

## VIOLENCIA DE GÉNERO

La violencia de género suele acabar, en los casos más trágicos, con la muerte de la mujer a manos del hombre. Pero debemos ser conscientes de que **la violencia de género COMIENZA EN LA ADOLESCENCIA**. Es una violencia **socialmente tolerada en sus manifestaciones menos extremas**, tiene su origen en el machismo – **la creencia en la inferioridad de la mujer frente al hombre en todos los ámbitos – está asentada en costumbres y normas sociales y apoyada por los medios de comunicación de masas**: series, telenovelas, programas de televisión (Gandía Shore, Hombres mujeres y viceversa, Un príncipe para Corina, Sálvame, ¿Quién quiere casarse con mi hijo?...), anuncios, o películas que transmiten un modelo de mujer reducida al ámbito del hogar y los hijos, al servicio del hombre, sensual, preocupada por su línea, su higiene, superficial, objeto de seducción, incompleta sin un hombre a su lado...en definitiva una mujer que responde a la imagen que interesa a la sociedad para cubrir todas las necesidades del hombre. **Cuando la mujer no responde a estas expectativas, cuando tiene criterio propio, provoca la frustración en el maltratador que responde con la violencia.**

**En la adolescencia el maltrato suele manifestarse fundamentalmente como una actitud de CONTROL**: se exige la contraseña de Facebook como prueba de amor, se espía el móvil, se busca saber en cada momento dónde estás, se usan los celos como “prueba” de cariño, ... por parte de los chicos. Las chicas suelen ceder apoyándose en “el mito del amor romántico” que las películas y series – Crepúsculo, A tres metros sobre el cielo...- transmiten a las jóvenes, donde ellas se sacrifican por el chico, perdiendo a veces la vida, y aceptando su violencia, o rudeza como una característica que ellas esperan cambiar a través de su amor.

## INDICADORES DE VIOLENCIA DE GÉNERO

### SI TU PAREJA:

- **Ignora tus deseos**, sentimientos o necesidades a menudo.
- **Utiliza su afecto** y cariño como **premio, o castigo** a tu comportamiento.
- **Te humilla** (verbalmente, con gestos y actitudes) pública o privadamente. Monta escándalos en público por lo que tú u otras personas hicieron o dijeron.
- **Te aísla** de tus amistades y familiares.
- Utiliza el chantaje emocional o la amenaza para conseguir relaciones sexuales.
- Utiliza las **nuevas tecnologías para controlarte** (quiere tu contraseña de Facebook, usa tu móvil, se mete en tus grupos de whatsapp) porque **“no quiere que tengas secretos para él”**.
- **Rompe objetos** delante de ti cuando está frustrado, o contrariado.
- Te culpa a ti de todo y te convence de que es así.
- Es simpático con todo el mundo y seductor –suele flirtear con otras chicas en fiestas y reuniones – pero a ti te trata con crueldad.



### SI TÚ:

- Te sientes **angustiada, o nerviosa** al pensar en **sus** reacciones.
- Te encuentras **triste sin motivo**, tienes ansiedad, dolores difusos que desaparecen cuando él no está.
- **La imagen que tienes de ti misma es completamente negativa**: no vales para nada, no eres guapa, ni inteligente, ni cariñosa, no haces nada bien, tus aficiones son tonterías, eres tu quien no lo comprende... **REVISAR TU RELACIÓN: ESTÁS SIENDO VÍCTIMA DE VIOLENCIA DE GÉNERO**

## ¿QUÉ TIPO DE MALTRATO CONOCES?

### EL ABUSO EMOCIONAL, VERBAL Y PSICOLÓGICO: ⇨

Se produce cuando el agresor: aísla, controla, prohíbe, rebaja la autoestima, culpabiliza, humilla, ridiculiza, insulta, amenaza, anula, grita, no deja secuelas físicas pero sí psicológicas, muchas veces permanentes. Comienza en las relaciones adolescentes pasado el primer momento de “luna de miel”.

**EL ABUSO SEXUAL:** Se basa en comportamientos tales como: exigir verbalmente relaciones sexuales, chantajear emocionalmente para conseguir las, amenazar con el abandono o el castigo si no se obtiene...

### EL ABUSO AMBIENTAL:

Es el resultado de destruir el entorno, golpear y romper objetos, esconder, o romper los objetos personales de la chica, o apreciados por ella, espiar sus mensajes, borrarlos...

### EL ABUSO FINANCIERO O ECONÓMICO:

Consiste en conductas tales como: limitar o retener el dinero, ocultar ganancias, no proveer a las necesidades de la familia a proporcionalmente a los ingresos, tomar decisiones unilaterales en cuanto a gastos considerables, obligar a justificar gastos...

### EL ABUSO FÍSICO:

Es el que tiene consecuencias más visibles –moratones, lesiones – y a veces irreversibles, como el asesinato. Pero **SUELE SER EL ÚLTIMO EN APARECER. Por eso HAY QUE ESTAR PENDIENTES DE LAS ACTITUDES QUE CONDUCEN A ÉL.**

## RECUERDA

- Cuando alguien te quiere te cuida, está pendiente de tus deseos y gustos, busca tu felicidad porque eso le hace feliz, **TE HACE SENTIR BIEN CONTIGO MISMA.**
- **LOS CELOS NO SON UNA MUESTRA DE AMOR**
- En los malos tratos no existe amor, sino **posesión, control y dominio.** El agresor alterna conductas violentas con manifestaciones de arrepentimiento y *aparente amor.*
- **El alcohol y las drogas en ningún caso justifican las actitudes violentas.**
- **El agresor no es un enfermo mental,** siempre es responsable de sus actos.
- Una relación no puede basarse en la idea de que “yo puedo cambiarlo”.

## EL CICLO DE LA VIOLENCIA

**Acumulación de Tensión:** Es el resultado de la acumulación de conflictos en la pareja. Se detecta al observar cambios imprevistos y repentinos en el estado de ánimo del agresor.

**Reacciones agresivas a sus frustraciones o ante cualquier señal de independencia que manifieste la mujer.**

**Explosión de la violencia:** Es el resultado de la tensión acumulada.

Descarga de la tensión acumulada en la fase anterior. Esta descarga puede adoptar distintas formas y grados de intensidad..

**“Luna de Miel”:** Es la fase de la **manipulación afectiva.** El agresor puede pedir perdón y prometer no volver a llevar a cabo acciones violentas. Reconoce su culpa y resurge la relación. Sin embargo, esta etapa dará paso a una nueva fase de tensión.

