



La Tamaia es caracteritza per ser una planta elegant a la vegada que robusta que té una floració excepcional al llarg de l'any. Aquesta capacitat d'engendrar una i altra vegada noves flors, a mesura que les velles se separen, és símbol de la vida i un etern recomençar.

Ajuda a dones maltractades per sortir de la violència de gènere a la parella i a la família

CONTINGUT	PÁG.
QUÈ FEM A TAMAIA	3
QUÈ FAN LES DONES A TAMAIA	4
LA VIOLÈNCIA	
COM S'INSTAL·LA	6
LA PERMANÈNCIA	8
LA SORTIDA	9

Els textos en cursiva que es troben a les pàgines d'aquest document pertanyen al llibre "Ni príncipes ni perdices. Set històries de dones que diuen prou" (Ed. Icaria 2007), escrit per dones que han realitzat el seu procés de recuperació de la violència a Tamaia.

QUÈ FEM A TAMAIA.

AJUDEM a DONES MALTRACTADES a sortir de la Violència dins la parella i la família.

DESENVOLUPEM un model d'ATENCIÓ INTEGRAL i de llarga durada que contribueix a l'eradicació de la violència en la vida de les dones i els seus fills i filles.

MILLOREM la SALUT bio-psico-social de les dones a través de:

- LA RECUPERACIÓ DEL DANY SOFERT
- LA POTENCIACIÓ DE LES PRÒPIES CAPACITATS

El treball realitzat amb les dones desenvolupa la seva capacitat per protegir i defensar-se a si mateixa i als fills i filles. Millora les capacitats marentals i la relació de les mares amb els fills i les filles, danyada per la violència viscuda.

PREVENIM la TRANSMISSIÓ GENERACIONAL de la violència, realitat freqüent en l'àmbit familiar de les dones que han patit violència a la parella, "trencant així la cadena de les violències".

"...el intercambio de amor por desprecio... me convirtió en un puzle. Me fui resquebrajando, volviendo pedazos. Al principio el puzle es él. Intentas entenderle pero hay piezas que no encajan. Intentando colocar las suyas en algún lugar fui perdiendo las propias, dejando huecos en mi integridad. (...) No sabes qué hacer. La vida sigue alrededor, contigo hecha pedazos.

(...) guiada por la mano amiga de la voz anónima de un teléfono, que a través de la línea parece entenderte, traspasa el umbral sin saber bien a dónde te llevará, estás en la puerta de Tamaia.(...)

Poco a poco vas abriendo tu bolsa, recelosa. De ella salen un día unas fotos antiguas que compartes. Otro día intercambias impresiones de intimidación, sentimientos ahogados, sin miedo al rechazo. Y poco a poco vas recuperando la persona que dejaste atrás, tú misma. Las piezas del puzle, como pétalos de una deshojada flor, vuelven a su lugar."



QUÈ FAN LES DONES A TAMAIA

LES 4 MÀGIES DE LA RECUPERACIÓ DE LES DONES MALTRACTADES

- SOBREVIURE
- RE-CONSTRUIR-SE
- CONFIAR
- SOLIDARITZAR-SE

SOBREVIURE. És la primera de les màgies que descobrim en aquestes històries de lluita de tota una vida per sortir de la violència. **La força per sobreviure.**

Sobreviure al dolor, físic i psíquic

Sobreviure al terror d'allò imprevisible i incontrolable

Sobreviure a la impotència

Sobreviure al trencament interior i a l'anulació de si mateixa

“Había llamado a algunos teléfonos pero sólo encontraba distancia y frialdad, al llamar aquí pareció que todo se me hacía más fácil. Me dieron hora para terapia y asesoramiento (...). Recuerdo mi primera visita toda encogida, triste, llena de miedo, estuve llorando toda la hora mientras hablaba.

RE-CONSTRUIR-SE. **Desaprendre per aprendre.** És la tasca a la que les dones orienten la seva energia durant el temps d'estada a Tamaia.

Reparar el dany provocat per la violència

Fer el procés de dol necessari per tantes pèrdues acumulades

Recuperar l'autoestima i les capacitats pròpies

Salí contenta, no me habían criticado, me había sentido comprendida y escuchada, y también me habían dicho que este maltrato es algo que las mujeres padecíamos desde hacía siglos. Esta idea fue para mí un bálsamo, no era la única, ni un bicho raro, me dio esperanzas.

CONFIAR. Una altra màgia és la confiança. Quan les dones estableixen nous vincles de relació.

Tornar a confiar en el món o fer-ho per primer cop

Restablir i crear relacions des del respecte i la confiança mutus

Entrenar-se en reconèixer la violència i no acceptar-la com a forma de relació

El treball en grup permet sobretot la reconstrucció emocional a través de la relació. Representa una xarxa de suport a partir de la qual cada dona comparteix i aprofundeix sobre el propi procés de recuperació i sobre la violència viscuda. Aquest treball es fonamenta en els elements comuns entre elles i en el respecte i la tolerància vers les diferències. El grup ajuda a trencar amb l'aïllament que sovint comporta la violència.

SOLIDARITZAR-SE. La darrera màgia d'aquest procés és la solidaritat amb les altres dones. **La voluntat d'ajudar les altres des de la recuperació i la reconstrucció pròpies.** Ja sigui acompanyant i compartint amb altres dones, com divulgant i sensibilitzant al món en general.

La solidaritat i generositat amb les altres es fa evident en les dones del Grup de Mentores.

Primero hice terapia individual, empecé a contar a alguien mi sufrimiento, decidí que no podía quedarme con nada por muy vergonzoso que me resultara, tenía que comprender por qué había permitido que me ocurriera aquello, para quedar en paz conmigo misma, aceptándolo y, sobre todo, lo más importante, no quedarme enganchada a aquel hombre, lo que me impediría volver a disfrutar de la vida.

Al poco tiempo empecé también terapia de grupo. Fue poder compartir con otras mujeres esta experiencia y que pudieran ayudarme a salir del agujero lo que más me había movido a pedir ayuda, pensaba que sólo quien conociera el problema podría ayudarme, la verdad es que así fue. (...) Cada encuentro era un tramo más hacia la salida del túnel."

Aquestes màgies ens captiven des de les històries de vida d'aquestes dones, impulsant-nos a compartir-les fent de mediadores entre elles i la resta del món.

LA VIOLÈNCIA

COM S'INSTAL·LA

VIVÈNCIES A LA FAMÍLIA D'ORIGEN

- Aprenentatge de la violència com a model de relació
- Autoritarisme familiar i/o manca de protecció i límits coherents
- Experimentar la manca de control i la imprevisibilitat de la violència (indefensió apresada)
- Transmissió dels rols i estereotips de gènere (models rígids de com hem de ser homes i dones que perpetuen les desigualtats entre sexes)

“Después de la muerte de mi padre, mi madre empezó a beber, yo intuía que pasaba algo, pero no pude saber lo que era hasta años más tarde.

Fue a los once años cuando me sacó del colegio (...) Me colocaron en casa del médico del pueblo a servir como niñera de sus hijos. Recuerdo bajar al río a lavar la ropa, y que podía estar más de tres horas lavando, hiciera frío o calor (...).

Me sentía sola y desprotegida, sin tiempo para jugar ni relacionarme con niños de mi edad, era una niña en un mundo de adultos, donde se me exigía una responsabilidad impropia para mi edad. Recuerdo pasar largas horas llorando, no entendía aquel abandono y recordaba a mi madre.”

EN LA RELACIÓ DE PARELLA

- Acords de la relació basats en desigualtats de gènere
- Creences sobre l'amor romàntic que justifiquen els abusos (ex. la gelosia és amor)
- Abusos subtils normalitzats
- Falses creences sobre les causes de la violència que no permeten identificar relacions reals de risc: mites sobre la violència

“Volví a Barcelona con mis hermanos, entonces ya con catorce años (...) Fueron años de conocer amigos que aún conservo y también del que sería mi marido, mi primer novio, la primera ilusión, él tenía la misma edad que yo, 22 años. Era simpático, cariñoso, sensible e inteligente. Al menos eso era lo que me llegaba de él. Empezamos a salir viéndonos unas pocas horas a la salida del trabajo y los sábados y domingos. Mi felicidad era inmensa en aquellos momentos en que lo tenía a mi lado, en el cine, la discoteca. Sus palabras de cariño me contagiaban a mí también y así pasé los tres años de noviazgo más felices de mi vida. En junio celebramos el casamiento, la felicidad parecía total, hasta que en el viaje de novios a Palma se desató la primera tormenta “El viaje en avión me había dejado una jaqueca horrible, eso unido a mi inexperiencia hizo que lo que se suponía debía ser una noche de bodas maravillosa, fuera en realidad un reproche continuo por su parte, pasé de la felicidad a la tristeza más profunda y el recuerdo que me queda de aquella noche es mi llanto desconsolado. Así pasaron los quince días.”



VIOLÈNCIA VISCUDA AL LLARG DEL CICLE VITAL

*Haver viscut violència
pot facilitar tornar
a patir
experiències i
relacions abusives
al llarg de la vida
si no hi ha un treball
de identificació i
reparació
de les ferides
que la violència
va
deixar*

■ **INFÀNCIA**

Negligències i maltractaments en la cura i el desenvolupament físic i emocional

Abús sexual per part de familiars i aliens

Ser víctima o testimoni de la violència a la família

Violència masclista estructural (menyspreu a lo femení, control sobre els actes i la pròpia vida, desigualtat per raó de sexe...)

■ **ADOLESCÈNCIA i JOVENTUT**

... Negligències i maltractaments en la cura i el desenvolupament físic i emocional, abús sexual per part de familiars i aliens, ser víctima o testimoni de la violència a la família.

Primeres relacions de parella abusives no identificades

Violència i assetjament sexual en els àmbits educatius

Violència masclista estructural (desigualtat d'oportunitats per raó de sexe, discriminació, pressió social per tenir parella...)

■ **VIDA ADULTA**

... seqüeles i vulnerabilitat fruit de les experiències prèvies viscudes al llarg dels cicles anteriors.

Relacions de parella abusives: abús físic, sexual, psicològic i econòmic per part de la parella, **homicidi per part de la parella**

Abusos sexuals per familiars i en l'àmbit social i laboral

Violència masclista estructural (divisió sexual del treball, responsabilitzar la dona del benestar de la família, obligatorietat de satisfer les necessitats dels altres...)

“No era éste el mismo hombre que me había seducido con su sensibilidad. Cada vez se me abría un pozo oscuro y profundo de soledad y abandono. Entramos en una relación en la que por su parte sólo exigía sexo y por mi parte el asco iba creciendo a medida que lo conocía más íntimamente. Pero aunque parezca inaudito, me acostumbré a su falta de atención, a sus reproches, insultos, falta de respeto hacia mi persona. Con esa mezcla de incredulidad ante la evidencia y de cierta fe difusa de que tarde o temprano él cambiaría.”



LA PERMANÈNCIA

EFFECTES DE L'ABÚS

- CONFUSIÓ
- BAIXA AUTOESTIMA I CULPA
- TEMOR I VERGONYA

“Sus gestos de cólera iban a más, hasta el extremo de que una noche, cuando mi niña tenía tres meses y lloraba sin cesar, la apretó contra la almohada en su locura por hacerla callar. Fue en ese momento cuando me aterroricé al comprobar hasta dónde podían llegar sus impulsos, me convertí en una sombra, una mujer inexistente para que no reparara en mí, para no molestarlo, muda y asustada.

Aún tuve fuerzas para consultar un abogado y hablarle de separación, su reacción como era de esperar al recibir la carta del abogado fue amenazarme con “meterme cinco metros bajo tierra”, en sus propias palabras. Fueron meses interminables de broncas diarias, de ataques de cólera sin motivo, su brutalidad y mis miedos iban a más. Aprovechando su traslado laboral fuera de Barcelona, puse una demanda de separación, la revisión provisional de la demanda estaba prevista para cinco meses más tarde. Su respuesta fue presentarse una noche en casa provisto de un hacha y un machete. Destrozó todo el mobiliario, enseres, cortinas... todo! Me veo con el cuchillo al cuello, me amenaza directamente, si no retiro la demanda me mata.

PRESSIIONS SOCIALS I ECONÒMIQUES

- ACTITUDS I CREENCES SOCIALS
- AÏLLAMENT
- PRESSIÓ FAMILIAR
- ABÚS ECONÒMIC
- DEPENDÈNCIA ECONÒMICA

Ho havia donat tot per ell, sense límits el meu amor, la meva salut, els meus diners i la meva persona. Fins i tot havia deixat de veure totes les persones, amics i familiars que jo m'adonava que a ell no li agradaven. Jo em comunicava amb ells tan subtilment com podia, trucava des de la feina, des de casa gairebé mai. Va arribar un dia que els meus amics i familiars ja no trucaven a casa. Em provocava tristesa però pensava que no hi podia fer res.



LA SORTIDA

(...) se llevó a mis hijos asegurándome que de no cumplir sus deseos, no los volvería a ver nunca más. Con esta angustia me sentía totalmente perdida, abandonada y sola. ¿Qué podía hacer? Recurrí a la abogada y le expliqué sin poder contener mi llanto. La demanda fue retirada y él me devolvió a los niños, con la condición de trasladarnos a vivir con él.(...)

No me quedaba otro recurso que planificar la huida, se agudizó mi ingenio, y con la excusa de alquilar la vivienda que teníamos en Barcelona, me marché con mis tres hijos de 14, 12 y 3 años. Nos volvimos a instalar aquí y no dudé en ponerme otra vez en contacto con la abogada (...). Le hablé del riesgo que corría mi vida y la de mis hijos, fue ella la que me acompañó a poner la denuncia a la comisaría de mujeres.

También la abogada me orientó para que acudiera a Asuntos Sociales y después de varias entrevistas con las responsables en aquel momento de la casa de acogida, decidí que aquel era el lugar donde podría por fin serenarme e iniciar una nueva vida.

La violència destrueix, a Tamaia construïm

Hay un antes y un después de aquella experiencia, hay también un trabajo personal de trabajar miedos e inseguridades. La casa a mí me sirvió para darme cuenta de infinidad de detalles personales a los que nunca antes les había dado importancia. Pasé casi tres meses sin conseguir dormir y una educadora me incitaba siempre a plantearme qué era lo que me había llevado a vivir esta situación.

De la necesidad de reunirnos y compartir nuestras experiencias, surgió el grupo de ayuda mutua. A pesar de trabajar tantos temas personales no fui consciente del enorme cambio que se empezaba a operar en mí, podía eso sí sentirme cada día más segura y afrontar las cosas con mucha más serenidad y equilibrio.”

des de l'amor i el respecte.

“El meu pas per TAMAIA m'ha ensenyat a ser més tolerant, a no jutjar i, per damunt de tot entendre el sentit profund del respecte. Així és com em vaig sentir des del primer dia. Respectada.”



Barcelona, 2011

TAMAIA Viure sense violència, SCCL

Creu de Sant Jordi 2004 (Generalitat de Catalunya)

Medalla d'Honor de la Ciutat de Barcelona 2007

CIF: F64206642

Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials nº. E04241

Registre general de Cooperatives de Catalunya nº. 13395

Tel. Programa Atenció 93 412 08 83

Tel. Gestió 93 301 05 62

tamaia@tamaia.org

gestio@tamaia.org

www.tamaia.org



AMB EL SUPORT DE:

Amb la col·laboració de

 Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones



Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar Social i Família
Secretaria de Família

Ajuntament  de Barcelona

*... i amb la solidaritat
de les persones anònimes que amb el seu suport
econòmic
han contribuït a la sostenibilitat
del 5 %
dels programes de
TAMAIA Viure Sense Violència*

