sexual son dicotómicas y planas: virgen / puta, frígida / promiscua, buena / mala, santa / malvada, fácil / difícil.

Las mujeres se enfrentan con la dificultad de vivir sus vidas independientemente de estos modelos y crear su propia biografía de forma autónoma. Hay una falta de modelos alternativos que nos hace vernos de una forma sesgada, más desde lo que se espera de nosotras como mujeres que desde una lectura autónoma. No hemos podido elaborar un imaginario propio frente a uno impuesto. Las mujeres se sienten atrapadas para actuar alejadas de las toscas imágenes y guiones de una historia impuesta. Vivimos como transeúntes entre el antiguo modelo tradicional y el actual modelo de hipersexualización.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales que trabajen con grupos de mujeres en el ámbito educativo, social, sanitario o psicológico.

### **Objetivos.**

1. Reflexionar sobre la importancia de la identidad sexual a la hora de vivir y experimentar la sexualidad.
2. Conocer las necesidades que las mujeres plantean en el terreno de la sexualidad.
3. Reflexionar sobre los guiones sexuales que las mujeres tienen como modelos de comportamiento en el terreno de la sexualidad.

## **Contenidos.**

- Introducción histórica: la construcción de la sexualidad femenina.
- Precisiones sobre la sexualidad de las mujeres: el estereotipo sexual.
- El modelo amoroso en las relaciones sexuales y de pareja.
- Sexo, sexualidad y erótica en las mujeres.
- La atención a la sexualidad de las mujeres.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **GEN10. SALUD, SEXUALIDAD Y ENVEJECIMIENTO EN MUJERES. 20 horas.**

---

### **Justificación.**

Podemos analizar desde muy diferentes puntos de vista el concepto de **Sexualidad** y el de **Envejecimiento** y las relaciones que en los distintos momentos de nuestro devenir vital se pueden establecer entre ambos. Este curso pretende plantear un marco teórico crítico que reflexione sobre ambos aspectos para, a partir de ahí, entender cuáles son los procesos que se producen en el envejecimiento y qué relación guardan con el hecho sexual humano.

Se trata de revisar lo que hombres y mujeres consideran que es y lo que debe ser su identidad sexual y cómo viven este proceso a lo largo del tiempo, dentro de un contexto en el que las relaciones entre los sexos están cambiando.

Es inevitable tener en cuenta la variable “género” en el análisis diferencial del envejecimiento y la sexualidad. Sólo así podemos entender cómo las sociedades occidentales tratan el paso del tiempo, los cambios físicos, corporales y anímicos de forma diferente en hombres y mujeres, y cómo, a su vez, mujeres y hombres asumen y perciben la vejez de forma diferenciada.

La sexualidad atlética y mecánica, fundamentalmente centrada en las relaciones genitales, es un modelo canónico que excluye fórmulas de seducción y de encuentro, que deja de lado otros erotismos menos mercantiles. La sexualidad en la vida de las mujeres está muy relacionada con la juventud, la belleza y la delgadez, relacionada con la maternidad y con la pareja. Cuando se cumplen años, cambia nuestro cuerpo, la percepción que tenemos de nosotras mismas y cambian también nuestras relaciones afectivas.

Lejos de ser un período de renunciaciones, de miedo al cuerpo, al placer o las relaciones, puede ser el momento de liberarnos de viejos deberes sexuales. Más importante que los cambios en la Respuesta Sexual asociados al climaterio, son las condiciones físicas, psicológicas y sociales las que más van a influir en la sexualidad de las mujeres es este ciclo de la vida.

La creencia de las mujeres sobre la inconveniencia de mantener relaciones sexuales a partir de cierta edad, la imagen corporal y la reconciliación con el cuerpo en transformación y, por último, la forma de entender las relaciones entre los sexos, van a determinar en mayor medida la vivencia de la sexualidad que el propio hecho de cumplir años.

**Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales del ámbito educativo, social, sanitario o psicológico que trabajen temas de sexualidad y envejecimiento.

**Objetivos.**

1. Reflexionar sobre los conceptos de sexualidad, envejecimiento y salud.
2. Conocer los predictores que facilitan un envejecimiento saludable.
3. Analizar cómo influye el género en los procesos de envejecimiento.
4. Analizar el climaterio en relación con la sexualidad.

**Contenidos.**

- Precisiones en torno al concepto de Sexualidad.
- El envejecimiento en las sociedades actuales.
- El tema del género en las cuestiones de envejecimiento.
- El modelo médico de salud sexual: la normalidad y la patología.
- El climaterio y la sexualidad: la menopausia.
- Salud sexual de las mujeres mayores.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **¡nuevo curso!** GEN11. TRANSVERSALIDAD DE GÉNERO EN LAS ORGANIZACIONES. 15 horas.

---

### **Justificación.**

Las desigualdades entre mujeres y hombres tienen su base en los papeles que tradicionalmente se han asignado a unas y a otros. Los gobiernos y otros actores deben promover una política activa y visible de integración de la perspectiva de género en todas las políticas y programas y, para ello, antes de que se adopten las decisiones, debe hacerse un análisis de los efectos sobre las mujeres y los hombres, respectivamente. (Plataforma para la Acción de Beijing, 1995)

En esta Conferencia queda definido el principio de Transversalidad – Mainstreaming de Género - como una actuación necesaria a implementar por los Estados Miembros dirigida a integrar la perspectiva de género en todas las políticas y los programas generales. Es decir, no limitar los esfuerzos de promoción de la igualdad a la ejecución de medidas específicas a favor de las mujeres (políticas de acción positiva) sino actuar de forma transversal en todas las acciones y políticas generales.

Con la entrada en vigor del Tratado de Ámsterdam, se inició una nueva etapa en el proceso de construcción europea y concretamente en materia de igualdad, constituyéndose la promoción de la igualdad entre mujeres y hombres y la eliminación de cualquier tipo de discriminación, en una de las prioridades a tener en cuenta en el diseño de las Políticas Europeas.

La transversalidad de género, es el proceso de valorar las implicaciones que tiene para los hombres y para las mujeres cualquier acción que se planifique, ya se trate de legislación, políticas o programas, en todas las áreas y en todos los niveles. Es una estrategia que trata de situar los temas de género entre los temas prioritarios de las agendas políticas.

### **Destinatarios.**

Organizaciones sociales y políticas, ONGS y asociaciones que deseen integrar la transversalidad de género en sus programas.

### **Objetivos.**

1. Mejorar la capacidad de los participantes del curso en el manejo de intervenciones especiales orientadas a la equidad y a la transversalidad de género al diseñar, implementar y supervisar las intervenciones en cualquier programa de actuación social o política.
2. Sensibilizar sobre temas de género y posibilitar un análisis del tema que cambie la mirada sobre las agendas políticas.

3. Transferir el concepto de género a la práctica cotidiana dentro de las ONG, asociaciones y organizaciones participantes.

### **Contenidos.**

Bloque 1:

- Género: hombres y mujeres en la relación social.
- Procesos de Socialización diferencial.
- Cambios en las relaciones de género y transformaciones en la masculinidad hegemónica.
- Género, políticas públicas y desarrollo.
- La transversalidad de la equidad de género como instrumento de promoción, cambio social y redistribución de los recursos.

Bloque 2:

- Concepto de transversalidad y Mainstreaming de Género: origen y sentido.
- Pasos para la transversalización efectiva del enfoque de género.
- Principales implicaciones.
- Elementos de un proceso de Mainstreaming.
- Relación con acciones específicas.
- Limitaciones y principales dificultades.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **EDU01. ANALISIS DE GÉNERO A TRAVES DE LOS CUENTOS INFANTILES. 10 horas.**

---

### **Justificación.**

Los libros ilustrados para las pequeñas edades reproducen estereotipos sexuales que, a su vez, se trabajan en casa o en la escuela durante los primeros años de vida. Los protagonistas de la mayoría de los cuentos suelen ser niños, hombres o animales machos, activos, valientes, arriesgados, inteligentes, salvadores. Los personajes femeninos son emotivos, pasivos y estúpidos, cuando no malévolos. Las niñas crecen con el cometido de adquirir estas funciones o, son obligadas a adquirir un rol masculino como única alternativa de la feminidad más extrema, con difíciles soluciones integradoras.

Si se admite que los libros deberían ser instrumentos de cambio de las mentalidades, el hecho de exponer la situación real de la mujer o de la niña sin criticarla, presentándola de esta forma como un hecho natural, revela también sexismo.

Es preciso que las personas que se dedican a editar, escribir e ilustrar sepan que es importante para el porvenir de las niñas el poder reconocerse en personajes positivos, y que es importante para el porvenir de los chicos que dejen de identificar a las mujeres y a las niñas con la ignorancia, la frivolidad, la malignidad y la tontería. Es curioso que, a pesar del potencial de inventiva y de fantasía que contienen los cuentos, quienes los escriben se resistan a inventar situaciones de igualdad e, incluso, renieguen de los avances ya realizados al respecto, aferrándose a situaciones cada vez menos representativas.

### **Destinatarios.**

Profesionales de la educación.

### **Objetivos.**

1. Analizar los cuentos infantiles más tradicionales y los actuales viendo las características y los valores que se asocian a niños y niñas.
2. Reconocer el valor del juego simbólico y el aprendizaje vicario en el desarrollo infantil.
3. Analizar los símbolos, los roles, vestimenta, utensilios y actividades que realizan los personajes femeninos y masculinos en los cuentos infantiles.
4. Construir un cuento infantil alternativo.

## **Contenidos.**

- Recorrido por la importancia del juego simbólico en la educación infantil.
- Cuentos de ayer y de hoy.
- Análisis de los cuentos tradicionales.
- Imágenes de niños y niñas en los cuentos infantiles.
- Análisis de objetos asociados a chicos y a chicas.
- Los mal llamados cuentos alternativos para niñas.
- El cuento coeducativo.
- Uso del cuento en el aula.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **EDU02. SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD.** 40 horas.

---

### **Justificación.**

La sexualidad es una dimensión humana fundamental en nuestro desarrollo biográfico. La identidad sexual marca una gran parte de nuestros comportamientos, de nuestras decisiones y vivencias vitales y se construye a lo largo de nuestra existencia a través de diversos mecanismos biológicos, sociales y psicológicos.

No siempre hemos contemplado la sexualidad como una posibilidad cultivable y rica en matices y posibilidades. La mayoría de las veces ni siquiera nos hemos parado a pensar en cómo influye en nuestras vidas, qué nos aporta y cuáles son nuestros conflictos con ella. Nos limitamos a contemplarla como una dimensión poco racional y “natural” de nuestra existencia, algo con lo que nacemos, que tenemos incorporado, algo instintivo.

En el mejor de los casos podemos enfrentarnos con nuestra realidad sexual como un mundo del que sabemos poco o del que tenemos una imagen más publicitaria y cinematográfica que real. En el peor, suele ser una fuente de conflictos o de problemas que no sabemos nombrar o de los que no hablamos.

Este proceso se produce porque nuestras sociedades se han acercado al tema de la sexualidad desde perspectivas morales o ideológicas. Es importante diferenciar el pensamiento moral o ideológico de la sexualidad de un discurso o un acercamiento que pretende ser más cercano al conocimiento y al análisis y no a los juicios de valor o a los estereotipos. Se han dejado de lado el desarrollo teórico y científico que aborda la sexualidad como una dimensión humana fundamental en el desarrollo personal y como un aspecto positivo y rico de nuestra existencia. La sexualidad se ha teorizado más como problema que como valor, más como un aspecto enigmático y privado que como un aspecto interrelacional y común al género humano.

### **Destinatarios.**

Profesionales de la educación. Profesionales que quieran trabajar temas de sexualidad con sus grupos de usuarios.

### **Objetivos.**

1. Analizar actitudes y estereotipos acerca de la sexualidad que se manejan socialmente.
2. Posibilitar la aceptación de la sexualidad como fuente de placer, salud, afectividad y fecundidad.
3. Comprender y conocer el desarrollo sexual humano.

4. Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.
5. Conocer los elementos básicos de la respuesta sexual y los afectos y emociones asociados.
6. Reconocer las necesidades afectivas y su evolución.
7. Desarrollar habilidades como la comunicación, la empatía y la expresión emocional que permitan vivir la erótica y las relaciones personales de manera adecuada.
8. Conocer los programas de educación sexual que puedan ayudar en la práctica profesional.

### **Contenidos.**

- Actitudes y valores acerca de la sexualidad.
- La construcción de la sexualidad: problemática de la sexualidad y antisexualismo.
- La sexualidad como dimensión humana biográfica: sexo, sexualidad y erótica.
- La afectividad y las relaciones interpersonales.
- Programas de sexualidad aplicables a la práctica profesional.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **EDU03. EDUCACION SEXUAL EN LA ADOLESCENCIA. 30 horas.**

---

### **Justificación.**

A pesar de que la educación Obligatoria pretende ofrecer una respuesta educativa unitaria a la población escolar aportando elementos educativos de orden cognitivo, afectivo, social y ético que les permitan incorporarse a la sociedad de forma autónoma y responsable, sin embargo, estos elementos educativos básicos han sido incorporados al aula de forma residual y puntual, con poca o ninguna continuidad e impartidos en la mayoría de los casos por personas expertas en el tema pero ajenas al centro de enseñanza. En la mayoría de los casos, impartir estos contenidos depende más de una inquietud o predisposición por parte del profesorado del Centro que de una planificación curricular distribuida por áreas y etapas.

Sin embargo, las demandas de una educación afectiva y sexual y de coeducación se hacen cada vez más necesarias a juzgar por los datos objetivos, puesto que a pesar de que aparentemente somos una sociedad en la que la información está al orden del día, convive con unas altas dosis de desconocimiento y errores que afectan a la vida personal, a las relaciones afectivas, a las opciones personales (amistades, parejas..), al equilibrio personal y emocional. No se trata sólo de ofrecer una EDUCACIÓN SANITARIA porque es necesario prevenir embarazos no deseados, ITS o VIH, o incluso prevenir la violencia doméstica (vamos a trabajar las relaciones entre los sexos, las diferencias y cómo gestionarlas), también es una educación en la que la sexualidad debe plantearse como un valor cultivable y no sólo como una fuente de conflictos.

Una adecuada educación sexual debe facilitar la construcción del conocimiento sexual; para ello debemos partir de lo que el alumnado ya sabe, de las preconcepciones y de las informaciones previas, para desde ahí fomentar actitudes positivas y de respeto, a la vez que facilitamos la adquisición de la propia identidad sexual desligada de elementos discriminatorios de género.

### **Destinatarios.**

Profesionales de la educación.

### **Objetivos.**

1. Adquirir conocimientos básicos en torno al hecho sexual humano (aspectos psicológicos, biológicos o culturales).
2. Ayudar a los profesionales de la educación a tener herramientas para trabajar estos temas dentro del aula y los espacios educativos

3. Conocer y valorar la necesidad de la Educación afectivo-sexual para el desarrollo integral de los/as adolescentes.
4. Conocer y saber dar respuesta a los intereses que sobre este tema tiene el alumnado.
5. Instruir en orientaciones didácticas y psicopedagógicas que faciliten la puesta en práctica de proyectos de educación sexual en el aula.

### **Contenidos.**

- Encuadre y marco de la educación sexual: qué educación sexual y objetivos de la misma.
- Somos seres sexuados: La educación sexual desde las relaciones entre los sexos.
- Identidad sexual: sexo, sexualidad y erótica en la educación.
- Diferencias sexo-género.
- Autoconocimiento y autoestima: La imagen corporal.
- Marco de las relaciones afectivas: romanticismo y amor-pasión en la adolescencia. Relaciones de enamoramiento.
- Socialización y lenguaje: símbolos e imágenes culturales del mensaje amoroso.
- Análisis de las expectativas mágicas de la juventud con respecto a la pareja.
- Prevención de embarazos no deseados e ITS.
- Metodología para trabajar la educación afectiva con adolescencia.
- Propuestas de nuevos modelos afectivos.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **EDU04. MANUAL DE ESTILO PARA UN LENGUAJE NO-SEXISTA 20 horas.**

---

### **Justificación.**

Cada sociedad organiza el mundo de manera original de forma que cuando nacemos casi siempre nos limitamos a aprender la forma en la que lo han organizado quienes nos precedieron, cuáles son las categorías en que se divide el universo, qué seres pertenecen a cada una de ellas, qué es lo bueno y lo malo, lo que debe ser y no debe ser.

Por lo tanto, tod@s recibimos esta influencia social que condicionará nuestra manera de ver y de estar en el mundo. Con el lenguaje aprendemos la primera forma de dividir el mundo en categorías. Lenguaje y pensamiento van de la mano, la lengua y el habla apenas son distinguibles del pensamiento. Nuestros conceptos, reflexiones, ideas y proposiciones son lingüísticos. El lenguaje es una condición necesaria para nuestra socialización. Las palabras denominan las cosas pero también hacen que las agrupemos de una determinada manera en nuestro pensamiento.

Las palabras de un idioma indican las categorías en las que divide el mundo una determinada comunidad lingüística y aquellas imprimen, en la mente de cada uno de sus miembros, una primera forma de clasificar el universo. El que éste se divida de una forma u otra depende de los intereses de cada sociedad y la antropología nos muestra cómo estos sistemas de clasificación no son iguales para todos los pueblos. Hay lenguas que no poseen términos que indiquen el género al que pertenece la persona de quien se habla, y algunos pueblos indígenas de América clasifican los objetos en el lenguaje según la forma que tienen dando prioridad a esta característica sobre las demás. El lenguaje refleja el sistema de pensamiento colectivo y con él se transmite una gran parte de la forma de pensar, sentir y actuar de cada sociedad.

A través del vocabulario la cultura preserva el arquetipo de varón y mujer que ha prevalecido a lo largo de la historia. Un rápido análisis de las estructuras gramaticales nos revela que continuamente estamos utilizando mecanismos de gran sutileza que provocan la ocultación de la mujer y la masculinización del pensamiento. En castellano y en la mayoría de los usos del mismo, tanto en el lenguaje coloquial como en libros de textos de educación, periódicos y revistas y medios de comunicación, el género femenino tiene un empleo exclusivamente específico y sólo se utiliza en aquellos casos en los que se predica algo de la mujer como un caso a parte. En cambio, el género masculino aparece muy frecuentemente, unas con carácter específico y también en las ocasiones genéricas. De modo

inconsciente incorporamos lo masculino con la totalidad, identificamos al varón con la persona.

Esta situación lingüística ha variado mucho en los últimos años por la necesidad de adaptar el uso del lenguaje a la modernidad y a la realidad social. Los cambios en la vida de las mujeres de los últimos años y la necesidad de adoptar medidas de igualdad de oportunidades han favorecido que desde las instituciones y desde algunas publicaciones se lleven a cabo correcciones para un uso no sexista del lenguaje. Este curso pretende ayudar a analizar las diferentes situaciones en que se usa lenguaje sexista y aportar alternativas.

### **Destinatarios.**

Profesionales de la educación.

### **Objetivos.**

1. Conocer la importancia del lenguaje como vehículo de transmisión de conceptos y su relación con el pensamiento.
2. Analizar la importancia del uso del lenguaje y sus cambios y adaptaciones a la realidad actual.
3. Conocer los usos sexistas del lenguaje, detectar las situaciones en las que aparecen y conocer su trascendencia en la realidad cotidiana.
4. Analizar el lenguaje sexista en los usos cotidianos, en los medios de comunicación y en la literatura escrita.
5. Concienciar de la necesidad e importancia de un uso no sexista del lenguaje.
6. Conocer las medidas efectivas para sustituir el lenguaje sexista por uno que no lo sea.
7. Elaborar un manual de estilo con alternativas para un uso no sexista del lenguaje.

### **Contenidos.**

Bloque 1: Palabras y conceptos clave. El sexismo lingüístico.

- Androcentrismo en el lenguaje.
- Conceptos: Sexismo, género, discriminación.

Bloque 2: Comunicación y lenguaje.

- Importancia del uso del lenguaje.
- Lenguaje y pensamiento.
- Mensaje y contenido lingüístico.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## Bloque 3: Género gramatical y sexo.

- Los sustantivos según la variación formal del género y la relación género-sexo.
- El masculino genérico.
- El género de las palabras que nombran a los seres animados y el sexismo lingüístico.
- Los problemas de concordancia de género: adjetivo, artículo y pronombre.

## Bloque 4: Análisis de situaciones en las que se advierte uso sexista del lenguaje.

- Diccionarios y libros de texto.
- Periodismo y medios de comunicación.
- Habla y lenguaje cotidiano.

## Bloque 5: Manual de estilo: manual de lenguaje administrativo no sexista.

- Los genéricos.
- Los duales aparentes y los vocablos ocupados.
- Las fórmulas de tratamiento.
- Los términos para designar a las personas destinatarias del escrito.
- Las disimetrías del discurso.
- Los oficios, profesiones y cargos de responsabilidad.
- Problemas estilísticos: Barras, arrobas y desdoblamientos.





# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **PSI01. PSICOLOGIA PARA LA VIDA COTIDIANA 20 horas.**

---

### **Justificación.**

La vida cotidiana suele ponernos frente a situaciones complejas; no son pocas las ocasiones en que nuestras propias reacciones nos sorprenden, o en que no sabemos cómo actuar con nuestra pareja, familia, compañeros de trabajo o amistades. Una de las vías más importantes para promover el desarrollo humano, o propiciar su deterioro, es el estilo de afrontamiento de la vida que adopta la persona. Existen dos formas generales de responder ante las situaciones problemáticas: las reacciones negativas o perjudiciales y las positivas o acertadas. Las primeras traen como consecuencia el aumento de frustraciones y del estrés, lo que a largo plazo favorece el deterioro de la personalidad.

El conflicto es parte consustancial a la vida cotidiana, inevitable a la vez que importante para encontrarle solución productiva a los problemas que enfrentamos a diario. Su impacto en la salud y el bienestar de las personas resulta decisivo, pero más trascendente aún, es la forma en que se manejen estos trances. El aprendizaje de habilidades sociales para conducirlos deviene entonces, en tema mucho más importante que la presencia e intensidad del conflicto en sí mismo. Aprender a afrontar los conflictos, los momentos de cambio vital, los acontecimientos cotidianos, supone desarrollar una serie de habilidades sociales, de comunicación y empatía que mejoran nuestra calidad de vida.

El objeto general del curso será analizar las formas o estilos generales de afrontar la vida, de responder a situaciones problemáticas, conflictivas o frustrantes y aprender aquellos patrones de conducta que supongan formas positivas y adecuadas de afrontar la vida y las dificultades cotidianas.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales del ámbito educativo, social, sanitario, psicológico o legal.

### **Objetivos.**

1. Identificar y aprender a reconocer aquellos ambientes vitales que nos resulten problemáticos, conflictos cotidianos o situaciones que no sepamos resolver con facilidad.
2. Aprender a conocer nuestras capacidades y habilidades a la hora de relacionarnos socialmente: cómo somos, cómo nos mostramos hacia los demás.
3. Potenciar nuestras habilidades para la correcta gestión de nuestros conflictos interpersonales.

4. Gestionar nuestro tiempo y aprender a organizarnos de forma activa para combatir el estrés.
5. Desarrollar habilidades sociales de asertividad y motivación.
6. Desarrollar habilidades comunicativas: escucha activa, comunicación efectiva, crear climas de confianza.
7. Reestructurar el concepto de conflicto y de crisis vital como posibilidades de cambio y mejora.

### **Contenidos.**

- Qué entendemos por educación para la vida.
- Conflicto y vida cotidiana.
- Asertividad y Autoestima saludable.
- Comunicación interpersonal efectiva.
- Competencia y Habilidades sociales.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## PSI02. PSICOLOGIA SISTÉMICA 40 horas.

---

### Justificación.

Los iniciadores del **modelo sistémico** fueron terapeutas vinculados al Instituto de investigación Mental de Palo Alto (California).

Jackson, Watzlawick y Weakland, fundadores de esta escuela, hicieron un análisis de las conductas sintomáticas o mal llamadas patológicas y les atribuyeron una serie de características comunes, un patrón conductual:

- Los problemas comienzan por una dificultad de la vida cotidiana, generalmente ligada a algún momento de transición, que se maneja de una forma pobre o con pocos recursos; no es necesaria una situación traumática para explicar la aparición de un síntoma.
- Esa conducta se hace reiterativa y se convierte en una forma repetitiva de actuar y enfocar el problema.
- El contexto social y grupal mantiene esa conducta.
- El sujeto o el ambiente aplican diferentes soluciones al problema que lejos de solucionarlo lo perpetúan.

Los autores de esta **escuela de Palo Alto** sostienen que las conductas problemáticas es mejor considerarlas dentro de un contexto social y entienden que estos comportamientos desadaptativos son mantenidos por los intentos de solucionarlos. La meta terapéutica fundamental es introducir alguna variación en el esquema de solución del problema que viene utilizando el paciente o los allegados de su grupo social en relación con su propio síntoma. La novedad de este enfoque reside en que el conflicto no pertenece a un sujeto individual sino que es el grupo el que genera y mantiene dicho problema, y, por tanto, es el grupo en su conjunto quien debe solucionarlo desde un planteamiento de cambio diferente.

A partir de estas premisas la psicología sistémica introduce una serie de pautas metodológicas para analizar el problema, para evaluarlo, para establecer el tratamiento que se le da al mismo, los pasos de solución y el seguimiento.

La psicología sistémica es una forma de ver los problemas mentales desde una óptica que poco tiene que ver con los dos paradigmas psicológicos más utilizados: el conductismo y la psicología cognitiva.

En este sentido, intenta dar prioridad al grupo social en el que el sujeto manifiesta el problema y trabajar en grupo, sólo sobre los comportamientos problemáticos y a través de estrategias del propio lenguaje. En este sentido

es una corriente de la psicología novedosa que aporta un punto de vista cualitativamente diferente en el terreno de la psicología.

### **Destinatarios.**

Profesionales.

### **Objetivos.**

1. Aproximarse al conocimiento de las complejidades familiares, sus etapas evolutivas, sus recursos, el desarrollo de la familia como tal y el proceso de individuación de sus miembros.
2. Identificar el nexo que existe entre las patologías individuales y grupales que se dan dentro de un contexto cultural y social y que están sustentadas por determinadas formas de relación familiar.
3. Estimular la investigación familiar, la reflexión sobre la evolución de costumbres y cómo estos cambios influyen en la psicología individual y grupal.
4. Entender y desarrollar una concepción relacional de los seres humanos en su contexto familiar-social, tanto a través de la comprensión teórica como de la práctica.
5. Aproximarse al trabajo con familias en situaciones diversas, analizando la problemática de la violencia en sus distintas manifestaciones.
6. Tomar contacto con formas de prevención y orientación familiar desde un paradigma contextual.

### **Contenidos.**

#### **Bloque 1: Perspectiva Teórica**

- ¿Qué es la psicología sistémica? Paradigma sistémico. El grupo y la familia como referencia.
- Teoría de la Comunicación Humana. El lenguaje del cambio: nuevas técnicas de la comunicación terapéutica.
- Nuestros dos lenguajes nuestros dos cerebros.
- Formas de lenguaje figurado.
- El uso de la metáfora y las paradojas en terapia.
- La comunicación verbal: generalizaciones, omisiones, distorsiones.
- Sociología de la familia: El ciclo vital familiar.
- El modelo estratégico: el constructivismo.
- Principios de intervención en terapia breve.
- Los mapas mentales: los sistemas representacionales y los predicados.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **Bloque 2: Perspectiva Práctica**

- Técnicas de intervención:
  - Los tipos de cambio en la resolución de problemas: Cambio1 y Cambio 2.
  - El delicado arte de reestructurar.
  - El reencuadre de conductas y síntomas.
  - Determinación del cambio mediante comunicación metafórica.
- Ejemplos y casos prácticos: La terapéutica sistémica.
  - Prescripciones de comportamiento.
  - La ilusión de alternativas.
  - Más de lo mismo o cuando la solución es el problema.
  - Los sabotajes benévolos.
  - Usando las resistencias.
  - Acusaciones irrefutables y negaciones indemostrables.
  - El arte de amargarse la vida.





# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## PSI03. AUTOESTIMA Y MOTIVACIÓN 20 horas.

---

### Justificación.

La **autoestima** o **auto apreciación** es la opinión emocional profunda que los individuos tienen de sí mismos. El término suele confundirse con la palabra ego, que hace referencia en realidad a la actitud que demuestra un individuo acerca de sí mismo ante los demás, y no la verdadera actitud u opinión emocional que éste tiene de sí mismo.

La autoestima es una fuerza interna que impulsa a la persona a desarrollarse, a poner en práctica sus capacidades de manera que se vaya orientando hacia un equilibrio personal. Pero como la autoaceptación y la autoestima no son innatas, es importante que aprendamos a querernos a nosotros mismos. La conciencia de uno mismo se ve reflejada en los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que tenemos a lo largo de nuestra vida.

La consecución o mantenimiento de una buena autoestima es una tarea mayor ya que suele ser un síntoma recurrente de los variados problemas conductuales humanos debidos a la presencia de actitudes hipercríticas no racionales hacia sí mismo.

### Destinatarios.

Personas interesadas. Profesionales del ámbito educativo, social o psicológico que trabajen temas de desarrollo personal.

### Objetivos.

1. Diferenciar los conceptos relacionados con la **autoestima**.
2. Conocer cuáles son las principales explicaciones que se han dado entorno al desarrollo y mantenimiento de la autoestima.
3. Capacidad de detectar un déficit en autoestima y llevar a cabo una evaluación adecuada de este problema.
4. Ayudar a desarrollar un buen autoconcepto y un sentido de identidad.
5. Ayudar a descubrir el sentido de competencia personal.
6. Rechazar actitudes negativas y expresar sentimientos y necesidades propias.
7. Aprender a asumir responsabilidades, a afrontar nuevas metas con motivación y sentimiento de logro.

## **Contenidos.**

### Bloque 1. Definiciones.

- ¿Qué es la autoestima?
- El autoconcepto

### Bloque 2. ¿Cómo se desarrolla la autoestima?

- Factores relacionados con el origen del déficit de autoestima.
- Autoconcepto negativo, pensamientos negativos.
- Estilo Atribucional, Autocontrol
- Habilidades de resolución de problemas, Habilidades sociales

### Bloque 3. Evaluación de la autoestima.

- Técnicas de autoinforme.
- Técnicas de observación: La entrevista
- Evaluación de variables clínicas asociadas a la baja autoestima.

### Bloque 4. Técnicas de intervención en autoestima.

- ¿Cómo prevenir el déficit de autoestima?
- Aprendizaje de técnicas.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **PSI04. LA DEPRESIÓN: CAUSAS Y SÍNTOMAS** 20 horas.

---

### **Justificación.**

Los trastornos afectivos y, en especial, la depresión, constituyen en nuestros días “la enfermedad del siglo”, afectando a millones de personas en el mundo. El estado de ánimo deprimido es una de las condiciones de malestar psicológico más frecuentes en el ser humano y va acompañado de una sensación subjetiva de dolor que agrava las dificultades del paciente.

En los últimos treinta años se ha producido un cambio espectacular tanto en el diagnóstico precoz como en el tratamiento de las depresiones. La comprensión de los íntimos mecanismos subjetivos que ponen en marcha los pensamientos depresivos así como el descubrimiento del papel desempeñado por los neurotransmisores cerebrales, que condujo al tratamiento exitoso de la depresión mediante antidepresivos, ha constituido un avance importante en la posibilidad de ayuda.

No obstante, los trastornos depresivos se presentan bajo formas diversas. La depresión es un malestar que afecta a todo el cuerpo, el estado de ánimo y los pensamientos. Un trastorno depresivo no es un estado de ánimo triste, pasajero; tampoco es una señal de debilidad personal o una condición que se pueda alejar a voluntad. Las personas que sufren una depresión no pueden tan sólo animarse y sentirse mejor de inmediato. Los síntomas pueden durar semanas, meses o años, pero un enfoque adecuado permite modificar ese estado de ánimo e incluso lograr que la persona que supera una depresión salga enriquecida y fortalecida de ella. Por ello, es necesario establecer un diagnóstico claro, analizar sus causas y hacer una evaluación de su posible evolución. Hay que tener en cuenta que existen colectivos más vulnerables por el tipo de condiciones vitales a las que se enfrentan a lo largo del ciclo vital.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales del ámbito educativo, social o psicológico que trabajen temas de desarrollo personal.

### **Objetivos.**

1. El objetivo principal del curso será examinar las características y síntomas de los cuadros que se agrupan bajo esta categoría, dentro del marco conceptual de algunas de las más importantes teorías psicológicas y neurobiológicas propuestas para explicar dichos trastornos.
2. Se analizarán las diversas alternativas para la evaluación, diagnóstico y tratamiento de la depresión, desde un abordaje flexible y holístico.

3. Reflexionar sobre las variables de personalidad y las variables del contexto que influyen en la sintomatología depresiva.
4. Conocer los tratamientos y métodos de ayuda en el tratamiento de la depresión.

### **Contenidos.**

#### Bloque 1: Introducción a la depresión.

- Historia de un concepto.
- Descripción de la alteración en los estados de ánimo.
- Calsificaciones de la depresión: CIE-10 y DSM-IV.
- Concepto de Distimia y Ciclotimia.

#### Bloque 2: Causas y síntomas de la depresión.

- Depresión endógena y exógena.
- Depresión y Personalidad.
- Importancia de los factores sociales y culturales en la depresión.
- Psicogenia de la depresión.

#### Bloque 3: Evaluación y tratamiento.

- Sintomatología de la depresión.
- Escalas para medir la alteración de los estados anímicos.
- Evaluación y tratamiento conductual.
- Evaluación y tratamiento cognitivo.
- Tratamiento farmacológico: ¿qué son y cómo actúan los antidepresivos?
- Epidemiología.

#### Bloque 4: Depresión y contexto situacional.

- Depresión y climaterio.
- Depresión y enfermedad.
- Los duelos y el ciclo vital.
- Depresión en personas de la tercera edad.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

**¡nuevo curso!** PS05. PSICOLOGÍA DE LA PERSONALIDAD. 30 horas.

---

## **Justificación.**

Existen tantas teorías de la Personalidad como autores la han estudiado. Los conceptos de personalidad y madurez, que además se encuentran íntimamente relacionados, están muy presentes en nuestra experiencia cotidiana y de ellos seríamos capaces de entresacar los siguientes datos: en primer lugar, la frecuencia con que se utilizan estos términos en nuestro lenguaje cotidiano; en segundo lugar, la amplia variedad significativa que cada persona asigna a los mismos conceptos; y en tercer lugar, a pesar de esa ambigüedad de sentidos, existe un fondo de significación comúnmente aceptado que permite utilizar ambos términos de una manera entendible en el contexto de una conversación. Expresiones como "tiene una fuerte personalidad" "carece de personalidad" tiene un valor coloquial evidente.

A pesar de ese amplio número de definiciones, sin embargo, la personalidad puede ser estudiada, medida y descubrir las leyes que nos permiten predecir el comportamiento de una persona. De hecho, en la vida diaria podemos pronosticar con bastante precisión la conducta de las personas con las que nos relacionamos y de esta forma predecir y controlar el comportamiento de las personas más cercanas.

La Psicología de la Personalidad ofrece muchas definiciones de este concepto, pero podemos encontrar un elemento común: patrones distintivos de comportamiento (que incluye no sólo conducta, sino también pensamientos y emociones) que caracterizan la adaptación de cada individuo a las situaciones de su vida. Todas las teorías se fijan especialmente en la consistencia y coherencia de la personalidad a lo largo del tiempo y en un grupo muy diverso de situaciones. Por tanto, el estudio de la personalidad que abarca este curso es entenderla como una característica global, que abarca toda la conducta, que se refiere a características estables y duraderas y que no se ve en sí misma sino que se infiere de la conducta.

En este contexto de la clínica, el curso pretende hacer una aproximación para:

- Definir qué es la personalidad.
- Evaluar (cómo es).
- Desarrollo de la personalidad (cómo ha llegado a ser así).
- Posibilidades y condiciones de cambio en la personalidad.

## **Destinatarios.**

Profesionales de la Psicología y la Educación.

## **Objetivos.**

1. Entender el concepto de Persona y comprobar las dificultades que existen en la Psicología para llegar a un acuerdo sobre su explicación.
2. Analizar cómo la diferente concepción de la personalidad dependerá del diferente paradigma psicológico.
3. Identificar cada una de las teorías psicológicas de la personalidad en relación a la cuestión individuo-contexto o situación.
4. Recordar las principales clasificaciones de la personalidad propuestas por la Psicología.
5. Conocer los Instrumentos de evaluación de la Personalidad.
6. Acercarnos a la descripción de las personalidades difíciles.
7. Comprender, aceptar y manejar las personalidades difíciles.

## **Contenidos.**

- 1.- Conceptos y nociones fundamentales de Psicología de la Personalidad.
  - Definiciones de Personalidad.
  - Métodos para el estudio de la Personalidad.
  - Cómo clasificar las personalidades.
- 2.- Consistencia y Cambio en la conducta.
  - Tipos, rasgos y situaciones que influyen en la personalidad.
  - Necesidades, motivación y personalidad.
- 3.- Teorías o modelos biológicos de personalidad.
  - La polémica herencia, desarrollo y medio social en la formación de la personalidad.
  - Procesos biológicos y personalidad.
- 4.- Teorías o modelos Psicodinámicos.
  - Estructura o dinámica de la Personalidad en el Psicoanálisis.
  - Los mecanismos de defensa.
- 5.- Teorías o modelos conductuales.
  - Teorías del Condicionamiento.
  - Teorías del Aprendizaje.
- 6.- Modelos Humanísticos de la Personalidad.
  - La noción y el ideal de autorrealización (Maslow)
  - La terapia centrada en el cliente (Rogers).
  - Introducción a la Psicología Existencial.
  - Personalidad y orientación.
- 7.- Teorías cognoscitivas de la Personalidad.
  - Los constructos personales de Kelly.
  - Cognición y Personalidad.
  - La autorregulación como paradigma de personalidad.
  - El modelo ecléctico.
- 8.- Las Personalidades Difíciles.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

- Las personalidades ansiosas.
- Las personalidades paranoicas.
- Las personalidades histriónicas.
- La Personalidad obsesiva.
- La Personalidad Narcisista.
- Las personalidades Depresivas.
- La personalidad pasivo-agresiva.
- Las personalidades Esquizoides.
- Estudio de casos.

9.- Bibliografía.





# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **¡nuevo curso! PS06. RESOLUCION DE CONFLICTOS Y HABILIDADES DE COMUNICACION. 30 horas.**

---

### **Justificación.**

El conflicto es un fenómeno propio de los seres vivos, implícito en el mismo acto de vivir, que se haya presente en todas las épocas y edades y que afecta de manera muy importante en la vida de las personas y de las sociedades. Son, a la vez, referencia vital, de evolución, de progreso en ocasiones y de involución en muchas otras. Resolver conflictos, conciliar, facilitar o, simplemente, ayudar a que éstos puedan ser resueltos por las mismas partes implicadas, es una de las actividades humanas implícitas en todas las formas sociales de relación. Ancianos, consejeros, jueces, gobernantes, sanadores, sacerdotes, son figuras diferentes para funciones similares que tienen en común el esfuerzo por restituir la armonía en aquellas relaciones alteradas por conflictos incontrolables por las mismas partes afectadas. Todas las culturas y países disponen de formas tradicionales de gestionar, más o menos pacíficamente, sus conflictos.

La idea es que las personas puedan gestionar sus problemas por si mismas de una manera autónoma y efectiva para ambas partes en conflicto. Existe un déficit estratégico que aporte formas concretas y útiles de transformación de los conflictos que no consista, únicamente, en su negación o denuncia. El conflicto define, con frecuencia, nuestro desarrollo o degradación como personas y como sociedad. Normalmente, se tiene el convencimiento de que toda disputa siempre se resuelve a favor de una de las partes en perjuicio de la otra. Resulta extraordinariamente difícil concebir resultados en que ambas partes en litigio puedan resultar plenamente satisfechas. Este panorama caótico y tenso demuestra lo inadecuado de buena parte de los principios de comprensión de los conflictos, así como de los métodos y técnicas utilizados habitualmente. Los constantes y repetidos intentos por reprimir, contener o gestionar los conflictos no hacen más que incrementarlos, desarrollarlos y multiplicarlos. La solución debe ser otra. Habrá que partir de un cambio en la comprensión de los conflictos que nos permita establecer remedios eficaces, duraderos y sin efectos colaterales indeseables o contradictorios con los objetivos propuestos. La idea es ofrecer herramientas, no reglas. Las herramientas se pueden utilizar de muchas formas, y estos conocimientos se pueden transferir a muchas esferas de actividad.

Una de las herramientas más importantes con la que vamos a contar son las habilidades de comunicación que logremos desarrollar. Habitualmente se considera que las habilidades sociales y de comunicación, son una capacidad innata que algunos individuos poseen y otros no. Así, quien las posee se puede considerar afortunado y quien no las tiene nunca podrá

alcanzarlas. Por suerte, la teoría de las habilidades sociales ha roto con esta idea de presencia o ausencia de una serie de características de la persona. La práctica ha puesto de manifiesto que las habilidades sociales pueden aprenderse, aunque no sea fácil y requiera un cierto tiempo y esfuerzo. Al igual que cualquier otro comportamiento, éste es susceptible de ser aprendido.

### **Destinatarios.**

Personas individuales que quieran aprender a comprender y manejar los conflictos interpersonales y relacionales.

Profesionales que trabajen en el ámbito social y educativo.

### **Objetivos.**

1. Entender lo que es el conflicto, cuáles son sus razones y sus causas.
2. Ayudar a comprender el conflicto desde otros planteamientos alejados del pérdidas/ ganancias.
3. Desarrollar destrezas y habilidades, tanto emocionales como de comunicación para resolver los conflictos o situaciones de violencia.
4. Conocer las habilidades emocionales y las estrategias de comunicación que influyen de forma más efectiva en la resolución de conflictos en situaciones de tensión.
5. Ayudar a ver el conflicto como una oportunidad de aprendizaje y cambio.

### **Contenidos.**

Bloque 1: Comprensión del conflicto: orígenes y causas.

- Factores biológicos que determinan los conflictos.
- Factores psicológicos y pedagógicos.
- Los planteamientos desde la solución de problemas.
- Beneficios y costes de los conflictos.
- Cómo realizar el planteamiento de un conflicto.
- Las respuestas creativas.
- Las expresiones del conflicto.
- Los conflictos con uno mismo.
- Los conflictos en el ámbito laboral.
- La negociación en el ámbito laboral.

Bloque 2: Tratamiento y transformación de los conflictos.

- La negociación en el ámbito laboral.
- El poder cooperativo.
- El enfoque tu ganas/yo gano.
- La escalada conflictual.
- Métodos, recursos, técnicas y sistemas.
- Cartografía del conflicto.
- Los cuestionarios, las cartas y las estrategias para el cambio.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

- Crear opciones.

## Bloque 3: Habilidades de Comunicación.

- El arco de distorsión en la comunicación.
- Barreras en la comunicación.
- Comunicación vertical y horizontal.
- La empatía.
- La asertividad.
- La escucha activa.
- El manejo de las emociones.

## Bloque 4: Casos prácticos y Bibliografía.





# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **SEX01. INTERVENCIÓN EN SEXOLOGÍA. EDUCACIÓN, ASESORAMIENTO Y TERAPIA SEXOLÓGICA 40 horas.**

---

### **Justificación.**

La educación, la orientación y la terapéutica pueden considerarse como elementos inseparables de una completa asistencia de salud sexual. En primer lugar, la provisión de educación de salud sexual a la comunidad, a los médicos y a otro personal sanitario tiene la máxima prioridad, ya que con un esfuerzo mínimo de formación cabe llegar a un número muy elevado de personas. La educación sexual ha de ser elemento básico de la medicina preventiva, pero también ha resultado eficaz en la asistencia prestada a los individuos y a las parejas con problemas sexuales. En segundo lugar, es necesaria la orientación de individuos y parejas con problemas algo más complicados; esa orientación puede estar a cargo de la enfermera/partera, necesaria la terapéutica sexual con detenimiento practicada por profesionales especializados que ven a las personas con problemas de complicación mayor. El personal de los servicios de salud y de otros servicios públicos necesita formación más especializada para hacerse cargo del asesoramiento y de las terapéuticas sexuales.

El curso se plantea como el desarrollo de un modelo de intervención integrativo de diferentes componentes educativos y terapéuticos: qué hacer y cómo en temas de **Educación Sexual**, qué implica el asesoramiento y qué diferencias existen con la terapia y, también incluye indicaciones específicas y **Terapia Sexual** propiamente dicha. Se trata de un modelo que pretende dar información sexual, desculpabilizar y legitimar a los sujetos en su biografía sexual. La terapia propiamente dicha pretende facilitar al sujeto o a la pareja las instrucciones o indicaciones referentes a conductas o actividades sexuales que pueden realizar para lograr la superación de los problemas planteados.

El curso incide en la necesidad de un acercamiento científico a la sexualidad, de una reflexión desde la teoría para llegar a la práctica, desde diferentes planteamientos teóricos dependiendo del campo educativo, asesor o terapéutico.

### **Destinatarios.**

Profesionales de la psicología. Profesionales de los ámbitos sanitario y social que trabajen temas de sexualidad con usuarios.

### **Objetivos.**

1. Formar a profesionales de la educación y la terapia en temas relacionados con la sexualidad.
2. Orientar técnicamente la educación, el asesoramiento y la terapia sexual desde diferentes modelos teóricos.

3. Conocer el planteamiento sexológico como posicionamiento desde el cual intervenir en los temas relacionados con la sexualidad.

### **Contenidos.**

Bloque 1: La sexología como marco conceptual.

- Dimensión Sexual Humana. Actitudes hacia la sexualidad
- Identidad y orientación sexual

Bloque 2. Educación Sexual.

- Educación Sexual desde el Modelo sexológico.
- Sexología Evolutiva.
- Experiencias de trabajo en Educación Sexual.

Bloque 3. Asesoramiento Sexológico.

- Bases conceptuales del asesoramiento.
- Asesoramiento en sexología, experiencias de asesoramiento

Bloque 4. Terapia Sexual.

- La entrevista clínica. La sexología sistémica como marco de referencia.
- Trabajo sobre casos prácticos



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **SEX02. IDENTIDAD SEXUAL: ASPECTOS BÁSICOS DE SU CONSTRUCCIÓN 20 horas.**

---

### **Justificación.**

La identidad sexual es un término complejo que a lo largo de la historia ha sido definido e interpretado de muy diferente forma por las ciencias sociales, médicas y políticas. La expliquemos de una forma o de otra, la consideremos como un tema arbitrario o esencial, lo cierto es que definirnos como hombres y como mujeres sigue siendo, al día de hoy, un aspecto importante para nuestra biografía y desarrollo personal.

En este proceso de construir la identidad personal existe una modalidad básica, puesto que es una de las metáforas que más se utilizan para definir y clasificar la realidad social: se trata de la disyunción binaria masculino / femenino. Semejante criterio clasificador se continúa utilizando como la principal materia prima con la cual se elabora la construcción personal de las identidades de hombres y mujeres.

Hasta ahora la historia del pensamiento ha planteado la identidad sexual como una dicotomía esencial, hombres y mujeres son analizados como colectivos separados, homogéneos, con valores, actitudes y posibilidades diferentes. Algunas corrientes opinan que las diferencias sexuales son determinantes para la conducta y las elecciones personales, mientras que otros enfoques minimizan las diferencias, entienden que el sexo condiciona pero no determina y que es la socialización posterior a través de la escuela, la familia y la sociedad, la que divide a hombres y mujeres y les atribuye diferentes cualidades y capacidades. La polémica cultura o naturaleza aún no está resuelta y aún desconocemos muchos mecanismos biológicos para poder realizar aseveraciones tajantes.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de la psicología. Profesionales de los ámbitos sanitario y social que trabajen temas de sexualidad con usuarios.

### **Objetivos.**

1. Reflexionar sobre algunos de los aspectos que conforman la identidad sexual y un intento de replantearnos este tema de una forma más amplia y plástica.
2. Analizar las repercusiones que tiene la identidad sexual en nuestra vida cotidiana, en nuestras decisiones y valores.
3. Conocer cómo se desarrolla a nivel biológico el proceso de diferenciación sexual.
4. Conocer los procesos de construcción social de las identidades sexuales.

## 5. Acercamiento al concepto de Transexualidad e Intersexualidad.

### **Contenidos.**

- Palabras claves: dimorfismo sexual, sexo, género, biografía, transexualidad, intersexualidad, identidades débiles.
- La identidad sexual: aspectos básicos de su construcción.
  - Procesos biológicos.
  - Procesos psicosociales: el Género.
  - Conclusiones: Naturaleza vs. Cultura:
- Visión Sexológica de la transexualidad y las intersexualidades.
- Las tres dimensiones del espacio vital.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **SEX03. TEORÍA QUEER: NUEVAS FORMAS DE ENTENDER LA IDENTIDAD** 20 horas.

---

### **Justificación.**

Durante la década de los noventa, diversas autoras feministas como Judith Butler o Sue-Ellen Case, proponen una definición del género en términos de performance en reacción tanto a la afirmación del feminismo esencialista de una verdad natural de la diferencia sexual como a la imposición normativa de ciertas formas de masculinidad y feminidad. Más tarde, la propia Butler y Eve K. Sedgwick, caracterizarán la identidad de género como el resultado de la "repetición de invocaciones performativas de la ley heterosexual". Esta doble intervención crítica ha dado lugar a nuevas interpretaciones de las representaciones de género y de la sexualidad, tanto en el espacio estético como político.

Este seminario-taller pretende trazar una genealogía de las retóricas del género que permita explicar cómo la noción artística y teatral de "*performance*" llega a ser utilizada en los noventa por la "teoría queer" para desnaturalizar la diferencia sexual. ¿Cuáles son los lazos entre estética y política en las *performances* de género? ¿Puede considerarse la identidad sexual como un "producto de diseño" performativo? ¿Cómo intervenir en la producción de esta identidad preformativa?

Con este curso se pretende realizar un acercamiento a la formación de los movimientos y de las teorías queer, de la relación que mantienen con los feminismos y del uso político que hacen de Foucault y de Deleuze. Analizar también las ventajas teóricas y políticas que aporta la noción de "multitudes" a la teoría y al movimiento queer, en lugar de la noción de "diferencia sexual". A diferencia de lo que ocurre en EEUU, los movimientos queer en Europa se inspiran en las culturas anarquistas y en las emergentes culturas transgénero para oponerse al "Imperio Sexual", especialmente por medio de una des-ontologización de las políticas y de las identidades. Ya no hay una base natural ("mujer", "gay", etc.) que pueda legitimar la acción política. Lo que importa no es la "diferencia sexual" sino las multitudes queer. Una multitud de cuerpos: cuerpos transgéneros, hombres sin pene, bolleras lobo, ciborgs, femmes butchs, maricas lesbianas... La "multitud sexual" aparece como el sujeto posible de la política queer.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de la psicología. Profesionales de los ámbitos sanitario y social que trabajen temas de identidad sexual con usuarios.

**Objetivos.**

1. Acercarse al significado del término queer.
2. Reflexionar sobre la práctica de estos movimientos y su proyección social.
3. Conocer las aportaciones de la teoría queer al movimiento.
4. Reflexionar sobre las formas artísticas actuales y sobre los cambios sociales que posibilitan nuevos enfoques de pensamiento.

**Contenidos.**

- Contexto histórico: La sexualidades en movimiento.
- Características sociológicas de las sociedades modernas.
- Las Políticas de la identidad: Post-feminismo y Teoría Queer.
- La identidad sexual: aspectos básicos de su construcción.
- El sexo como prótesis: la performatividad.
- Multitudes queer: la teoría y la práctica queer.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **SEX04. LA BIOGRAFÍA SEXUAL: SEXO, SEXUALIDAD Y ERÓTICA 40 horas.**

---

### **Justificación.**

Nuestra manera de pensar la sexualidad, de definirla está inevitablemente unida a la forma en que luego a nivel personal vamos a vivirla. Nuestra cultura le ha asignado a la experiencia sexual un significado central para nuestra vida y nuestro desarrollo. A lo largo del tiempo, la sexualidad ha sido tema de debate, de búsqueda, se la ha caracterizado de diferentes maneras y desde distintos ámbitos y teorías (las religiones, la medicina, la psiquiatría, las leyes, el feminismo...). Por eso, además de ser una experiencia individual, es también una experiencia histórica a la vez, por esa capacidad que tienen las sociedades de regular ciertos aspectos de la vida íntima. La sexualidad tiene que ver con las categorías de pensamiento que han organizado los saberes en torno a la sexualidad. La sexualidad ha estado en el centro de los discursos. La pregunta eterna es ¿qué está o no está permitido en materia de conducta sexual?

En este sentido es importante diferenciar el pensamiento moral o ideológico de la sexualidad de un discurso o un acercamiento que pretende ser más cercano al conocimiento y al análisis y no a los juicios de valor o a los estereotipos. Sin obviar lo que las distintas sociedades han dicho acerca de la sexualidad, se pretende aportar un poco de luz y de conocimiento en este tema sin planteamientos de carácter moral o pretendidamente científico.

La sexualidad antes que una necesidad, objeto de placer o satisfacción, un derecho o un deber, una técnica o unas prácticas sexuales, es un objeto de conocimiento, de estudio que tiene que ver con la identidad sexual, con la conducta sexual y con el deseo. Este curso pretende acercarse a estos tres registros para llegar a comprender el complejo proceso que es el de la biografía sexual particular.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de la psicología y la sexología. Profesionales de los ámbitos sanitario y social que trabajen temas de sexualidad con usuarios.

### **Objetivos.**

1. Asumir positivamente el hecho sexual humano y el proceso de sexuación.
2. Analizar actitudes y estereotipos acerca de la sexualidad que se manejan socialmente.
3. Posibilitar la aceptación de la sexualidad como fuente de placer, salud, afectividad y fecundidad.

4. Comprender y conocer el desarrollo sexual humano.
5. Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.
6. Conocer los elementos básicos de la respuesta sexual y los afectos y emociones asociados.

**Contenidos.**

- Actitudes y valores acerca de la sexualidad: el sexo no es un acto natural.
- La construcción de la sexualidad: problemática de la sexualidad y antisexualismo.
- La sexualidad como dimensión humana biográfica: sexo, sexualidad y erótica.
- La afectividad y las relaciones interpersonales.
- Programas de sexualidad aplicables a la práctica profesional.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **FAM01. TERAPIA DE PAREJA: MODELOS DE INTERVENCIÓN** 20 horas.

---

### **Justificación.**

La pareja actual está pasando por una situación de cambios asociados a la propia transformación del contexto social. La pareja sigue funcionando como un vínculo básico en nuestra cultura sobre el que se organiza toda la vida familiar pero también es cierto que el número de personas que creen que han fracasado en sus relaciones de pareja también ha aumentado. La educación sentimental y sexual para la vida en pareja y en familia no ha entrado en el ámbito de la familia ni de la enseñanza. Hay muchos estudios sobre las relaciones humanas, de pareja y familiares, pero se encuentran circunscritos al ámbito de la psicología clínica, como recursos para la terapia de pareja y para la orientación familiar cuando ya las cosas van mal y el conflicto está instalado.

Una aproximación histórica de la pareja nos plantea de entrada la modernidad de esta institución humana. La pareja, tal como la entendemos y vivimos ahora, tiene su origen claro en el siglo XIX y su expansión como institución social en el siglo XX. La pareja moderna es el producto del proceso de individuación de la especie humana, uno de los grandes ejes evolutivos internos que recorren la historia de la Humanidad. Los conceptos de "individuo" y de "persona" son relativamente recientes y todavía no se han desarrollado todas las capacidades inherentes a estos conceptos. Una consecuencia de su desarrollo es el actual modelo de pareja.

Generalmente al modelo de pareja estable que pretende una relación continuada, progresiva y de por vida, y en la que se incluyen relaciones sexuales, solemos llamarle matrimonio aunque no esté institucionalizado y a los miembros de esta pareja solemos llamarlos marido y mujer, excluyendo cualquier otro tipo de parejas, hasta la aprobación del matrimonio homosexual de reciente modificación. En este curso no vamos a partir de hacer esta distinción, llamaremos díada a cualquier relación de dos personas no importa quienes sean estas ni que sexo tengan, y A, B a los elementos que integran la díada. Por lo tanto, habrá tantos modelos diádicos como vínculos puedan establecerse entre dos personas, pudiendo un mismo sujeto formar parte de varias de ellas, realizando los mismos o distintos roles. Sólo vamos a considerar el modelo de díada que se establece entre dos personas que se reconocen como pareja y vamos a plantearnos los tipos de conflictos que suelen aparecer en estas relaciones y cómo afrontarlos desde distintos ámbitos, educativos y terapéuticos.

### **Destinatarios.**

Profesionales de la psicología y la sexología.

## **Objetivos.**

1. Conocer la evolución de la familia y la pareja en la historia y en el momento actual.
2. Aproximarse a los conflictos que presentan las parejas en la actualidad.
3. Analizar los modelos de interacción más exitosos en terapia de pareja.
4. Dotar de conocimientos, estrategias y técnicas de intervención en terapia de pareja.

## **Contenidos.**

- Evolución histórica de las relaciones de Pareja.
- ¿Terapia de pareja o Terapia Sexual?
- Terapia cognitiva con parejas: etapas de tratamiento.
- Terapia de parejas sistémica.
- Dimensiones de la relación de pareja: relacional, recreativa y reproductiva.
- Claves de la terapia de pareja:
  - Instrucción: Estructura arquitectónica (límites) o estatutaria (reglamento o contrato).
  - Vinculación: Compromiso (garantía), Intimidad (comunidad), Sinergia (ganancia).
  - Interacción: Comunicación, negociación, manejo de conflictos, ocupación del tiempo común, interacción erótica.
  - Vehiculación: Relaciones de poder, juegos no conscientes, roles sexuales, interdependencia, celos, función parental, interferencias extradiádicas, diferencias sexuales.
  - Necesidades básicas: expectativas, representaciones sociales e ideas.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **FAM02. MEDIACIÓN FAMILAR** 40 horas.

---

### **Justificación.**

La mediación familiar responde a una creciente necesidad de satisfacer los cambios y requerimientos que la familia tiene en nuestra sociedad, dando respuestas nuevas a situaciones en las que se encuentra involucrada. Los cambios a los que se enfrenta la familia actual (madres trabajadoras, hijos e hijas con retraso en sus procesos de emancipación, padres y madres desempleados, distanciamiento de familiares próximos, monomarentalidad, etc....), la familia ha de afrontar nuevos retos para mantener sus funciones como institución social. Se trata de un reto para esta sociedad que debe dar cobertura a las necesidades que se le demanda.

La mediación familiar es otra respuesta distinta a la legal o penal a situaciones conflictivas en las familias. En muchos países de nuestro entorno es una experiencia suficientemente contrastada y en el Estado Español desde hace siete años vienen abriéndose camino estos sistemas, como instrumento en manos de los miembros de una familia, y de forma más conocida por los matrimonios en la resolución de conflictos de pareja y de paternidad-maternidad.

La mediación familiar supone un replanteamiento del concepto de familia, una necesidad de manejo de técnicas específicas de intervención y una especialización en comunicación y negociación. En este sentido, el curso supone un acercamiento a este tema para capacitar tanto a profesionales como personas interesadas en el tratamiento de conflictos familiares, con técnicas de mediación y orientación familiar.

### **Destinatarios.**

Profesionales de la psicología. Profesionales del ámbito social, educativo y legal que trabajen con familias.

### **Objetivos.**

1. Adquirir conocimientos teóricos y prácticos necesarios para la intervención en mediación familiar.
2. Capacitar a los participantes para participar en conflictos familiares y en negociaciones en procesos de ruptura familiar y de pareja.
3. Conocer la mediación familiar como sistema alternativo de resolución de conflictos frente a contenciosos legales.
4. Dotar de conocimientos, estrategias y técnicas psicológicas necesarias para ejercer la profesión de terapeuta familiar.

## **Contenidos.**

### **Bloque 1: Bases teóricas para la mediación y orientación familiar.**

- Aspectos sociológicos de la familia.
- La familia como sistema: Teoría de sistemas y pragmática de la comunicación humana
- El ciclo vital familiar: Infancia, adolescencia, madurez, envejecimiento.

### **Bloque 2: Mediación familiar: conceptos básicos.**

- Historia de la mediación. Definición y características.
- Estructura y etapas del proceso de mediación.
- Mediación familiar: ámbitos de aplicación.
- Modelos teóricos de acercamiento a la mediación.
- Tipos de conflicto y su gestión positiva.
- Técnicas específicas de mediación.
- La infancia en la mediación.

### **Bloque 3: Mediación y comunicación.**

- La comunicación humana.
- Agentes y obstáculos en la comunicación.
- Conflicto y comunicación: la comunicación patológica en la familia.
- La pareja y los procesos de ruptura.
- La entrevista como herramienta de la mediación.
- Técnicas de comunicación en conflictos familiares.
- La comunicación en la negociación.

### **Bloque 4: Aspectos psicosociales y jurídicos de la mediación.**

- Nociones sobre legislación acerca del menor.
- Marco jurídico sobre separación y divorcio.
- Redes sociales, Instituciones y vertebración social.
- Negociación de responsabilidades parentales.
- Construcción jurídico-social de la familia.
- Tribunales de familia.
- La mediación intrajudicial y extrajudicial.

### **Bloque 5: Aspectos generales de la mediación y conclusiones.**

- Crisis y cambios en la familia.
- El saber ser del mediador.
- Diferencia de profesión de origen y mediador familiar.
- La actuación interdisciplinar en la mediación familiar.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## FAM03. NUEVOS MODELOS DE FAMILIA 20 horas.

---

### **Justificación.**

Los nuevos modelos familiares se caracterizan por la pluralidad de formas de convivencia y de residencia y por la diversidad de itinerarios para formar y disolver hogares y familias. Se ha acabado el ciclo de vida familiar que empezaba con la emancipación a través del matrimonio, seguía con el nacimiento y la crianza de l@s hij@s, continuaba con la emancipación de l@s mism@s hasta que finalmente uno de los cónyuges moría y de esta manera se disolvía la unidad familiar.

Hoy los itinerarios son **múltiples** y **reversibles**. Eso no significa que la familia como lugar de regularización y gestión de la vida privada de las personas haya desaparecido. Los cambios experimentados en la institución matrimonial, las nuevas sociedades del bienestar, el individualismo creciente, el aumento en la esperanza de vida, la incorporación de la mujer al trabajo remunerado son algunos de los factores que influyen en esta aparición de formas de convivencia alternativas a la familia nuclear.

No asistimos a la muerte o desaparición de la familia sino a su diversificación. Esto nos plantea retos nuevos a los que como profesionales nos tenemos que enfrentar: desavenencias conyugales, divorcios y separaciones, nuevos matrimonios, custodias, menores y responsabilidad familiar, violencia intrafamiliar, hogares monoparentales, crianza y desarrollo.

### **Destinatarios.**

Personas interesadas. Profesionales de la psicología. Profesionales del ámbito social, educativo y legal que trabajen con familias.

### **Objetivos.**

1. Analizar el concepto de familia y observar su evolución hasta nuestros días.
2. Comprender los mecanismos de socialización familiar, la educación en modelos y en roles.
3. Pensar en las funciones y reparto de tareas en la familia.
4. Plantear un análisis del papel que cumplen las mujeres en el espacio familiar.
5. Analizar los conflictos que surgen en el ámbito privado y plantear modelos de intervención.
6. Analizar el tema de los cuidados, la función de las mujeres como cuidadoras y los costes sociales y personales de este modelo.
7. Analizar los nuevos modelos de familia y los cambios que suponen frente al modelo tradicional.

**Contenidos:**

Bloque 1: Aspectos sociológicos de la familia.

- Características de la sociedad actual.
- La familia como institución.
- La familia como sistema.

Bloque 2: Estructura, composición y funciones.

- Necesidades que cubre la familia.
- Distribución de roles.
- Conciliación vida familiar y social.
- Los cuidados: la mujer como cuidadora.
- Nuevos modelos de familia.

Bloque 3: La familia como conflicto relacional.

- Psicopatología familiar.
- La creación de problemas o más de lo mismo.
- Solución de conflictos familiares.
- Mediación familiar.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **¡nuevo curso!** FAM04. HABILIDADES DE COMUNICACIÓN CON HIJAS/OS. 15 horas.

---

### **Justificación.**

Normalmente se suele pensar que la familia es el lugar idóneo para que surjan el diálogo y la comunicación. Sin embargo no siempre es así. El diálogo dentro de las familias muchas veces se rompe o no existe. En las familias pueden convivir distintas generaciones desde bebés a ancianos, cuyas realidades son muy diferentes. Eso que en otras épocas se vivía como enriquecedor, ahora puede ser motivo de desencuentro. También la falta de tiempo, el no tener programadas actividades conjuntas, la enorme cantidad de estímulos a los que estamos expuestos (teléfonos, televisión, ordenadores, videojuegos, etc.), el trabajo fuera y dentro de casa, el tiempo de ocio, etc. con días que siguen teniendo 24 horas, hace que cada vez haya menos tiempo común. Pero es en la familia donde nace y crece el mundo de la afectividad y para desarrollarlo son necesarios tiempo y comunicación. También comunicarnos es necesario a la hora de transmitir mensajes que consideramos relevantes y valores que nos parece que nuestros hijos e hijas deberían desarrollar. La buena comunicación es imprescindible para educar.

La forma de comunicarnos va a ser diferente según la edad de las niñas y niños. La fundamental amenaza a la comunicación es la falta de tiempo o el hacerlo en momentos poco adecuados (cansancio, enfado, estrés, prisa, etc.) Hay que tener mucha capacidad de escucha; los niños y las niñas tienen que sentir que se les presta atención y lo que tienen que decirnos es importante. Hay que favorecer espacios para la reflexión, respetando turnos, evitando el insulto o la imposición de normas sin dar razones. Esto dependerá de la edad del menor pero se consigue un buen desarrollo del respeto si suele ser la tónica desde edades tempranas. Las normas deben ser sencillas, justas y mantenerse. Debe de haber coherencia entre padre y madre y resto de cuidadores y cuidadoras. Lo que sentimos y lo que decimos tiene también que ser coherente. Es importante expresar nuestros sentimientos de forma adecuada y también los motivos o conductas que los producen, para que los niños y niñas puedan asociar y darse cuenta de lo que sucede. La mayor parte de lo que decimos es no verbal. Esto significa que los gestos, la mirada, el tono o la intensidad de la voz van a representar en mayor medida lo que estamos diciendo. Esto que es evidente en todas las edades, es fundamental cuanto menos edad tienen los menores.

### **Destinatarios.**

Familias, padres, madres, abuelas y abuelos que tengan menores a su cargo. Profesionales que trabajen en el ámbito educativo. Escuelas de Padres y Madres.

## **Objetivos.**

1. Apoyar a las madres, padres, abuelos y abuelas que tienen menores a su cargo en la educación y socialización de los mismos.
2. Dotar de recursos pedagógicos a las familias de menores para educar con eficacia en los aspectos cotidianos de la etapa infantil.
3. Familiarizar a las familias con los conceptos de socialización, aprendizaje, juego simbólico y responsabilidad desde los planteamientos de la psicología evolutiva.
4. Ayudar a las madres, padres, abuelos y abuelas a establecer límites, dar premios e imponer castigos y comunicarse de manera eficaz con los menores.
5. Dotar a las familias de técnicas y estrategias para tratar con sus hijos e hijas el tema de los buenos tratos, la resolución no violenta de conflictos y las actitudes positivas hacia adultos y grupo de iguales.

## **Contenidos.**

Bloque 1: Los estilos educativos.

- Definición.
- Cuestionario para valorar qué estilo educativo tengo.
- Tipos de estilos, características y consecuencias.

Bloque 2: Socialización, aprendizaje y etapas evolutivas.

- Cómo se produce el aprendizaje.
- El aprendizaje significativo.
- Las etapas evolutivas y los momentos del desarrollo infantil.
- La socialización: el aprendizaje por imitación.

Bloque 3: La Necesidad de poner normas.

- Dificultades e Importancia.
- Pautas eficaces para poner normas.
- Normas sencillas de Disciplina y Responsabilidad.
- Fijar los límites del comportamiento.

Bloque 4: Reglas para regañar y premiar correctamente.

- Órdenes e instrucciones eficaces.
- Definir cuáles son los premios y cuáles los castigos.
- La coherencia y estabilidad en el cumplimiento de los premios y castigos.
- La importancia de premiar el buen comportamiento.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

**¡nuevo curso! FAM 05. CURSO COEDUCACION EN FAMILIA. 20 horas.**

---

## **Justificación.**

El objetivo fundamental de la educación es el de proporcionar a niños y niñas una formación plena que les permita conformar su propia y esencial identidad, así como construir una concepción de la realidad que integre a la vez el conocimiento y la valoración ética y moral de la misma. La educación permite avanzar en la lucha contra la discriminación y la desigualdad, sean estas por razones de nacimiento, raza, sexo, religión y opinión.

La familia es, junto con la escuela, el primer lugar de socialización de niños y niñas, es el lugar en el que se comienzan a transmitir una serie de conocimientos, valores y actitudes con respecto al género. Muchas personas desearían ofrecer a sus hijos e hijas una educación igualitaria, otras personas piensan que ya lo hacen y otras no se lo plantean. Este curso pretende realizar una reflexión sobre la existencia de funciones o roles sexuales distintos para hombres y mujeres, porque para perpetuar este tipo de sociedad es necesario transmitir valores, hábitos, etc., de generación en generación, y la familia es uno de los agentes que tiene esa función, pero no el único como veremos en el curso. De esta forma, los miembros de una sociedad llegan a asumir unos comportamientos, valores, etc., diferenciales según el sexo a que pertenecen.

Los sistemas familiares han contribuido en la transmisión de valores culturales y actitudinales diferenciados para niños y niñas. Esto ha sido así porque estos modelos de comportamiento tienen la particularidad de ser considerados como universales e inherentes al género humano, de ahí el calificativo de “naturales” para determinadas conductas que no tienen nada de biológicas.

La filosofía que sirve de base a la intervención coeducativa trata de buscar las claves explicativas de la educación sexista que se imparte actualmente en el ámbito familiar y escolar y las consecuencias personales y colectivas a las que da lugar. A partir de este análisis de la realidad se diseñan y potencian intervenciones familiares y educativas que superen los limitados estereotipos sexistas, integrando la riqueza que ambas culturas, la masculina y la femenina, para generar y proponer un desarrollo integral de las propias capacidades independientemente del sexo asignado.

## **Destinatarios.**

Familias, padres, madres, abuelas y abuelos que tengan menores a su cargo. Profesionales que trabajen en el ámbito educativo. Escuelas de Padres y Madres.

## **Objetivos.**

1. Saber lo que significan términos como sexismo, desigualdad, discriminación, género y coeducación.
2. Analizar nuestros comportamientos con respecto a nuestros hijos e hijas: cómo nos relacionamos con ellas y ellos, qué lenguaje utilizamos, qué tareas y juegos les adjudicamos y qué expectativas nos creamos según el género.
3. Revisar los planteamientos sexistas que existen en el lenguaje, en las tareas de casa, en los juegos, en los medios de comunicación, en la orientación a los estudios
4. Favorecer la comunicación familiar entre los sexos en un clima de diálogo, de pacto y no discriminatorio.

## **Contenidos.**

Bloque 1: : Introducción a los conceptos.

- Identidad sexual e Identidad de género.
- Sexismo.
- Roles de género.
- Coeducación.
- Igualdad de Oportunidades.

Bloque 2: La familia como agente de socialización.

- Reparto de roles en las tareas domésticas.
- Los juguetes y el sexismo.
- El lenguaje.
- La orientación al estudio: ¿profesiones de chicos y profesiones de chicas?
- Actitudes, valores y expectativas familiares respecto al género.

Bloque 3: Fomento de la Igualdad de Oportunidades en la familia.

- Pactos y acuerdos en los roles familiares.
- Ocio y tiempo libre para chicas y chicos.
- Convivencia familiar sin violencia.
- Cuentos y juguetes no sexistas.
- Cómo trabajar el sexismo de los medios de comunicación en casa.



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

## **¡nuevo curso! FAM 06. ESCUELA DE SALUD PARA PADRES Y MADRES DE ADOLESCENTES. 20 horas.**

---

### **Justificación.**

Cada día son más frecuentes las consultas en Atención Primaria sobre temas de educación o de relación con los hijos/hijas. Ser padres y madres siempre ha sido complejo, pero la sociedad cambiante y plural de hoy en día, el trabajo de ambos miembros de la pareja, los hogares con diferentes modelos de familia, el cambio de roles y la falta de tiempo, unido a la mayor preocupación por ser mejores padres/madres y el reconocimiento de la importancia de la “educación en la felicidad” de nuestros hijos/hijas, conlleva a la frustración, a la angustia y al desconcierto en mayor medida que en otras épocas.

Tiene mucha importancia apoyar el proceso de parentalidad y del interés que para los/las menores tiene el que sus padres tengan unas ideas algo más claras sobre qué son y cuándo y cómo tienen que actuar con ellos.

El tema de la salud es muy importante en todas las edades pero mucho más en aquellas en las que se comienza a madurar y a establecer ciertos hábitos de comportamiento. Consumos inadecuados, mala alimentación, ausencia de ejercicio, sedentarismo y consumo de productos televisivos o informáticos puede desencadenar adultos con problemas de salud.

De ahí la importancia de la prevención en el ámbito familiar, en el que el adolescente debe encontrar apoyo para seguir un estilo de vida saludable, y recursos para poder llevar a cabo determinadas actividades así como habilidades sociales para poder decir que no frente a la presión del grupo de iguales a determinados comportamientos nocivos para la salud.

### **Destinatarios.**

Familias, padres, madres, abuelas y abuelos que tengan adolescentes a su cargo. Profesionales que trabajen en el ámbito educativo. Escuelas de Padres y Madres.

### **Objetivos.**

1. Informar a las familias sobre el proceso de adolescencia, los cambios biológicos y psicológicos que se producen.
2. Orientar a las familias sobre los problemas de salud más habituales que suelen aparecer en la etapa de la adolescencia.
3. Ayudar a prevenir en los hijos e hijas hábitos de consumo de sustancias, problemas de alimentación y consumo de productos televisivos e informáticos.
4. Aconsejar a las familias sobre las tareas de prevención que pueden llevarse a cabo en el ámbito familiar.

5. Favorecer hábitos comunicativos dentro de la familia que ayuden a enfocar correctamente los problemas de consumo de drogas, hábitos nocivos y problemas de salud de los y las adolescentes.

### **Contenidos.**

#### **Bloque1: ¿Que es la adolescencia?**

- La adolescencia actual. Etapa temprana, intermedia y tardía.
- Desarrollo adolescente normal.
- Cambios biológicos: pubertad femenina y masculina.
- Cambios psicológicos: cognitivos y afectivos.
- Establecimiento de la identidad
- Paso de la dependencia a la independencia
- Cambios sociales: Relaciones de amistad. Grupo de iguales. Pandilla.
- Familia
- Escuela y elección vocacional. Fracaso escolar.
- La sexualidad en la adolescencia. Practicas sexuales. Conductas de riesgo.

#### **Bloque 2: Las drogodependencias. Cómo prevenir su consumo.**

- Qué son las drogas: Drogas depresoras, estimulantes y perturbadoras del sistema nervioso
- Uso, abuso y dependencia de las drogas
- Lo que es y lo que parece
- De qué drogas hablamos.
- Datos de consumo, efectos, riesgos y aspectos legales de: El cannabis, la cocaína, las drogas de síntesis: éxtasis, las anfetaminas, los alucinógenos, la heroína, el alcohol y el tabaco.
- Por qué se consumen: Factores de riesgo en el inicio del consumo de drogas
- Factores de protección: Desarrollar las capacidades socioafectivas en nuestros hijos (autocontrol, autoestima, valores, etc.).
- Colaborar con la escuela.
- Proporcionar alternativas saludables.
- Cómo hablar con sus hijos sobre las drogas.
- Cómo prevenir el consumo de tabaco y alcohol en niños y adolescentes.
- Cómo actuar ante la sospecha de consumo o ante un consumo inicial de drogas
- Recursos para padres, programas de prevención. Bibliografía.

#### **Bloque 3. La alimentación y el desarrollo emocional, prevención de trastornos de la alimentación: Anorexia y Bulimia.**



# Pilar Sampedro

PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

- Conductas sanas en relación con los hábitos alimentarios. La influencia de aspectos sociales, psicológicos, culturales, ambientales y somáticos en la conducta alimentaria.
- Breve reseña histórica de las alteraciones relacionadas con la conducta alimentaria.
- Epidemiología de los trastornos de la conducta alimentaria.
- La Anorexia nerviosa. Concepto. Signos y síntomas clínicos: físicos y psicológicos. Breve descripción de la alteración.
- La Bulimia Nerviosa. Concepto. Signos y síntomas clínicos: físicos y psicológicos. Breve descripción de la alteración.
- Factores de riesgo.

## Bloque 4. Pantallas sanas.

- Como ver la tele, utilizar Internet, y jugar con los videojuegos, como planificar sus consumos en familia. La tele en familia, una oportunidad para crecer juntos.
- ¿Debemos hablar de la publicidad, las series, los programas que ven nuestros hijos e hijas? ¿Cómo hacerlo?
- ¿Cómo seleccionar y dosificar lo que ven y consumen? (tele, móviles, Internet, videojuegos)
- ¿Qué hacemos con los programas, videojuegos, páginas violentas, sexistas, racistas o eróticas?
- Pautas y orientaciones concretas para saber qué hacer con la tele, los videojuegos e Internet (Chat, Messenger, navegación)

