casa de la mujer

ORIENTACIONES ANTE LA VIOLENCIA DE GÉNERO QUE SUFREN CHICAS ADOLESCENTES Y JÓVENES

"... violencia que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus conyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aún sin convivencia."

Ley 1/2004

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

La violencia contra las mujeres es una vulneración de los Derechos Humanos que trata de mantener la **desigualdad** y la **discriminación** que las mujeres han sufrido a lo largo de la historia. Y para algunos hombres, esa discriminación y desigualdad debe mantenerse en sus parejas, ejerciendo para ello la violencia necesaria.

La violencia de género está presente en las pautas culturales, en las costumbres, en los hábitos tradicionales que perpetúan la condicion inferior de las mujeres, y que mantienen la desigualdad entre hombres y mujeres.

En los últimos años, diversos estudios nos muestran como esta violencia se sigue reproduciendo en todas sus formas (violencia física, sexual, psicológica) en parejas jóvenes **En ocasiones, permanece oculta para familiares y amistades,** y otras veces, cuando se aprecian señales de su existencia, desconocemos la gravedad de la misma **o nos sentimos impotentes para actuar.**

¿POR QUÉ LES CUESTA CONTAR LO QUE ESTÁ PASANDO?

Casi siempre, a las chicas que sufren una relación de violencia, les cuesta contar lo que está pasando. Es importante entender las razones por las que esto es así:

- Cuando empieza la violencia creen que ellas podran controlar la situación con su pareja.
- En ocasiones, algunas chicas consideran que los dos se tratan igual, que ellas también ejercen violencia hacia su novio, por ejemplo que ellas también tienen celos y se enfadan.
- El miedo también está detrás:

  Miedo a que no le crean o no se dé importancia a lo que le ocurre.

  Miedo a perder la libertad, a que vuelva a controlarla la familia, a que no le dejen salir.

  Miedo a que intervenga la policía o llegar a los juzgados.

  Miedo a que se entere todo el mundo.

  Miedo a la reacción del agresor, a que su violencia sea mayor.
- Vergüenza frente a la familia y amistades de que sepan lo que ha estado pasando, de reconocer que tenían razón en lo que le decían...
- Ella todavía le quiere y teme la presión de la familia y amistades para que deje la relación.
- Cuando se trata de familias inmigrantes, también influye el miedo a que lo sucedido tenga repercusiones legales negativas para su propia familia o para la de su novio (y él mismo).

Ante una situación de maltrato es fácil que padres, madres, amigos, amigas se sientan:

LAS PERSONAS CERCANAS PUEDEN SENTIRSE

- Enfadados/as y no dispuestos/as a consentir que esto siga pasando.
- Traicionados/as en la confianza que le habían dado.
- Preocupados/as por la gravedad de la situación.
- Desorientados/as por no saber si deben intervenir, qué hacer, cómo ayudar...

Sin embargo, debemos tener en cuenta que padres, madres, amistades y otras personas cercanas **pueden ser una ayuda muy importante** para que esa chica se dé cuenta del tipo de relación de pareja que tiene y sea capaz de salir de ella.

¿CÓMO DETECTAR LAS SEÑALES DE VIOLENCIA?

En un principio la violencia suele ser ocasional y de baja intensidad. La víctima cree que podrá controlar esas situaciones.

Si en las relaciones de pareja muchas chicas son capaces de hacer y dejar de hacer todo aquello que pueda interferir en la pareja, cuando aparece la violencia esta complacencia y cesión pasa a ser total.

Intenta complacer y ceder a lo que él quiere para evitar la violencia, está pendiente de lo que a él le gusta y de no hacer lo que le molesta. Esto hará que su vulnerabilidad y dependencia vayan en aumento.

Hay que prestar atención a cambios en la conducta o en su actitud hacia personas cercanas y a los cambios de humor sin causa aparente.

Hay que tener en cuenta que los agresores alternan la violencia con detalles y muestras de cariño, y fácilmente hacía el exterior mantienen la imagen de chico correcto y agradable.

Podemos observar que:

- Puede estar irascible, nerviosa o triste.
- Ha dejado de salir, de quedar con sus amistades.
- Ha abandonado actividades que hacía y le gustaban.
- Ha cambiado su forma de vestir.
- Está muy pendiente del móvil y el ordenador.
- Su rendimiento en los estudios ha bajado y en el centro.
escolar han observado un cambio de conducta o actitud.
- La relación con ella es más difícil que antes, no muestra confianza.

¿QUÉ PODEMOS OBSERVAR EN LA RELACION?

- Quiere saber qué hace y con quién está, en todo momento: llamadas, mensajes, Whatsapp...
- Le obliga a enviarle fotos de dónde está y con quién, cuando no está con él.
- Él contesta a su teléfono y controla mensajes, redes sociales, correo...tiene sus contraseñas.
- Es celoso.
- No le permite vestirse o arreglarse como ella quiere o como solía hacerlo.
- Él se enfada por cualquier cosa y deja de hablarle.
- Ella no se atreve a decirle que no está de acuerdo con él, en algo.
- Tiene miedo de sus enfados.
- Le desvaloriza y/o se ríe de ella, incluso delante de otras personas.
- Decide sobre asuntos de los dos sin consultarle, ni tener en cuenta su opinión.
- Utiliza el chantaje emocional para que haga lo que él quiere: "Si me quisieras..."
- Nunca se disculpa, ni asume la responsabilidad sobre sus errores.
- Le fuerza o presiona para mantener relaciones sexuales.
- No le gusta que salga sola o con sus amistades.
- Le ha amenazado.
- Marcas que podrían ser señales de violencia física.

- Solo el agresor es responsable de la violencia que ejerce y ha ejercido.
- Nada justifica el uso de la violencia. La víctima nunca es culpable de la situación.
- Los insultos y descalificaciones son formas de violencia.
- El control y los celos no son signos de amor.
- La violencia de género no es un problema privado de la pareja. No es un secreto que hay que guardar.
- La relación con un hombre violento intimida y quita libertad de acción y de pensamiento.
- Como consecuencia del miedo y la sumisión, está disminuida la capacidad para ser autónoma y tomar decisiones.
- Una vez que aparece la violencia en la relación, no parará si no se interviene desde fuera.

QUÉ PODEMOS HACER PARA AYUDAR

- **Informarnos**: conocer más el fenómeno de la violencia de género, ya que desde el conocimiento y la comprensión de lo que pasa, se puede ayudar mejor.

- **Evitar el aislamiento.** El aislamiento es un factor de riesgo importante, ya que aumenta la vulnerabilidad y la dependencia de la víctima de violencia:

  Para contrarrestarlo o evitarlo, hay que intentar establecer una red entre familliares y amistades que esté presente: llame por teléfono, mantenga contacto frecuente con ella, sin ofenderse ni retirarse si ella muestra enfado por las llamadas o no contesta.

  Tratar de que mantenga su ritmo de actividades (estudios, tabajo, deportes) y las normas y hábitos familiares (horarios, responsabilidades).

- **Mantener la comunicación** con ella, permitiendo el diálogo en un clima de confianza sobre:

  Si la relación es como ella esperaba, si le gustaría para su hermana, para su mejor amiga

  Que la violencia no se detiene por sí misma, que es necesario tener ayuda externa.

  Las señales de alerta: el control, los insultos, las burlas, no deberían formar parte de una buena relación.

  Los celos, que no pueden justificar el control ni el ejercicio de la violencia.

- Nuestras conversaciones con ella deben ir dirigidas a la **búsqueda de ayuda** y por tanto es aconsejable:

  Escuchar sin juzgar.

  Creer lo que cuenta sin necesidad de obtener detalles ni de buscar coherencia al mensaje o un relato mas completo.

  Orientar a servicios de ayuda.

  Respetar sus silencios, comprender/acompañar su dolor.

  Y si ella no está preparada para terminar la relación, no insistir en ello.

- Ofrecer **acompañamiento** a un servicio especializado, ayuda profesional.

- **Tener paciencia,** respetar sus tiempos.

- **Estar atentos** a cómo se comporta con ella, a marcas y señales de agresiones y a explicaciones poco convincentes de las mismas.

- Ante situaciones de violencia física o amenazas o riesgo importante (especialmente en menores) **informarse y denunciar.**

DÓNDE ACUDIR

ES NECESARIO ESCUCHAR SIN JUZGAR

La Casa de la Mujer presta un servicio de información, asesoramiento y orientación para padres y madres, familiares, amigos y amigas de víctimas de la violencia de género:

prevencionviolenciadegenero@zaragoza.es

Teléfonos de urgencia: 016 y 900 504 405

Septiembre 2014

casa de la **mujer**

Don Juan de Aragón, 2
Tel: 976 72 60 40
casamujer@zaragoza.es

CONOCER
PREVENIR
AYUDAR

STOP VIOLENCIA DE GÉNERO

UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo

Zaragoza
AYUNTAMIENTO