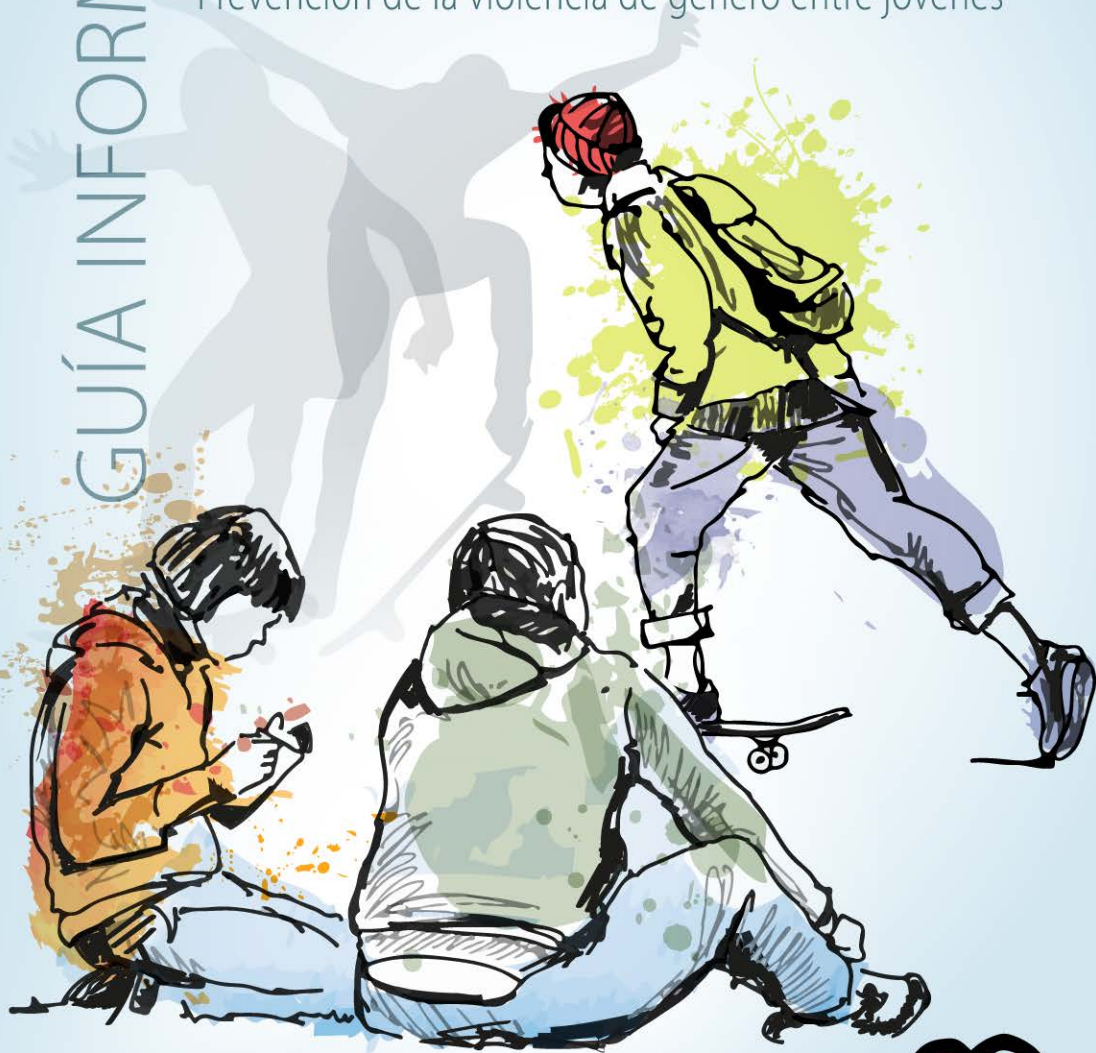


GUÍA INFORMATIVA

para

# FAMILIAS

Prevención de la violencia de género entre jóvenes





La familia es una pieza clave a la hora de **prevenir, detectar y actuar** en casos de violencia de género entre jóvenes. Para ello es imprescindible entender qué es y qué implicaciones tiene. Además, es importante conocer las características específicas que se dan en estas edades para no confundirlo con cambios propios de esta etapa evolutiva.

## LA VIOLENCIA DE GÉNERO ES:

*“Todo acto de violencia, basado en la pertenencia al sexo femenino, que tenga o pueda tener por resultado un daño o sufrimiento físico, psicológico o sexual para las mujeres, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada”.*

Naciones Unidas

## TIPOS DE VIOLENCIA

### VIOLENCIA PSICOLÓGICA

- Insultos: “estás loca”, “eres tonta”, “eres una guarra”...
- Amenazas: “si me dejas voy a hacer(te)”...
- Faltas de respeto: interrumpir cuando habla, no escuchar, no tener en cuenta la opinión de ella...
- Manipulación: “te vas a quedar sola”...
- Humillaciones públicas, menospreciarla delante de otras personas...

- Culpabilizar: “tú tienes la culpa”, “me pones nervioso”...
- Control de relaciones: no permitir que salga con algunas personas, preguntarle con todo detalle dónde va, con quién...
- Control de actividades: controlar dónde va, con quién, sus llamadas telefónicas...

## VIOLENCIA FÍSICA

- Bofetadas, golpes, palizas, heridas, fracturas, quemaduras, tirones de pelo, empujones, intentos de estrangulamiento y asfixia, provocar abortos...

## VIOLENCIA SEXUAL

- Violaciones: a través de la fuerza y la intimidación.
- Violaciones con objetos.
- Exhibicionismo.
- Observación: espiar en la ducha, obligar a desnudarse...



La violencia de género aparece cada vez en edades más tempranas. En **2015** las órdenes de protección a menores de 18 años se incrementaron un **10,6%**. **El 19,4% de las chicas entre 16 y 24 años** han sufrido violencia psicológica de control por parte de su pareja.

Controlar los horarios de la pareja, impedir que vea a su familia y/o amistades, o decirle las cosas que puede o no puede hacer son algunas de las conductas que 1 de cada 3 jóvenes ve como aceptables. La normalización de este tipo de comportamientos ha llevado a un alarmante aumento de los casos de violencia de género entre los jóvenes.



## ¿ SE PUEDEN PREVENIR LAS RELACIONES DE VIOLENCIA DE GÉNERO EN JÓVENES?

### **Sí. Para prevenir que chicos y chicas jóvenes tengan estas relaciones es importante:**



- Crecer en un espacio de aceptación, seguridad y cariño.
- Educar en igualdad de derechos y obligaciones, creando un ambiente igualitario en casa: se consigue si todas las personas realizan tareas domésticas, participan en las tareas de cuidados de otras personas y animales, etc.
- Dar importancia a la opinión de todos los miembros de la familia, permitiendo

que chicos y chicas participen en las conversaciones, opinen sobre las actividades, etc.

- Favorecer que exista comunicación y confianza, hablando de los sentimientos, de las cosas que nos preocupan y nos inquietan.
- Educar en el respeto hacia todas las personas. Esto hará que las chicas detecten con más facilidad cuando alguien no les trata bien y que los chicos no normalicen conductas violentas o irrespetuosas.
- Ofrecer una educación sexual, emocional y afectiva basada en el buen trato y en ideas de amor igualitarias.
- Brindar apoyo mutuo a los miembros de la familia.
- Enseñar a usar de manera responsable las nuevas tecnologías y los medios de comunicación en general, desarrollando una visión que permita el análisis y la valoración de sus mensajes.
- Enseñar que hay conductas que no son tolerables en ninguna relación como los celos, el control, las restricciones, los chantajes, etc.

## Hay que educar a los chicos y a las chicas para que sepan que en cualquier relación:

- Es importante escuchar y compartir los sentimientos.
- Las dos partes tienen derecho a opinar sobre la toma de decisiones, sobre los planes, etc.
- Cada persona debe proteger su propia intimidad. No es necesario contarle todo, ni compartir contraseñas, o conocer los secretos de otras personas. Es saludable que cada persona tenga su propio espacio.
- Tener pareja no implica dejar de lado otras relaciones ni aficiones.



**No debemos olvidar que** la información que reciben hijos e hijas en casa es una parte esencial de su educación, pero que además aprenden a través de los medios de comunicación, amistades, escuela, canales de YouTube... Aunque favorezcamos una educación igualitaria, son otros factores socioculturales los que determinan también la percepción de la igualdad en los jóvenes.

## ¿CÓMO DETECTARLO?



Existe la idea errónea de que la violencia de género es visible y fácil de detectar. Por eso muchas familias sienten culpa o vergüenza al descubrir que su hija sufre violencia por parte de su pareja.

Lo cierto es que es difícil detectarla porque no suele iniciarse con comportamientos agresivos, sino más bien con pequeñas conductas que van generando desigualdad y

dominio. Estos actos, además, van encubiertos con muestras de amor, como pedir pasar más tiempo con ella y alejarla de sus amistades con la excusa de echarla de menos. Estos comportamientos están tan normalizados que pasan desapercibidos.

Es importante tener en cuenta que las chicas jóvenes sufren en mayor medida violencia psicológica.

Este tipo de violencia no deja huellas evidentes, pero hace tanto daño o más que la física.



### Algunas señales que pueden ponernos en alerta son:



- Su forma de vestir o su aspecto ha cambiado, se arregla de manera diferente y no usa ropa que antes le gustaba mucho.



- Le ha cambiado el carácter, tiene cambios de humor repentinos.



- Tiene la autoestima más baja y se muestra insegura.



- Cada vez sale menos con sus amigas, no habla tanto por teléfono o WhatsApp con ellas, no está al tanto de las cosas que les ocurren, de cómo les va...



- Justifica y defiende las conductas de él. Oculta reacciones de él que intuye que van a ser cuestionadas por amistades y familiares.



- Intenta evitar que su pareja se enfade y para ello se adapta continuamente a sus deseos.



- En general, cambios en su personalidad y en sus hábitos que se hayan producido desde que está en pareja y que no coincidan con otros acontecimientos (cambio de centro educativo, periodo de exámenes, etc.).

Hay situaciones que pueden indicar que una persona está en una relación que puede ser dañina para ella. Tómate un par de minutos para contestar al siguiente cuestionario.

1. ¿Ha cambiado o descuidado su imagen (forma de vestir, peinado, maquillaje, etc.)?

2. ¿Ha perdido o disminuido el contacto con sus amigas?

3. ¿Ha cambiado sus aficiones y gustos por las de su pareja?

4. ¿Ha bajado su rendimiento académico o ha manifestado querer dejar los estudios?

5. ¿Tiene cambios de humor repentinos no justificados?

6. ¿Está excesivamente pendiente del móvil para hablar con su pareja?

7. ¿Crees que intenta agradarle, no llevarle la contraria...?

8. ¿Has notado que se enfadan o discuten con frecuencia?

SI	NO	A VECES

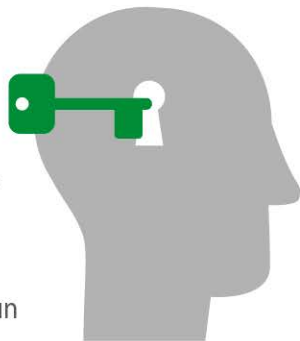
Si has contestado "sí" o "a veces" a varias de estas preguntas, te aconsejamos que consultes con un/a profesional.

## ¿QUÉ HACER?



Cuando una familia descubre que su hija está sufriendo violencia por parte de su pareja es normal que empiece una etapa difícil, de confusión, incertidumbre y dudas

Por eso, es importante consultar con un/a profesional. Los servicios especializados ofrecen orientación, información y apoyo psicológico y legal.



Conseguir que una joven salga de esta situación es un proceso largo y complejo.

### Estas son algunas pautas que pueden ayudarte:

- Muéstrate disponible y presente, pero respetando su espacio.
- No permitas que él logre aislarla.
- Haz del hogar un lugar de confianza donde se sienta tranquila y segura.
- Cada persona tiene su ritmo, no es bueno presionarla a dejar la relación. Debe percibir que tiene control sobre su vida y sus propias decisiones, tu papel es apoyarla.
- Hacer un plan de seguridad es mucho más eficaz que las prohibiciones y restricciones. Por ejemplo, podéis acordar que llame o envíe un mensaje cuando llegue a los sitios, que no vuelva a casa sola por las noches, que lleve un cargador de batería portátil para el móvil...
- Es posible que en el proceso haya recaídas, ten paciencia. Es probable que deje la relación y la retome, eso no significa que lo estéis haciendo mal, es parte del camino.

**No te precipites ni te rindas, cuando ella esté preparada tú debes estar ahí.**

## ¿DÓNDE PUEDO ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN?



### En estas páginas webs:

[www.injuve.com/convivencia](http://www.injuve.com/convivencia)  
[www.violenciadegenero.msssi.gob.es](http://www.violenciadegenero.msssi.gob.es)  
[www.minoviomecontrola.com](http://www.minoviomecontrola.com)  
[www.anar.org](http://www.anar.org)  
[www.portaldelmenor.es](http://www.portaldelmenor.es)



### En estas aplicaciones móviles:



Libres (#Haysalida)



Relación Sana



Enrédate



Sin machismo machismo sí (SMS Amor 3.0)



Detectamor



YgualéX



¿DÓNDE PUEDO BUSCAR AYUDA?

**016:** Teléfono gratuito de atención e información sobre violencia de género.

La llamada no queda reflejada en la factura.

**112:** Teléfono de emergencias.

**900 20 20 10:** Teléfono de ANAR  
(Ayuda a niños y adolescentes en riesgo)



Subvencionado por:



# GUÍA INFORMATIVA para FAMILIAS

Prevención de la violencia de género entre jóvenes.



**Email:**

[cosmi@mujeresenigualdad.com](mailto:cosmi@mujeresenigualdad.com)  
[info@mujeresenigualdad.com](mailto:info@mujeresenigualdad.com)



**Teléfono**

91 557 70 71



**Redes sociales:**

[www.facebook.com/mujeres.enigualdad.3/](https://www.facebook.com/mujeres.enigualdad.3/)  
[www.facebook.com/centrocsmi/](https://www.facebook.com/centrocsmi/)



[@mujeresigualdad](https://twitter.com/mujeresigualdad)  
[@centrocsmi](https://twitter.com/centrocsmi)