

Prevencción de la violencia
de Género en las relaciones
de Pareja



JUNTA DE ANDALUCIA

Qué es la violencia de género?

▶▶ **Es la violencia que afecta a las mujeres por el mero hecho de serlo.**

Hay muchas agresiones y formas de violencia que no guardan relación con el hecho de ser hombre o mujer.

Aquí nos referimos a la violencia que ejercen algunos hombres para mantener el control y el dominio sobre las mujeres.

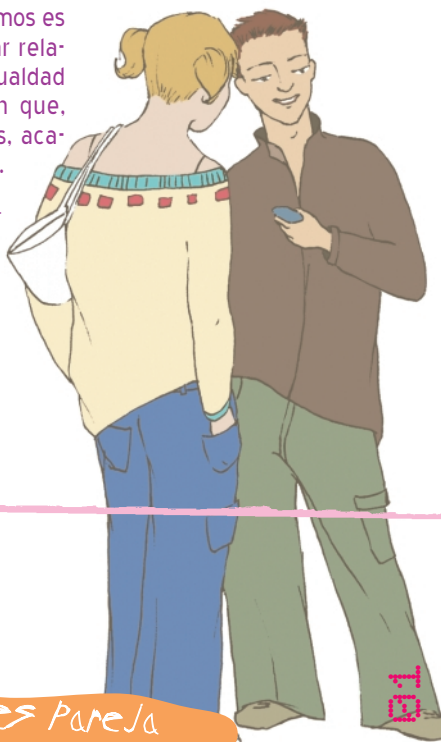
Desde la Organización de Naciones Unidas (ONU) se definió en 1995 la violencia contra las mujeres como

Todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psíquico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la privada.

La violencia abarca todas las esferas de la vida de las mujeres: se desarrolla en la familia, influye en las formas de establecer las relaciones sexuales, afecta al mundo del trabajo, las formas de ocio, la cultura y los estilos de vida.

Existe violencia de género no sólo cuando hay agresiones físicas. Por eso te proponemos que prestes atención a las situaciones siguientes porque, sin saberlo, puedes estar sometida a un riesgo.

Lo que pretendemos es ayudarte a evitar relaciones de desigualdad y de imposición que, antes o después, acaban en violencia.



Observa si el chico con el que mantienes relación de pareja tiene alguna de estas características



- ▶ Controla lo que haces, exige explicaciones por todo y pretende conocer hasta tus pensamientos. No quiere que tengas «secretos» para él.
- ▶ Quiere saber con todo lujo de detalles a dónde vas, dónde estuviste y con quién. Cuánto tiempo pasas en cada sitio. Cuánto tiempo vas a estar fuera y a qué hora volverás. Te llama continuamente para comprobarlo o se «pasa» por tu casa.
- ▶ Te vigila de manera permanente, te critica o intenta que cambies la manera de vestir, de peinarte o de maquillarte. O simplemente intenta que cambies de forma de hablar o de comportarte.
- ▶ Te amenaza o realiza prohibiciones con respecto a tus estudios, tu trabajo, tus costumbres o las actividades o relaciones que tienes.
- ▶ Quiere conocer a todos tus parientes, amigos, vecinos, compañeros de estudios o trabajo para saber cómo

son. Después se pasa la vida controlándolos, criticándolos, sospechando o desconfiando de ellos.

▶ Monta escándalos en público o en privado por lo que tú u otras personas dijeron o hicieron.

▶ Te suele dejar «plantada» en salidas o en reuniones, sin dar explicaciones ni aclarar los motivos de su comportamiento.

▶ No expresa ni habla acerca de lo que piensa o desea. Sin embargo, él pretende que adivines lo que le ocurre o lo que desea y que estés pendiente de él.

▶ A veces te da órdenes. Otras te «mata» con su silencio, con actitudes esquivas, desagradables y con mutismo. No abandona esta actitud aunque consiga lo que buscaba.

▶ Demuestra enfado y frustración por todo lo que no sale como él quiere, sin distinguir lo importante de lo superfluo.

▶ Te culpa a ti de todo lo que ocurre y te convence de que es así, dando vueltas a las cosas hasta que consigue confundirte o dejarte cansada e impotente.

▶ No reconoce ninguna responsabilidad sobre la relación que mantenéis ni sobre lo que os sucede a los dos.

▶ No te pide disculpas por nada.

▶ Te mantiene en vilo en fiestas o reuniones, coqueteando con otras chicas de manera abierta o encubierta.



- ▶ Es seductor y simpático con todo el mundo, pero a ti te trata con crueldad.
- ▶ Te está prometiendo siempre que va a cambiar sus defectos o sus adicciones. Nunca cumple, pero sigue insistiendo en que lo hará.
- ▶ Piensa que las mujeres son inferiores y deben obedecer a los hombres. Y si no lo dice, actúa como si lo pensara.
- ▶ Para conseguir mantener relaciones sexuales, si tú no estás dispuesta, pone en práctica toda una serie de artimañas:
 - Te acusa de anticuada.
 - Pone en duda tus sentimientos o tu amor hacia él.
 - Te acusa de frígida.
 - Te avergüenza haciéndote sentir un bicho raro.
 - Te reprocha que no te importa que él «se ponga caliente y no pueda desahogarse».
 - Te amenaza con buscarse otras chicas para acostarse con ellas.
 - Te dice que «tienes miedo a convertirte en mujer».
 - Te critica por estar muy atada a tus padres, a tus convicciones morales o a tu religión.
 - Exagera tus defectos.
- ▶ Se burla, habla de forma grosera o con desprecio de las mujeres en general. Intenta que tú no te parezcas a ellas y que seas sólo como a él le gusta.
- ▶ Es bueno y cumplidor en el trabajo, pero contigo



siempre llega tarde y no cumple los compromisos. Se muestra irresponsable por los olvidos y descuidos.

▶ Todo lo transforma en bromas o utiliza el humor para tapar sus actos de irresponsabilidad, restando importancia a sus incumplimientos.

▶ Utiliza algún dato de ti o cosas que conoce de tus otras relaciones para hacerte reproches o acusaciones o para demostrar su desconfianza en ti y en tu amor por él.

▶ Exagera tus defectos haciéndote sentir culpable y descalificada.

▶ Para demostrar sus enfados deja de hablarte o desaparece varios días, sin dar explicaciones.

▶ Se muestra tolerante y bondadoso, como si fuera un ser superior tratando con una «niñita».

▶ No te presta atención y asegura con superioridad saber más y tener más experiencia que tú.





**STOP
VIOLENCIA**

La violencia es una conducta aprendida. Es anterior a la pareja y no cambia espontáneamente ni por la voluntad propia ni por la de otras personas. Para poder cambiar es necesaria la ayuda de profesionales adecuados. Los celos no son una demostración de amor, sino un abuso de poder.

La necesidad de posesión y de control de la pareja, las prohibiciones y amenazas, encubren una autoestima muy baja, inseguridad y desconfianza y tienen más que ver con la historia de una persona que con lo que haga o no haga su pareja.





CONTRA LAS MUJERES

Por eso aunque tu pareja o tu novio consiga dominarte o encerrarte, no va a dejar de manifestar sus celos, distorsionando situaciones o haciéndote acusaciones que imagina. De todas las mujeres asesinadas por sus parejas, el 25% -una de cada cuatro- eran novias de entre 14 y 25 años, que creyeron en el amor romántico, olvidándose de sí mismas y su seguridad.

Si no puedes dejar a tu pareja que te maltrata o estás atrapada en un círculo que alterna maltrato con arrepentimiento, miedo con lástima, etc., pide ayuda a profesionales o acude a un Centro de la Mujer o Asesoría Forma Joven ■



900 200 999

teléfono
atención
a la MUJER

bla bla bla...

901 406 969

teléfono
INFORMACIÓN
SEXUAL

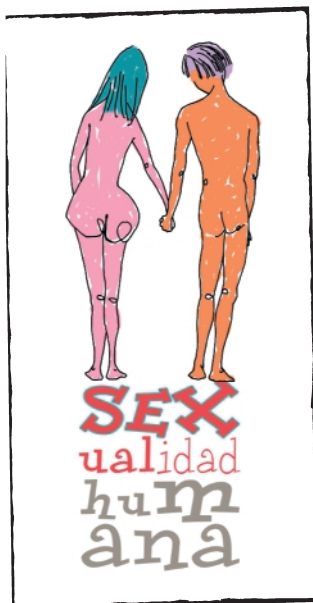
bla bla bla...



prevención violencia género



Este documento es una adaptación de otro extraído del Capítulo 4, «Novias Maltratadas» del libro «HOMBRES VIOLENTOS, MUJERES MALTRATADAS. Aportes a la investigación y tratamiento de un problema social». Lic. Graciela B. Ferreira. Ed. Sudamericana 1992.



JUNTA DE ANDALUCIA

