

tu refugio *feminista* *

SOMOS COOPERATIVA

Psicólogas especializadas en
intervención online.
Psicoterapia individual, pareja y
sexualidad.



Cooperativismo, trabajo digno y salud mental

Según la Alianza Cooperativa Internacional (ACI), una cooperativa es una asociación autónoma de personas unidas voluntariamente.

Propiedad conjunta:

Frente al modelo extractivo tradicional, la empresa pertenece de forma equitativa a quienes trabajan en ella.

Principios de alianza

La cooperativa no es solo una forma legal, es una herramienta terapéutica y política para combatir la precariedad.

Apostamos por la transparencia, la gestión democrática y la equidad económica, demostrando que otra salud mental es posible desde un entorno laboral sano.

Principios del cooperativismo

Membresía Abierta y Voluntaria:

Organización sin barreras artificiales ni discriminación de género, social, política o religiosa.

Control Democrático:

Los miembros participan activamente en las políticas y decisiones, rindiendo cuentas ante la asamblea común.

1 persona, 1 voto

Participación Económica y Autonomía:

Contribución equitativa al capital de forma democrática, asegurando la independencia frente a intereses externos.

Compromiso con la Comunidad:

Desarrollo sostenible y apoyo mutuo entre cooperativas como vía de transformación anticapitalista.

Dimensión	Autónoma Aislada	Asalariada / Mercantil	Socia Cooperativa Feminista
Estructura de Poder	Hiperresponsabilidad individual. Eres tu propia jefa y explotadora.	Jerárquica y vertical. Decisiones enfocadas al beneficio del dueño.	Democrática, asamblearia y centrada íntegramente en las personas.
Relaciones	Aislamiento, soledad y competencia individual por captar casos.	Relación de subordinación o falsas autónomas sin derechos reales.	Apoyo mutuo, corresponsabilidad e interdependencia de equipo.
Salud Mental	Desgaste por compasión y autoexigencia sin límites saludables.	Explotación del quemado (burnout) mediante ratios de casos abusivas.	Condiciones dignas de trabajo y límites como imperativo ético.
Soporte / Baja	Si tú te paras, tu negocio se para. No hay espacio para enfermar.	Presión explícita o tácita para no interrumpir la producción.	Te cuidas y te cuidan: red de sustituciones y respeto de ritmos.
Comunidad	Vacío de la soledad. Cargar con dilemas clínicos de forma aislada.	Supervisión mercantilizada o deducida de la jornada/sueldo.	Trabajo en red, espacios protegidos de intervisión y cuidado mutuo.
Economía / Fiscal	Asfixia por cuotas fijas, gastos de gestión y alquileres individuales.	Margen de beneficio exiguo; cobras una fracción de la consulta.	Optimización cooperativa de recursos y reparto equitativo del valor.
Propósito	Supervivencia individual dentro de un sistema hiperproductivo.	Mercantilización de la salud mental como nicho puramente extractivo.	Práctica enmarcada en la economía social y la alternativa feminista.

PSICÓLOGAS PRECARIZADAS

¿Qué dificultades encontramos como
profesionales de la salud mental?



La Precariedad es un Trauma Crónico: La inestabilidad financiera, la incertidumbre y la desprotección laboral mantienen activo de forma continuada el sistema biológico del estrés.



El Desgaste de Quien Cuida: Sostener el sufrimiento emocional ajeno sin una estructura de apoyo colectivo destruye los límites psicológicos y conduce al burnout más severo.



Pérdida de Autonomía y Control: Modelos jerárquicos rígidos limitan el margen de decisión de la profesional, lo que erosiona la autoestima laboral y fomenta la indefensión.



Conflicto Capital-Vida: Las jornadas interminables y la imposibilidad real de conciliar exigen elegir entre la subsistencia económica o el bienestar familiar e individual.

La precariedad en Psicología

El desgaste del sector

La práctica clínica se ha mercantilizado a través de falsas autónomas, alquileres abusivos de despachos, exigencia emocional constante sin soporte, jornadas invisibles de preparación y serias dificultades para conciliar.



**Vínculos
nutritivos**

**Red de apoyo
Horizontalidad
Espacio seguro**

Sororidad

Equilibrio

Igualdad

Comunidad

Anticapitalismo

ANTE MODELOS QUE EXPLOTAN SOMOS COOPERATIVA

Tu Refugio Feminista nace como cooperativa de trabajo en respuesta al modelo donde muchas personas que necesitan acompañamiento no pueden acceder a él por razones económicas y donde muchas terapeutas trabajan como falsas autónomas, sin apenas derechos laborales ni red que las sostenga.

Nuestro Ecosistema de Apoyo Mutuo

Proyectos en Red

- Colaboraciones externas
- Repartos éticos (negociación).
- Derivaciones mutuas y talleres conjuntos sin precarizar.
- Constitución de una red dinámica.
- Apoyo mútuo en redes sociales.

Red de Mecenazgo

- "Amadrina una compañera" para accesibilidad social.
- Fondo solidario para terapias de bajo coste o gratuitas.
- Financiación directa de proyectos y cuidados en el medio rural.

De Psicóloga Colaboradora a Socia

- Aportación justa para estructura (40€ sesión / 15€ cooperativa).
- Flexibilidad total: opción de nómina o facturación según preferencia.
- Itinerario de alta societaria progresivo de 6 meses a 2 años.

TRF - RED PSICÓS (WhatsApp)

- Grupo autogestionado supervisiones (cooperativa como dinamizadora)
- Banco de psicólogos para derivaciones (abono 55€ por consultante). Preferencia por perfil y distribución equitativa.
- Propuestas de colaboración: búsqueda de sinergias para lanzar talleres, actividades, etc.
- Espacio totalmente gratuito.
- Contacto para futuras incorporaciones.

Proyectos en Red

El objetivo es colaborar o fomentar redes entre proyectos afines para el impulso de alianzas que promuevan la cooperación entre colectivos frente a la competitividad.

- Solo proyectos con valores cercanos a la cooperativa (cooperativas u organizaciones colectivas horizontales como prioridad).
- Repartos éticos. Siempre negociable.
- Derivaciones mutuas por especialidad.
- Talleres conjuntos sin precarizar.
- Aparición en web o redes mutuas como proyectos colaboradores.

ITINERARIO PARA SER SOCIA TRABAJADORA

Psicóloga colaboradora

Máximo 6 meses.

Derivación pacientes hasta el mínimo que permita la incorporación como social a jornada completa

40€ psicóloga / 15 € cooperativa por paciente incorporado desde alta como colaboradora.

Participación talleres.

Colaboración tareas reproductivas.

Socia trabajadora

Asumir funciones de la asamblea.

Pleno derecho a voto.

División de capital a partes iguales (nunca mayoría absoluta).

Aportación 1500€ (375€ al inicio obligatorio, resto abierto a negociación).

Fijado por estatutos de la cooperativa.

Mismos derechos y deberes que las socias.

Socia en periodo de prueba

3 meses, máximo 18 meses justificado.

Alta como trabajadora de la cooperativa.

Salario consensuado en asamblea.

Límite de socias en prueba fijado por estatutos de la cooperativa.

Mismos derechos y deberes que las socias.

QUÉ SUPONE PERTENECER COMO SOCIA A UNA COOPERATIVA DE TRABAJO.

La condición de socia de la cooperativa es compatible con el desempeño de otros trabajos o actividades profesionales siempre que no estén relacionadas con las actividades desarrolladas por la cooperativa, de acuerdo con lo establecido en los Estatutos.

Esto significa que una socia puede trabajar en cualquier otro sector o profesión ajena al objeto social de la cooperativa (hostelería, comercio, administración, educación no vinculada a la actividad de la cooperativa, etc.), pero no podrá desarrollar por cuenta propia o ajena actividades que coincidan con las que constituyen el objeto social de la cooperativa, al existir un régimen de incompatibilidad previsto estatutariamente.

Esta medida busca proteger el proyecto común, evitar situaciones de competencia y garantizar el compromiso de las personas socias con la actividad de la cooperativa.

Si te planteas montar una cooperativa ¡cuenta con nuestra ayuda! Y la de ellas: Escuela Juana Millán

