

TENDIENDO PUENTES A LA GENERACIÓN Z

Udako ikastaroa 25 y 26 de Junio 2024

www.lapsicowoman.blogspot.com



@lapsicowoman



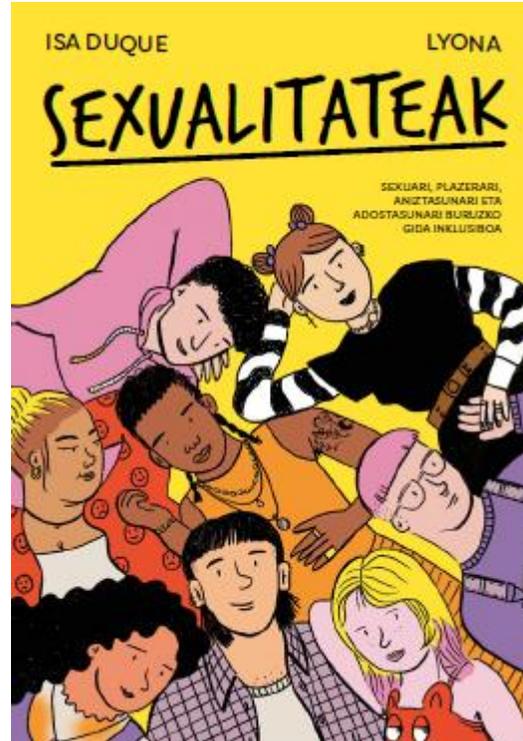
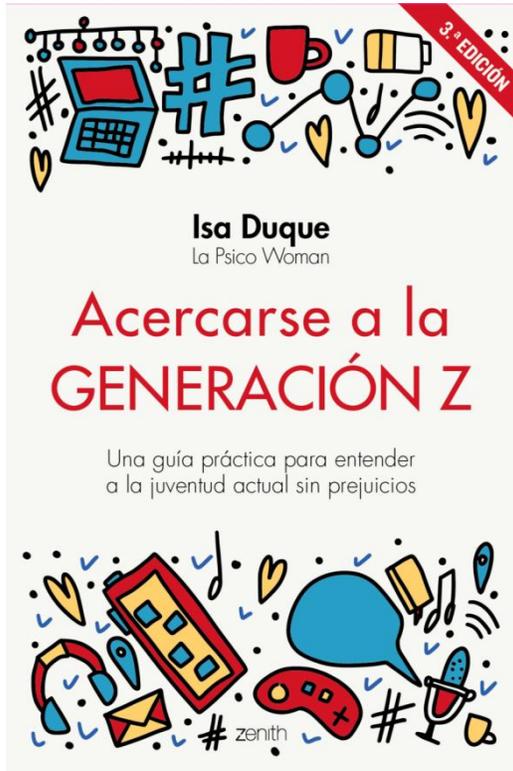
PSICO WOMAN

@lyona_ivanova
Libro «Sexualidades»

CONOCIMIENTO SITUADO

Hay mucho lugares desde dónde mirar la realidad y es necesario mostrar cuál es la perspectiva desde la que miramos, por eso el conocimiento es parcial y situado.

Donna Haraway “Ciencia, ciborgs y mujeres: la reinención de la naturaleza. 1991



Isa Duque (@lapsicowoman)

Psicóloga sanitaria

Máster en Sexología, terapia sexual y género

Terapeuta familiar sistémica. Especializada en

psicodinámica, apego y trauma

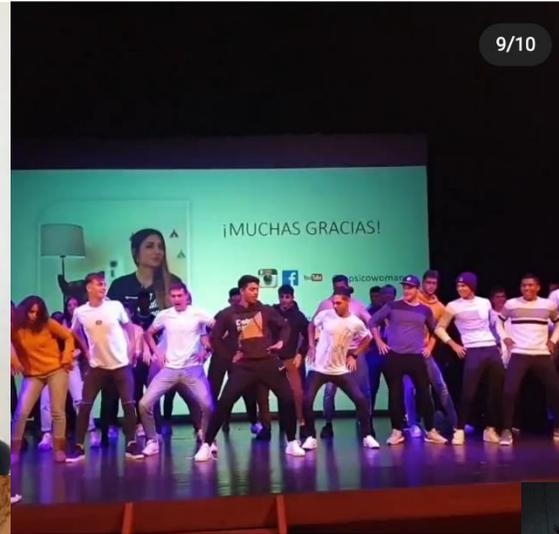
Psicología afirmativa LGBTQIA+

Más de 15 años formando en coeducación y mucho más

Ciberactivista en redes en proyecto Psico Woman

Amante del baile y del sentir-pensar (en ese orden)







ME VULNERABILIZO...

cuando nos vulnerabilizamos
provocamos conexión

#SíSoy



«Es muy importante lo que haces porque nos has hecho sentir»

Alumno 4º ESO de Menorca

¡NOS POSICIONAMOS!

VERDADERO



FALSO



La Generación Z (la juventud española)

1. han vivido crisis sistemáticas desde que nacieron
2. Leen más libros en comparación a otras generaciones
3. Consumen menos tabaco, alcohol, éxtasis y alucinógenos
4. Toman más verdura y menos dulces, su ocio es más diversificado y hacen más deporte
5. Rechazan más el sexismo que otras generaciones
6. Reconocen y denuncian más las violencias machistas
7. Si se quiere vivir solo habría que detsinar un 90% del salario (medio) al alquiler
8. El 40% piensan que van a vivir peor que sus padres



Informe «Equilibristas: las acrobacias de la juventud para sostener su salud mental en una sociedad desigual»



¿GENERACIÓN Z?

Generación S o Silenciosa: 1930-1948

Generación Baby Boom 1949-1968

Generación X 1969-1980

Generación Y o Milenial 1981-1993

Generación Z o Posmilenial 1994-2010

Generación Alfa 2010-2024

Generación Beta 2025-2039



Millenial (1981-1993) o generación Y

Acceso internet adolescencia
Edad emprendimiento 35 años
Ultraformados/as
Principio de autoridad
Frustración

Generación Z (1994-2010) :

Nuevo modelo 100% digitales.
Nativos/as digitales.
Edad emprendimiento 25 años
Autodidactas
Democratización de
oportunidades (talento)
Emprendimiento social
Irreverencia

¿CÓMO TENDER PUENTES A LA GENERACIÓN Z?



@ana.mushell

¿HABÉIS SIDO ADOLESCENTES?

Reflexionamos sobre como éramos de adolescentes: que ropa nos gustaba, estilo-tribu, nuestra música, ídolxs, ¿pósters en el cuarto?...que nos parecía el insti, lxs adultxs...



Los niños
estas difi

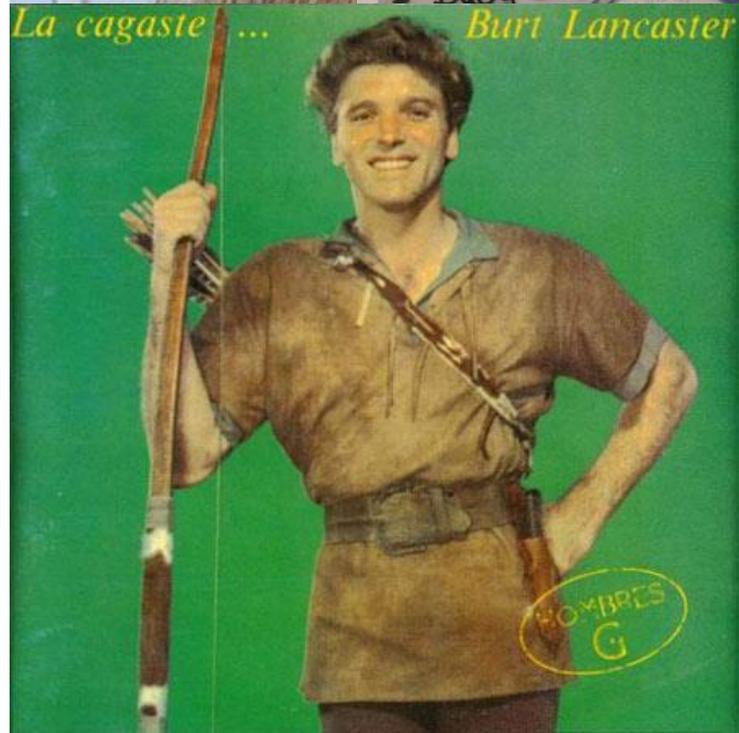
a lo entenderán



La vida



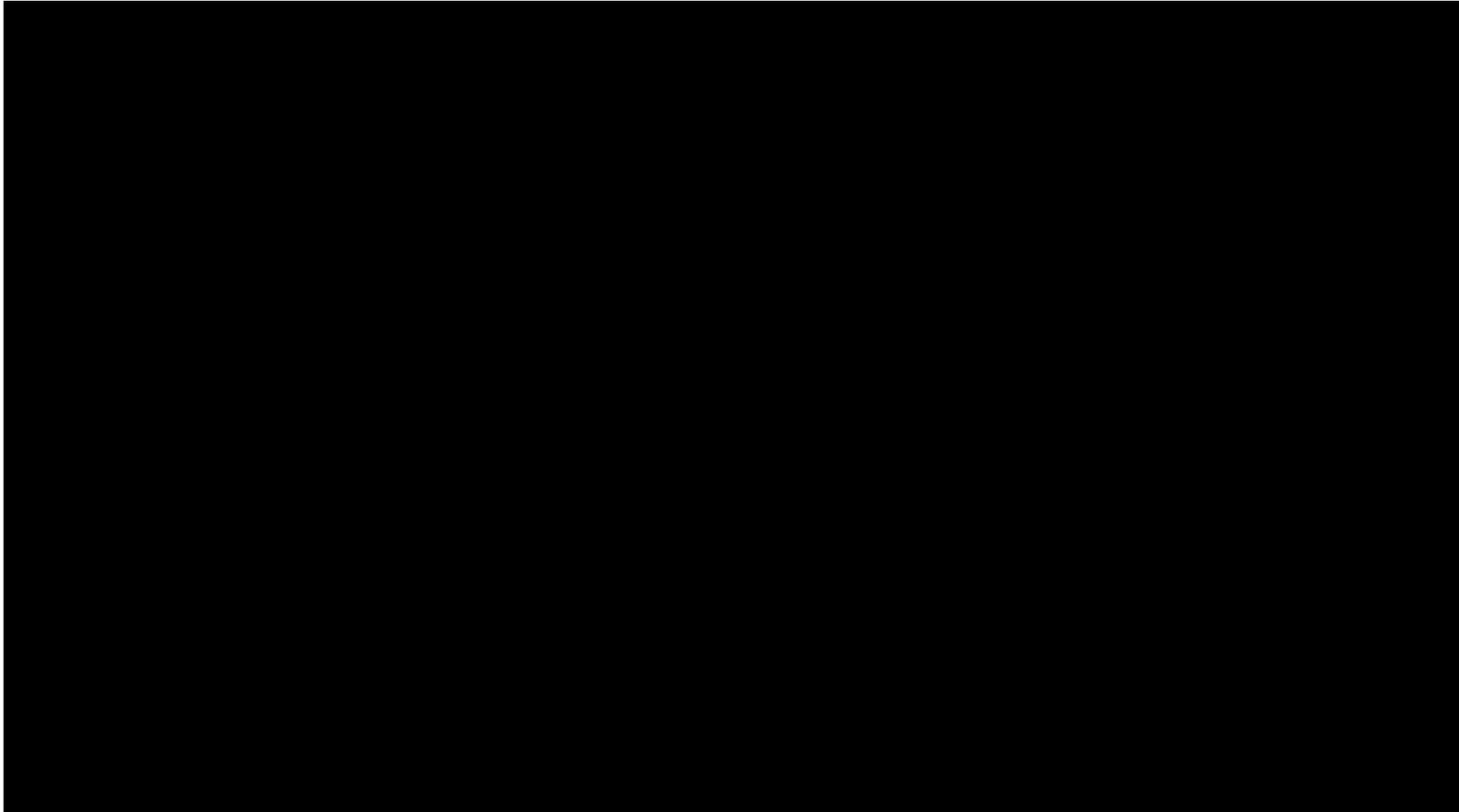
todocoleccion



antes de los smartphones



JUVENOFOBIA-ADULTOCENTRISMO,
¿sabemos lo que es?



El **adultismo** es un conjunto de conductas, actitudes y creencias basadas en la diferencia de poder derivada de la edad, que conducen a la discriminación, opresión y desvalorización de la niñez y la juventud.

Es una forma de opresión experimentada por niñxs y jóvenes por parte de lxs adultxs y los sistemas que estos crean en función de sus intereses y necesidades. El adultismo estaría atravesado por otras diferencias de poder e inequidades basadas en el género, la etnia, la diversidad funcional/discapacidad, la gordofobia, la orientación, identidad y expresión de género, nivel socioeconómico. ...

«...eso son crecederas»

«tápate las orejas que no lo puedes oír»

«cuándo seas mayor...»

«respeto a tus mayores»



INTERSECCIONALIDAD

Herramienta para el análisis que nos permite entender situaciones de opresión, de privilegio y de DDHH en todas partes del mundo

**Alguien: - Yo no soy
racista pero...**

Yo:



ACOMPañAR ATENDIENDO A LA DIVERSIDAD. SOMOS MUCHxS, DIVERSxS Y ESO NOS ENRIQUECE...

Revisarnos: sexismo/reproducción de prejuicios sexogenéricos, mensajes y actitudes de violencias hacia las mujeres, binarismos de género/lgtbqia+ fobias, xenofobia, capacitismo, adultismo, edadismo, gordofobia, racismo, audismo, cuerdismo, eurocentrismo...



PSICO WOMAN

La juventud de hoy en día...

- ...no tienen control y están siempre de mal humor. Han perdido el respeto a los mayores, no saben lo que es la educación y carecen de toda moral.
- Toleran cada vez peor la frustración
- Les gusta llamar la atención
- No comprenden el esfuerzo que hace falta para conseguir las cosas
- No tienen capacidad para afrontar la realidad
- Solo piensan en el móvil
- No paran de quejarse, parecen de cristal...
- Tienen más privilegios que antes pero solo se quejan
- No serán capaces de mantener nuestra cultura



«Nuestra» juventud....

1. “Nuestra juventud gusta del lujo y es mal educada, no hace caso a las autoridades y no tiene el menor respeto por los de mayor edad. Nuestros hijos hoy son unos verdaderos tiranos. No se ponen en pie cuando entra una persona anciana. Responden a sus padres y son simplemente malos”.
2. “Ya no tengo ninguna esperanza en el futuro de nuestro país, si la juventud de hoy toma mañana el poder, porque esta juventud es insoportable, a veces desenfrenada, simplemente horrible”.
3. “Nuestro mundo ha llegado a un punto crítico. Los hijos ya no escuchan a sus padres. El fin del mundo no puede estar muy lejos”.
4. “Esta juventud está malograda hasta el fondo de su corazón. Muchos jóvenes son malhechores y ociosos. Jamás serán como la juventud de antes. La juventud de hoy no será capaz de mantener nuestra cultura”.

La primera frase es de Sócrates (470 - 399 A .C.). La segunda es aún más antigua, de Hesíodo (720 A .C.) La tercera se remonta a un sacerdote anónimo del 2.000 A .C. La cuarta estaba escrita en un vaso de arcilla descubierto en las ruinas de Babilonia (actual Bagdad), con más de 4.000 años de existencia.



*Si nos detenemos a pensarlo de una forma racional, llegaremos a la conclusión de que es imposible que los adolescentes de cada generación hayan sido «peores» que los de la anterior, porque en ese caso la humanidad hubiera desaparecido hace siglos (...) Por consiguiente, si los adolescentes de todos los tiempos y de todas las tradiciones culturales han tenido y siguen teniendo comportamientos, reacciones e inquietudes similares (...) **tal vez haya un fundamento biológico que nos impulse a tener determinados comportamientos durante la adolescencia y a no reconocerlos en nosotros mismos cuando llegamos a la adultez.***

David Bueno: *El cerebro del adolescente.*



PSICO WOMAN

¿CON QUÉ DIFICULTADES NOS ENCONTRAMOS CUÁNDO
ACOMPañAMOS A LAS NUEVAS GENERACIONES?

**ADULTISMO + TECNOFOBIA + NEOFOBIA +
RETROSPECTIVA IDÍLICA + PREJUICIOS SEXOGENÉRICOS** (y
xenófobos, capacitistas, gordófobos, diversófobos, cuerdistas, clasistas...)

ACOMPañAR: acción de caminar al lado de una persona,
compartiendo alguna parte de su vida itinerante.

¿Qué pensamos/que nos cuentan sobre las
«nuevas generaciones»?

YO: los niños de ahora pasan DEMASIADO tiempo con el móvil.

TAMBIÉN YO (entre 1999 y 2002):



¿LAS REDES SOCIALES, LAS TRICS

(TECNOLOGÍAS DE LA RELACIÓN, INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN)

SON BUENAS O MALAS?

¡CUIDADO CON LA ORFANDAD DIGITAL!

URGE UN CAMBIO DE MIRADA



#GENERACIÓN ENCONTRADA...





@oliviaavilaruiz
@oli_sapereaude



Annarce

@annarce_solohayuno



franchesqui_lopez
Granada



@franchesqui_lopez

#TikTokGate, Tulsa 2020



«Make América great again»

#4NOVIEMBRE

ESTO TAMBIÉN SON LOS HOMBRES JÓVENES DE LA GENERACIÓN Z



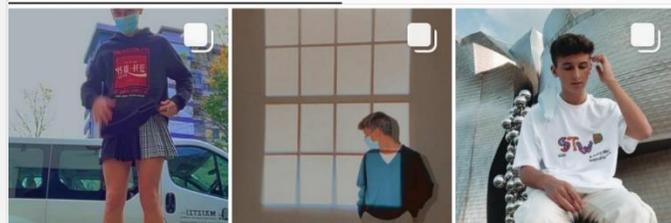
mikelgmz 🤪:(
Creador de vídeos
La seine et moi 🇫🇷
mikel.gmzb@gmail.com 🌱
Ver traducción
iiruunee_., haizeawhite y 12 personas más siguen esta cuenta

11 Publicaci... 53,1 mil Seguidor... 1.140 Seguidos

Sigue... ▾ Enviar m... Correo el... ▾

🐙 🏂 M 🕒 🐻

📱 📷



mikelgomezz



Les gusta a **chinchí12** y otras personas
mikelgomezz 4 de noviembre 🙄
No se trata de llevar falda hoy v va esta se tr v más

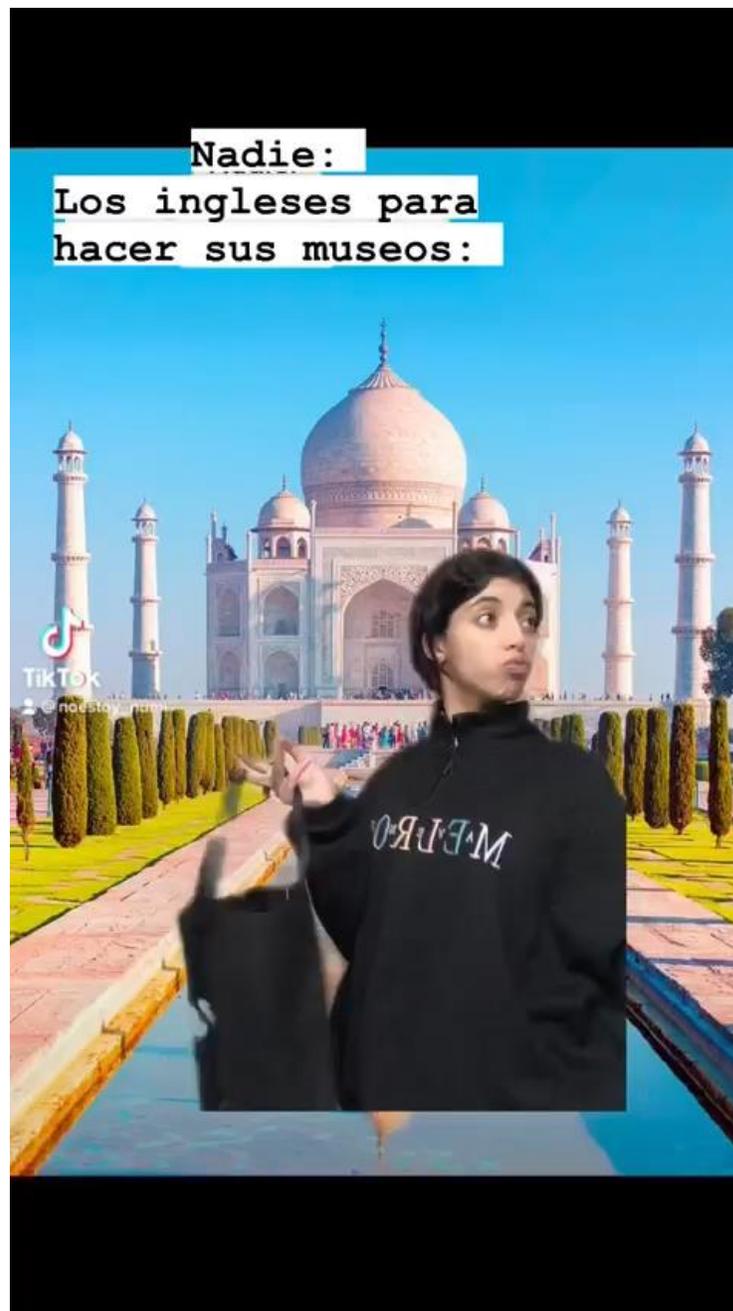
@lamthior





TikTok
@iamthior

*Cuando un hombre
dice que es Gay,
creemos que es Gay.*

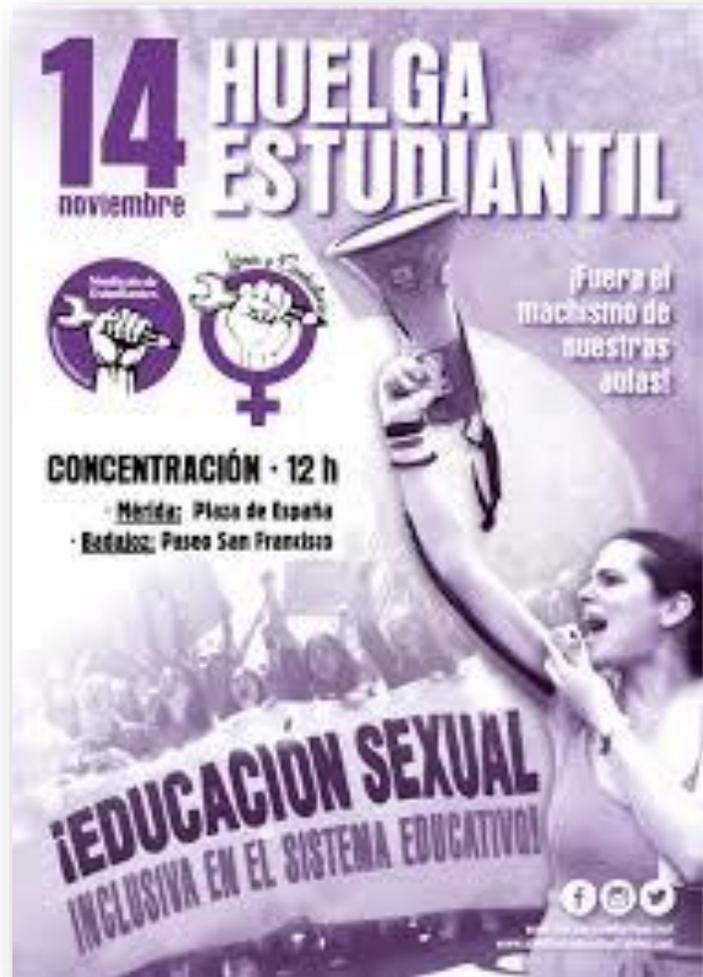


@hanan_midan

O como hablar de la vergüenza del expolio colonial inglés en menos de un minuto.



@croquetamente_



14 noviembre 2019

Huelga General Estudiantil. Exigían:

- Asignatura educación sexual inclusiva evaluable y obligatoria en todos los centros de estudio
- Fuera el machismo de nuestros centros

Viva la #GeneraciónEncontrada



@occimorons



#GENERACIÓN ENCONTRADA...



LA JUVENTUD ACTUAL...



GENERACIÓN Z



- Personas en pleno proceso vital de crecimiento y tremendo **POTENCIAL** y **PLASTICIDAD**. **Impresionantes** inquietudes artísticas y de reflexión.
- Muchísimo acceso a la **información**, necesidad de acompañamiento. Orfandad digital. Orfandad psíquica de sentirse vistos.
- **Conocedores** y generadores de **TRICS** y de **conocimiento**.
- Sistema educativo que en general no les acompaña a sus necesidades
- ¿¿**Futuro**??¿Eso qué es? ¿Y si empezamos a hablar de como lidiar con la incertidumbre? /Tasa de emancipación / precariedad / Un menor de 30 años con salario medio tendría que destinar el 90% de sus ingresos si quisiera vivir solx.
- Ecoansiedad. No posibilidad de pensar futuro, ¿a qué me agarro? Neoliberalismo, individualismo y capitalismo extractivista al acecho.
- Saben que lo que estudian es raro que les lleve “al trabajo de su vida”. (el 70% de criaturas de infantil se dedicarán a profesiones que no existen).
- **Sistemas familiares** atravesados por crisis, (re)crisis, pandemias y más. Se han criado en crisis sistemáticas socio-político-cultural-emocional. Crisis holísticas.
- El 25% de jóvenes de entre 15-29 años toman actualmente psicofármacos en nuestro país/ 35,4% ideación suicida el último año. Sistemas hiperdepresivos y agotados.

Y ahí siguen transformando realidades: Generación **PERDIDA**:
¡#GENERACIÓNENCONTRADA! Y muy **RESILIENTE** (no les queda otra)

¿CÓMO ME ACERCO A LA CHAVALERÍA?

- Interesándome por su mundo. Su mundo mola. Rescatar cosas interesantes de sus referentes.
- Puesta apunto obligatoria. Redes sociales   
- Colocándome en un lugar de HONESTIDAD, disponibilidad. AMOR, paciencia y HUMOR.
- Y por supuesto siendo un referente positivo



con lentes
de género



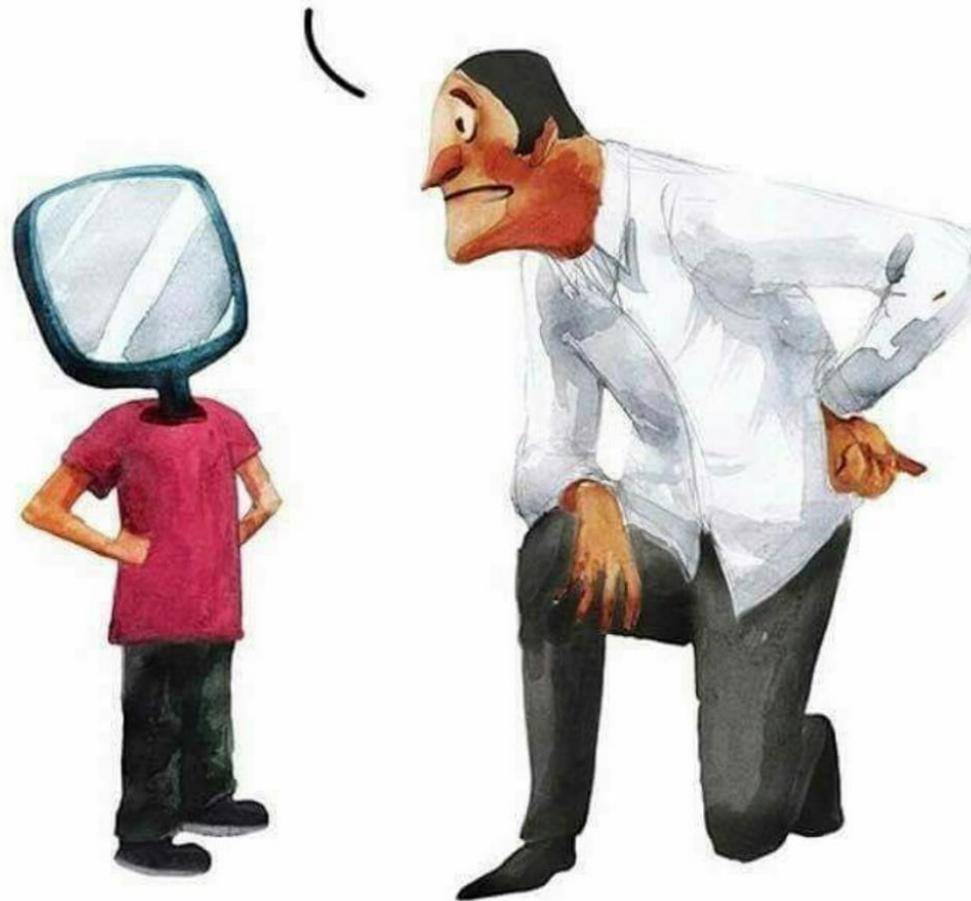
SOMOS REFERENTES 24/7

todo el rato estamos (co)educando

#SuMayorInfluencerPorNarices



HIJO MÍO
¿POR QUÉ ERES ASÍ?



PSICO WOMAN



¿CUÁNTO PESA MI MOCHILA?

- 😎 ¿Cómo **Observo** el Mundo Juvenil?
- 😎 ¿Cuáles son mis **prejuicios** y **mensajes de género**?
- 😎 ¿Cómo afecta este **SISTEMA DE CREENCIAS** a mi labor con ellos, ellas y ellos?



- 🤔 ¿Cómo miro a mi infancia/adolescencia?
- 🤔 ¿Qué me dieron? ¿Qué me **FALTÓ**?
- 🤔 ¿Cómo Integro mi proceso de **Adolescencia** desde la “**Adultez**”?
- 🤔 ¿¿Cómo me fue (cómo me va) en los amor(es)?? ¿Qué tal va mi autocrítica amorosa?

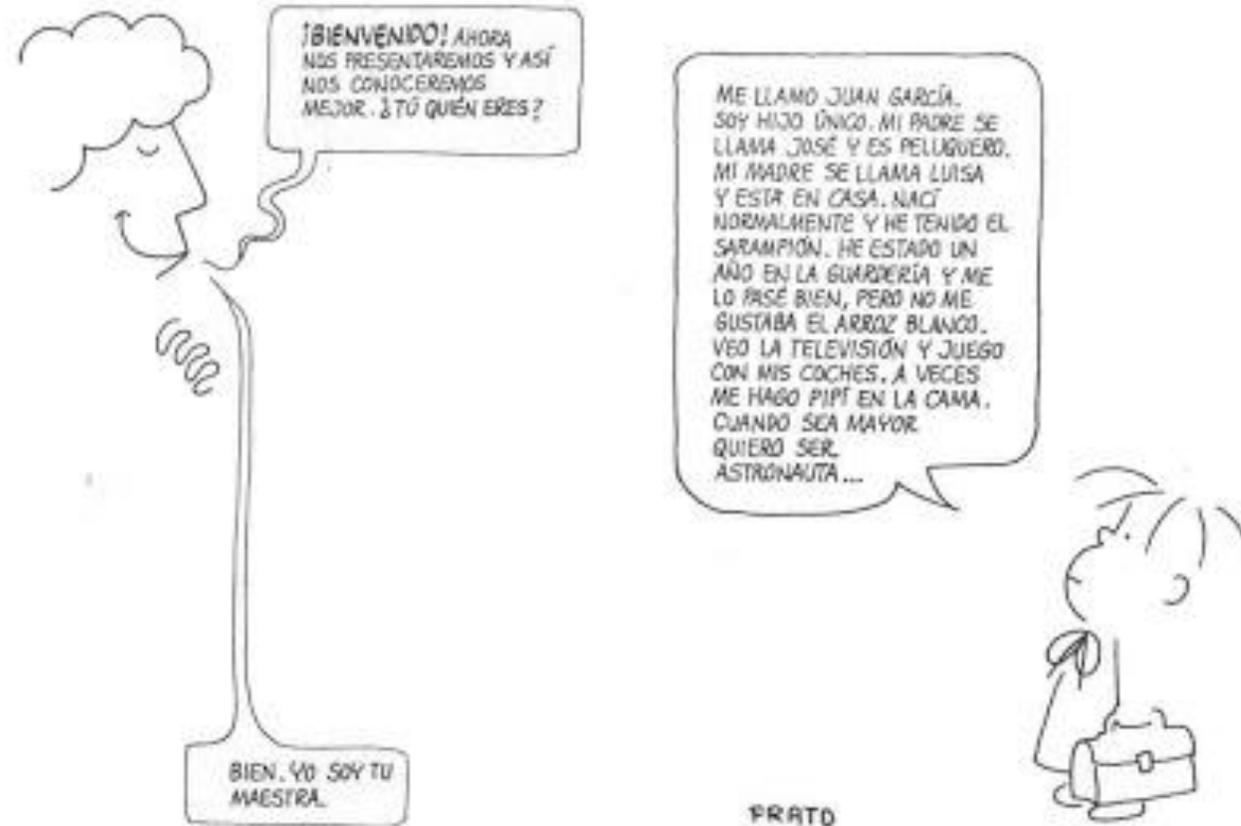


¿QUÉ QUIERE LA JUVENTUD ACTUAL?

QUE LES HABLEN CLARO, QUE NO LES TRATEN COMO A GILIPOLLAS, QUE LEGITIMEN COMO SE SIENTEN, QUE LES DEN CLAVES PARA LIDIAR CON LAS EMOCIONES, SENTIRSE QUE NO SON RARXS, QUE SIENTAN QUE SU VOZ CUENTA, QUE LES ACOMPAÑEMOS A DESCUBRIR CUALES SON SUS POTENCIALES Y A DESARROLLARLOS, QUE NO LES LLAMEMOS TONTXS POR NO SER BUENOS EN LA ESCUELA INDUSTRIAL EN LA QUE SEGUIMOS ESTANDO QUE SÓLO MIDE DOS TIPOS DE INTELIGENCIAS, AYUDARLES A APRENDER A SOSTENER TODA LA PRESIÓN QUE VIVEN CON LA SELECTIVIDAD Y CON EL TENER QUE DECIDIR CADA VEZ MÁS PRONTO COSAS DE SU FUTURO, QUE CONFIEMOS EN ELLES, QUE NOS MIREMOS NUESTROS MIEDOS PARA QUE DEJEMOS DE PROYECTARLOS, QUE NO LES CONTROLEMOS TANTO, QUE NO LES METAMOS TANTO MIEDO A EQUIVOCARSE(...)



¿Qué quiere la chavalada?



¿QUÉ QUIERE LA CHAVALADA?

Que les acompañemos y «eduquemos» desde el Corazón, esto es, educar desde y con las EMOCIONES (nuestras y del grupo). Empleando las emociones como fuente de motivación y prestando atención a lo que siento y como me siento y a lo que sienten y cómo se sienten.



LA CONEXIÓN PROVOCA CAMBIOS

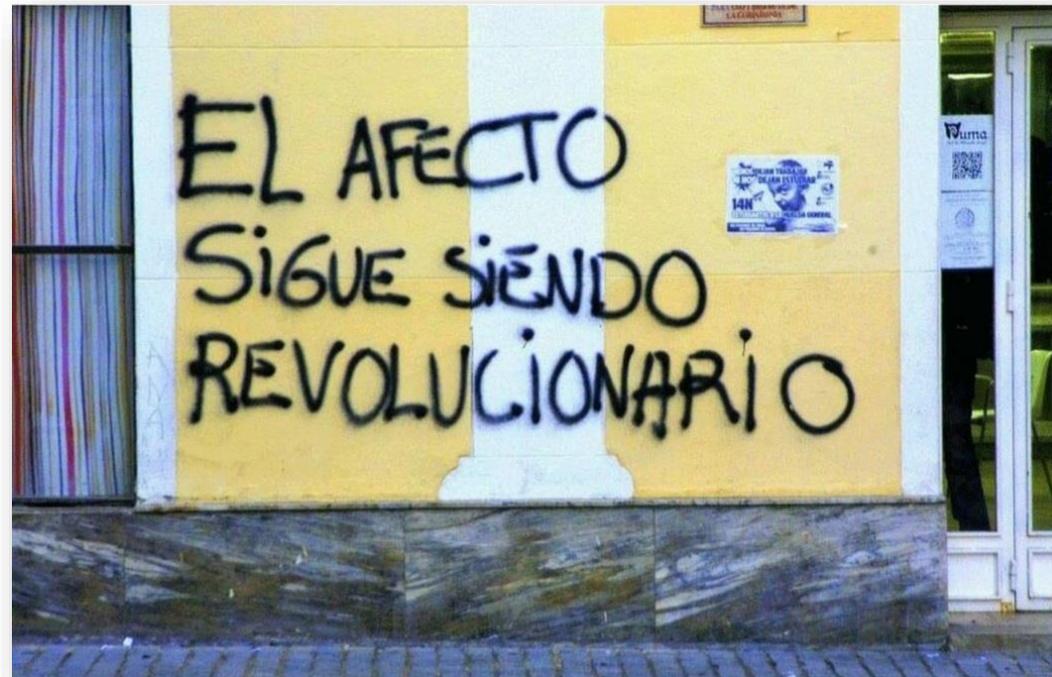
El cuerpo esta predispuesto para esta conexión, para el amor. El amor afecta a niveles muy profundos de la biología. El vínculo sana.

SENTIRSE SENTIDIX

SENTIRSE VISTX

PRESENCIA

DISPOSICIÓN



Vídeo Instagram padre e hijo



(...) «Somos la generación que abraza la diversidad. La generación más formada de la historia. Que entiende que la realidad es multicolor. Los primeros en visibilizar que la salud mental es tan importante como la salud del cuerpo. Sí, somos la generación de cristal, pero no porque nos rompamos con facilidad... Sino porque hablamos con nitidez de sentimientos, diversidad, educación sexual, igualdad, de justicia social y ambiental. Porque vemos la realidad con la misma claridad que el cristal».

Olivia Ávila tiktoker activista

@b.zukart



¡¡MUCHAS GRACIAS!!



www.lapsicowoman.blogspot.com

lapsicowoman@gmail.com

«Acercarse a la Generación Z»

