

The background is a solid teal color with several large, overlapping, semi-transparent circular shapes in a lighter shade of teal. These shapes create a sense of depth and movement, resembling a maze or a complex pattern.

EN EL LABERINTO...

MANUAL DE USO DE LA CAMPAÑA

**#NO TE PIERDAS
SIN LIBERTAD NO HAY AMOR**



Edita:

© Instituto Andaluz de la Mujer
CONSEJERÍA DE IGUALDAD Y POLÍTICAS SOCIALES
JUNTA DE ANDALUCÍA

Elaborado por:

Juan Ignacio Paz Rodríguez
Asesor Técnico del Gabinete de Estudios y Programas del Instituto Andaluz de la Mujer.
Paola Fernández Zurbarán
Psicóloga. Especialista en atención a adolescentes víctimas de Violencia de Género.



ÍNDICE

4	JUSTIFICACIÓN
5	EXPLICACIÓN DE VÍDEOS
6	Construyendo el laberinto
8	Perdida en el laberinto
11	IMPORTANCIA DEL GRUPO DE IGUALES EN LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN ADOLESCENTES
12	CARACTERÍSTICAS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN ADOLESCENTES
14	EL LABERINTO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO. LA IMPORTANCIA DE LAS PRIMERAS SEÑALES
16	La historia de Pepa y Pepe
19	PROPUESTA DE ACTIVIDADES
19	Actividad sobre los vídeos
23	Propuestas de dinamización grupales
41	ACTIVIDAD DE CIERRE
43	MATERIALES COMPLEMENTARIOS
43	Ciclo de la violencia
46	Proceso de la violencia
52	Consecuencias de la violencia de género
53	Cuestionario
56	RECURSOS PARA AMPLIAR Y PROFUNDIZAR

JUSTIFICACIÓN

En la adolescencia, la relación con amigas y amigos cumple una función fundamental en el desarrollo de las y los adolescentes. Además de tener un papel muy importante en la formación de su identidad y de configurarse como su grupo de referencia, también son el principal elemento en el que se apoyan para resolver sus dudas, confusiones y problemas. El **“grupo de iguales”** se configura en esta etapa de sus vidas como un espacio de aprendizaje y puede ser una importante fuente de apoyo en situaciones conflictivas que viven las y los adolescentes.

Los **“grupos de iguales”** se están mostrando como un elemento de gran importancia al intervenir con adolescentes que sufren violencia de género. Según las capacidades e ideas previas de sus integrantes, pueden actuar como facilitadores o como obstaculizadores en el proceso de una adolescente para **“salir”** de la situación de violencia de género que sufre.



Trabajar con el grupo de iguales, tanto en contextos formales como informales, es una estrategia que se va revelando como muy necesaria para la prevención de la violencia de género, así como para la intervención con chicas que sufren esta violencia.

Se hace necesario disponer de herramientas ágiles y motivadoras adaptadas a las características de la violencia de género en adolescentes, para trabajar con las y los integrantes de los grupos de iguales de las chicas que sufren violencia de género y de los chicos que la ejercen. Estas herramientas deben estar diseñadas para permitir a las y los profesionales que intervienen con jóvenes (en especial en los ámbitos no formales) trabajar para facilitar la respuesta positiva del grupo de iguales, en especial en la detección temprana de la violencia, el apoyo a la chica que la sufre y el aislamiento social a quien la ejerce.

La campaña **“No te pierdas. Sin libertad no hay amor”** del Instituto Andaluz de la Mujer y del Instituto Andaluz de la Juventud está organizada sobre dos vídeos (complementarios y que se articulan como las dos visiones de una misma situación) donde un chico y una chica cuentan cómo se desarrolla el proceso de violencia de género en jóvenes, con especial atención a las conductas iniciales de dominio.

Estos vídeos se complementan con este Manual de Uso donde se ofrece a las personas que intervienen con grupo de jóvenes (en contextos formales o informales) conocimientos, estrategias y dinámicas para poder trabajar en base a dichos vídeos las respuestas positivas del grupo ante la violencia de género que pueda sufrir una chica o ante la violencia de género que pueda ejercer un chico.

Estas actividades y dinámicas planteadas buscarán que, de forma amena y activa, el grupo aprenda a detectar de forma temprana conductas que suponen el inicio del proceso de violencia de género y a generar respuestas que favorezcan el apoyo a la chica y eviten su victimización secundaria, a la vez que eviten comportamientos que supongan un apoyo o reconocimiento al chico que ejerce la violencia.

EXPLICACIÓN DE LOS VÍDEOS DE LA CAMPAÑA

Para la realización de los vídeos se ha partido de la experiencia recogida por las terapeutas del *“Programa de Atención Psicológica a las Mujeres Menores de Edad Víctimas de Violencia de Género en Andalucía”*, así como de los aportes de la investigación *“Voces tras los datos. Una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes”* que Carmen Ruiz Repullo realizó para el Instituto Andaluz de la Mujer.

En dicha investigación Carmen Ruiz planteó el proceso en el que construye el sistema de dominio y violencia de género en parejas jóvenes como una *“escalera cíclica”*:

“Tras los relatos aportados por todas las chicas, podemos reflejar que la violencia de género en la adolescencia se simboliza en una escalera-cíclica que todas van subiendo a distintos ritmos. Los primeros peldaños disfrazan a la violencia de “amor”, habituando a la chica a los mandatos del chico. Sin embargo, cada vez la subida es menos difusa y se hace más evidente la violencia que sufren. Es una escalera cíclica puesto que en cada peldaño tiene lugar la espiral de la violencia, tensión, explosión y arrepentimiento, en cada uno de ellos se requiere que la chica se vaya habituando a este tipo de relación de dominio. Conforme se suben más peldaños, más complicada se hace la bajada, aunque siempre hay salida.”

Este modelo, enriquecido con ejemplos y algunos mecanismos (como por ejemplo las pseudobromas de él o el reto de ellas de cambiarlo) aportados por las terapeutas que atienden a las adolescentes que sufren violencia de género, nos ha servido para crear los guiones que describan cómo el maltratador va construyendo ese “laberinto transparente” al que hacen referencia Esperanza Bosch y Victoria Ferrer en su libro *“El laberinto patriarcal”* y en el que se ven atrapadas las chicas que son sus parejas.

En esta descripción del proceso hemos querido poner el acento en las primeras conductas y comportamientos de dominio y las primeras respuestas de la chica, intentando visibilizar esta etapa, que suele pasar desapercibida para las personas que están cerca o que son excusadas o justificadas por falsas ideas románticas sobre el amor y la pareja. Detectar y comprender la dinámica que se establece en esta etapa de la relación es fundamental para que el grupo de iguales actúe de forma positiva ante estas situaciones de violencia y favorezca que no vayan a más.

El lenguaje de los vídeos se ha planteado en futuro (“me hará”, “le diré”...) pues el lenguaje en presente o en pasado ha sido ya muy utilizado en vídeos *“de testimonio”*, que resultan menos atractivos para las y los jóvenes.

Se ha buscado que tanto el chico como la chica que protagonizan los vídeos aparezcan como personas lo mas “normales” posibles, para evitar “mitos” y prejuicios sobre las personas que ejercen o sufren la violencia de género.

La necesidad de que los vídeos sean de corta duración, para que sean atractivos a las y los jóvenes y lleguen a convertirse en *“virales” a través de las redes sociales* ha hecho que debamos sintetizar mucho el discurso de los protagonistas. Por ello se ha incluido la redacción original del proceso de la violencia de género, de la que se han extraído los guiones empleados en los dos vídeos, por entender que pueden ser una herramienta útil para trabajar con los grupos de iguales.

CONSTRUYENDO EL LABERINTO

Os voy a contar como voy a conseguir *que mi novia sea como yo quiero que sea*; como la iré metiendo poco a poco en un laberinto, en el que llegará a estar tan perdida que dejará de ser ella misma y del que será incapaz de salir y de dejarme, aunque la trate cada vez peor.

Siempre he pensado que, cuando tenga novia, tendremos una relación especial: lo haremos todo juntos, me apoyará en todo, pasaremos todo el tiempo juntos... Será una relación sincera, donde no tenga secretos para mí... y apasionada, que satisfaga todos mis deseos cuando a mí me apetezca.

Por eso, no voy a entender, aunque al principio lo aceptaré, que ella quiera seguir haciendo cosas con sus amigas y amigos o que no le apetezca estar conmigo siempre que yo quiera, que no me deje controlar su móvil o que no quiera enrollarse cuando yo tengo ganas. Lo normal es que quiera que pasemos el máximo tiempo posible juntos: ¡para eso somos novios! Una cosa es que yo pase tiempo con mis amigos y otra es que lo haga ella, eso no está bien en una mujer... Pasaremos mucho tiempo con mis amigos y le diré que es porque no quiero ocultar nuestra relación, que me siento muy orgulloso de ella... Le contaré que otras chicas me hicieron mucho daño, que ya pensaba que jamás estaría con nadie, pero que sabe que de ella me puedo fiar, que ella es diferente.

Pero poco a poco iré logrando que sea como yo quiero.

Para ello lo primero será enamorarla y hacerle sentirse única y especial. La convenceré de que lo nuestro es también tan especial y único que nadie lo podrá entender, que soy quien más la va a apoyar del mundo, el único que en realidad quiere lo mejor para ella; que ella es maravillosa, no como otras chicas con las que he salido (y que al final me hicieron daño).

Cuando sus amistades se cansen de llamarla para hacer cosas con ella porque las dejará continuamente tiradas por estar conmigo y con mis amigos, o de que la acompañe siempre a todos lados, la convenceré de que en el fondo no son tan buenas amigas ni amigos. Empezaré a sentirse sola y a pasar más tiempo aún conmigo. Le diré que es muy inocente, que cómo ha podido estar tan ciega para no darse cuenta de cómo eran de verdad sus amigos, que por eso yo tengo que decirle las cosas claras, porque ella no se da cuenta de cómo es la gente en realidad.

Empezaré a cambiarla haciendo algunos comentarios sobre su ropa o sobre sus aficiones que la avergonzarán. Por ejemplo, le haré siempre comentarios sobre cómo le queda esa ropa, sobre todo que la hace más gorda, y poco a poco empezará a usar ropa menos sexy. Se empezará a sentir menos guapa que al principio cuando empezamos a salir, y tendrá miedo de que me guste otra chica. También le diré que los otros tíos la miran y que les tiene que dejar claro con su aspecto que yo estoy con ella, que tiene novio; así cada vez se arreglará menos para evitar líos. Si ella se mosquea (sobre todo si lo hago en público) diré que son bromas y que ella tiene muy poco aguante, que antes era más divertida y que me amarga la vida.

Le haré comentarios sobre su aspecto, sobre sus planes o sobre lo que piensa, que le harán sentirse insegura y poco valiosa. Le diré que es porque me preocupo por ella y quiero que sea mejor y le haré sentirse agradecida por poder estar conmigo con lo poco que ella vale.

Cada vez que *"apriete un poco las tuercas"* y ella se moleste o se enfade, o cuando alguien haga que dude de mí, volveré a ser el tío más agradable y cariñoso del mundo, para que no vaya a pensar en dejarme. Le diré que tiene razón, que no valgo nada y que sin ella soy peor persona, que saca lo mejor de mí. Le diré que si me porto como un idiota es porque tengo muchos problemas con mis padres, o en el instituto o el trabajo, y que ya no volveré a hacer esas cosas que le hacen daño nunca más. ¡Sentirá que soy el amor de su vida! Tendrá la esperanza de que todo vuelva a ser como al principio, es más, estará convencida de que puede cambiarme y ese reto le enganchará y le agotará cada vez más.

Pero como ella seguirá haciendo las cosas como ella quiere, y no como debería hacerlas, tendré que enfadarme más de una vez, poniendo mala cara y manteniéndome callado. Como ella querrá estar bien conmigo, irá cediendo para evitar que yo me enfade. Después, cuando ya se haya acostumbrado a que si cede todo irá bien, le seguiré prohibiendo todo aquello que no me gusta: que se ponga determinada ropa, que salga sin mí o que tenga amigos en Whatsapp.

Ella estará dispuesta a hacer lo que haga falta con tal de estar conmigo.

Como sus amigas no me gustarán y de sus amigos no me fiaré, la convenceré de que deje de verlos (le diré que así no tiene tiempo para mí) y que los borre de sus contactos. También criticaré siempre que pueda a su familia, los acusaré de no entender nuestro amor o de querer controlarnos, y **meteré cizaña** cuando ella tenga discusiones con sus padres.

La convenceré de que su familia se mete en todo y de que la tratan como a una niña pequeña. Cada vez que sus padres estén preocupados por cómo la trato, le diré que no entienden nuestra relación. Poco a poco su familia será un estorbo para ella y estará deseando irse de casa.

Conseguiré que me dé la clave de su móvil, de su Instagram y de otras aplicaciones, convenciéndola de que necesito estar seguro y tener confianza en ella. Como no le gustará, la acusaré de tener cosas que ocultarme y que así no podemos seguir como pareja. Por supuesto cederá.

Además de manejar su móvil y sus redes, también los usaré para controlarla: la obligaré a que me conteste los whatsapps de inmediato, a que me envíe fotos de dónde está o con quién, a que le revise el móvil. La convenceré de que es porque me preocupo por ella, por amor, porque estoy tan enamorado que necesito saber de ella en todo momento, o por celos, porque no me puedo fiar de ella. Cada vez le dará más miedo de no contestarme por las consecuencias que sabe que tendría (gritos, enfados, etc.) y terminará enganchada al móvil (y a mí).

También emplearé la excusa de **los celos para controlarla**, para prohibirle cosas y para que no vaya con otra gente. Le repetiré que la quiero tanto que no puedo evitar tener celos y que otras chicas me han hecho mucho daño en el pasado con sus infidelidades.

Más de una vez cortaré con ella, para que vea que si no se adapta a lo que quiero no podemos seguir, pero después la convenceré de que es el amor de mi vida y yo de la suya. Seguiremos juntos pero ella cederá un poco más cada vez, porque ya no soportará el miedo de perderme y porque sentirá que sin mí ya no es nada, que nadie la va a querer.

Cuando tenga ganas de enrollarme, ella deberá siempre estar dispuesta para mí. Si no es así la acusaré de no quererme, de que no tiene ganas porque ya se ha hartado de acostarse con otros tíos, la amenazaré con irme con otra que sí quiera sexo conmigo, le haré sentir egoísta por no complacerme, que lo normal es lo que yo quiero y que ella es la rara. Además, el sexo será como a mí me guste, y ella acabará aceptando lo que yo le haga...Por supuesto sin condón, que es un agobio. Llegará un momento en que no será capaz de decirme que no a nada, sin tener ni que convencerla.

De vez en cuando **tendré que demostrarle mi enfado**, para que ella deje de resistirse a hacer las cosas como yo quiero. Al principio, solo dejaré de hablarle, más tarde la insultaré, luego le romperé el móvil, daré puñetazos en la pared o conduciré de forma temeraria cuando ella vaya conmigo. Las peleas siempre irán a peor. Esos enfados harán que tenga miedo de mí cuando me ponga así y hará todo lo posible por evitarlos. Llegará un momento en que no será capaz de decirme que no a nada.

En estos enfados podré llegar a pegarle, si pienso que es necesario para que se asuste (un empujón, un escupitajo, un pellizco, una patada). Después le diré que pierdo el control por lo mucho que la quiero, le diré "mira lo que me haces hacer" y le echaré la culpa. Por supuesto, después del enfado o de pegarle le pediré perdón, le diré que nunca más va a pasar y la trataré maravillosamente un tiempo, para que sea incapaz de irse.

Llegará un momento en que me bastará con amenazar, para que ella haga todo como debe ser, como debe comportarse mi novia, con tal de que siga con ella y la trate bien. Por supuesto, de vez en cuando tendré que volver a enfadarme y a tratarla mal para que no se le olvide cómo son las cosas.

Así conseguiré que mi novia sea como tiene que ser y, lo mejor de todo, es que ya será incapaz de dejarme aunque quiera.

Y ASÍ SEGUIREMOS...

PERDIDA EN EL LABERINTO

Os voy a contar cómo sin darme cuenta **voy a ir metiéndome en una relación tóxica con mi novio**, en un laberinto en el que estaré tan perdida que dejaré de ser yo misma y de donde me sentiré incapaz de salir y de dejarlo, **aunque me trate cada vez peor**.

Siempre he pensado que, cuando tenga novio, tendremos una relación muy especial, realmente única, que al conocerlo sabré que es él el amor de mi vida. Aunque haya tenido otros novios sabré que éste es el verdadero, el definitivo: lo haremos todo juntos, me apoyará en todo, pasaremos todo el tiempo juntos y en un futuro nos iremos a vivir juntos y tendremos una familia. Será una relación sincera, donde no tengamos secretos el uno con el otro... una relación apasionada en la que tendremos un sexo como no lo hemos tenido antes con nadie.

Por eso, no voy a entender, aunque al principio lo aceptaré, que él se sienta celoso del tiempo que paso con mis amigas y amigos y mi familia. Es normal que quiera que pasemos el máximo tiempo posible juntos: ¡estamos muy enamorados! A mi me apetecerá seguir haciendo cosas con ellos y ellas, pero él preferirá que pasemos más tiempo con sus amigos, y creeré que es porque no quiere ocultar nuestra relación, que se siente muy orgulloso de mí, y eso me hará sentir muy especial. Me contará que su ex le hizo mucho daño, que ya pensaba que jamás estaría con nadie, pero que sabe que de mí se puede fiar, que soy diferente.

Mi novio me dirá cosas preciosas para que me sienta única y especial. Me convencerá de que lo nuestro es también tan especial y único que nadie lo podrá entender, así que cuando mis amigas y mi familia me digan que estoy cambiando, que desde que estoy con él no soy la misma, que no paso el mismo tiempo con ellos, le daré a él la razón. Me convencerá de que él es quien más me va a apoyar del mundo, el único que en realidad quiere lo mejor para mí. Así que cuando mis amistades se cansen de llamarme para hacer cosas con ellos, porque les dejaré tirados continuamente para irme con él y con sus amigos, o de que vaya siempre acompañada de mi novio a todos lados, me convencerá de que **¡en el fondo no son tan buenas amigas ni amigos! ¡Qué decepción!** Después, empezaré a sentirme sola, por lo que pasaré más tiempo aún con él. No entenderé cómo he podido estar tan ciega de no darme cuenta cómo eran de verdad mis amigos, y me sentiré más tonta. Él me dirá que soy muy inocente, que por eso él tiene que decirme las cosas claras, porque yo no me doy cuenta de cómo es la gente en realidad.

Intentaré estar muy guapa siempre, ¡querré gustarle! y él hará siempre comentarios sobre cómo me queda esa ropa, sobre todo que me hace más gorda. Poco a poco empezaré a usar ropa menos sexy, para que no se noten los michelines. ¡Tendré miedo de dejar de gustarle, así que intentaré hacer dieta! Me empezaré a sentir menos guapa que al principio cuando empezamos a salir, y tendré miedo de que le guste otra chica. Como dirá que los otros tíos me miran y que les tengo que dejar claro que yo estoy con él, que tengo novio, cada vez me arreglaré menos para no tener líos, y me sentiré confundida, no sabré que hacer.

¡Si me arreglo poco dejaré de gustarle, pero si me arreglo se pondrá celoso de que me miren otros tíos!

Empezaré a gastarme bromitas pesadas sobre mis gustos, mis amigos, mi aspecto, y me avergonzaré en público. Cuando me enfade me dirá que son bromas y que tengo muy poco aguante, que antes era más divertida y que le amargo la vida. Cada vez me hará más comentarios sobre cosas que no le gustarán de mí, de mi aspecto, de mis planes o sobre lo que pienso, y cada vez me sentiré más insegura y poco valiosa. ¡Antes esas cosas de mí le gustaban! pero ahora tendré miedo de que me deje, no tendré a nadie porque ya casi no veré a mis amigos y con mis padres estaré fatal.

Cuando crea que me he molestado me dirá que es porque se preocupa por mí y porque quiere que sea mejor persona. Entonces, me sentiré un poco más tranquila y agradecida por poder estar con él, porque sentiré que él vale un montón y yo no valgo tanto, así que podría estar con cualquier tía más guapa que yo.



Cuando alguna vez me enfade o alguien consiga que abra un poco los ojos para ver cómo es él realmente, volverá a ser el novio más lindo del mundo, para que no vaya a pensar en dejarle. Me dirá que tengo razón, que él no vale nada y que sin mí es peor persona, que yo saco lo mejor de él. Me dirá que si se porta como un idiota es porque tiene muchos problemas con sus padres, o en el instituto o el trabajo, y que ya no volverá a hacer esas cosas que me hacen daño nunca más.

¡Sentiré que soy el amor de su vida! Además tampoco sabré que hacer sin él. Me sentiré esperanzada de que todo vuelva a ser como al principio, cuando estamos tan bien.

Cada vez discutiremos más, pero pensaré que puede cambiar, que todo será como antes. Es más, estaré convencida de que puedo cambiarlo y ese reto de cambiarlo me enganchará; haré todo lo que pueda para que cambie, pero solo cambiaré yo y esa tarea me agotará cada vez más.

Por supuesto, me enfrentaré a sus caprichos, intentaré hacer las cosas a mi manera, no aceptaré que todo sea como él quiere... pero él volverá a enfadarse más de una vez, poniendo mala cara y manteniéndose callado. Como yo querré estar bien con él, iré cediendo para evitar que se enfade. Poco a poco dejaré de hacer todo aquello que no le gusta: ponerme determinada ropa, salir sin él, tener amigos en Whatsapp, irme de viaje de fin de curso. ***Al principio me convenceré a mi misma*** de que yo hago esto porque quiero, aunque ya me sentiré tan diferente, tan cambiada, tan insegura, que no sabré si de verdad todo eso me gusta de verdad o no. Lo único que sabré es que no puedo estar sin él, que si me dejara me moriría. Y que estaré dispuesta a hacer lo que haga falta con tal de estar con él.

Me convencerá de que mi familia se mete en todo, de que me tratan como a una niña pequeña, y cada vez que mis padres preocupados por mi o por mi actitud me digan algo le daré la razón: ¡mis padres no entienden nuestra relación! Cada vez estaré más incómoda en casa y estaré deseando irme a vivir con él. Estaré segura de que cuando vivamos juntos las cosas serán mejor y discutiremos menos.

Algunas amigas me querrán convencer de que mi novio me está maltratando. Pero querré creer que esto no se parece en nada a lo que nos habrán contado en el Instituto sobre la violencia de género, que esto es otra cosa, que es un amor especial y que los demás no lo entienden y lo envidian.

Como las peleas serán cada vez más frecuentes y él me dirá que no sabe si puede fiarse de mi, me pedirá las claves de mis redes sociales, y si no cedo me acusará de tener cosas que ocultarle y me dirá que así no podemos seguir como pareja. Por supuesto cederé.

Al final el móvil se convertirá en una pesadilla para mi: al principio nos mandaremos Whatsapp todo el rato de tonto diciéndonos cosas bonitas, pero con el tiempo se convertirá en una obligación: tendré que contestarle los whatsapps de inmediato, mandarle fotos de dónde estoy o con quién. Al principio me dirá que es porque se preocupa por mi, porque está tan enamorado que necesita saber de mi en todo momento. Luego será por celos, porque no se puede fiar de mi, y yo tendré miedo de no contestarle por las consecuencias que tendrá (gritos, enfados, etc). Estaré obsesionada con el móvil y eso me traerá problemas en otros sitios, en el instituto, en casa con mi familia, etc. A veces no podré concentrarme en nada por mirar el móvil, y como discutiremos por Whatsapp cada vez mi enganche al móvil será peor.

Usará excusas de los celos para controlarme, para convencerme de que no haga algunas cosas y para que no vaya con otra gente. Me repetirá que me quiere tanto que no puede evitar los celos y que otras chicas le han hecho mucho daño en el pasado con su infidelidad. Yo estaré mal, confundida y no sabré que creer, pero me sentiré arrastrada a seguir con él.

Más de una vez cortará conmigo por haber hecho algo que no le gusta, quizás se enrollará con otra chica y yo me sentiré fatal e intentaré volver con él como sea, no soportaré el miedo de perderlo porque ya sentiré que sin él no soy nada, que nadie me va a querer. Le convenceré de que vuelva conmigo, prometiéndole que yo haré todo lo que él quiera.

Cuando él quiera tener relaciones sexuales las tendremos, aunque yo algunas veces no tenga ganas.

Siempre cederé, al principio porque me dará vergüenza decirle que no algunas veces, más adelante por miedo a que me deje, a que piense que soy una estrecha, y después por miedo a que cumpla sus amenazas de dejarme por otra. Si en alguna ocasión me atreviera a decirle que no tengo ganas, o que esa postura no me gusta, que estoy incómoda o que me hace daño, o que me gustaría que se pusiera un condón, él me acusará de

no quererle, de estar saciada por haberme acostado con otros tíos, de ser una estrecha y me amenazará con dejarme por otra que esté dispuesta a hacer las cosas que a él le apetezcan porque eso es lo normal y yo soy la que está enferma. La gente me dirá que a veces lo han visto enrollarse con otras chicas y yo lo negaré, pero por miedo a que sea verdad haré en la cama lo que me pida, cuando él quiera y como él quiera. A veces tendré que tomarme la píldora del día después porque se negará a usar preservativo y sentiré mucha angustia por si me quedo embarazada.

Llegará un momento en que no seré capaz de decirle que no a nada, sin tener ni que convencerme. Tendré miedo de que se enfade conmigo, de que me insulte, incluso de que se ponga violento. Al principio solo dejará de hablarme, o me tirará el móvil y lo romperá, dará puñetazos en la pared o correrá mucho con el coche o la moto, pero después las peleas serán cada vez peor y llegará a pegarme (un empujón, un escupitajo, un pellizco, una patada...). Cada vez será más fuerte, y yo tendré cada vez más miedo, no sabré cómo evitar las broncas y me sentiré sin fuerzas.

Yo me defenderé al principio y le devolveré los golpes, pero la gente que nos vea (mis amigas, un profesor...) pensarán que somos una pareja violenta o que yo soy quien le agrede a él y nadie me creerá cuando intente pedir que me apoyen.

Después de esos enfados y agresiones me dirá que pierde el control por lo mucho que me quiere, me dirá **“mira lo que me haces hacer”**, me echará la culpa de su enfado... Después del enfado o de pegarme me pedirá perdón, me dirá que nunca más va a pasar y me tratará estupendamente, pero solo unos días. Yo tendré mucho miedo por todo, me encontraré paralizada y no sabré que hacer. Ya no sabré a quién pedir ayuda porque todo el mundo estará harto de mi, ¡porque estaré sola y sentiré que sólo le tengo a él!

Llegará un momento en que le bastará con amenazarme, para que yo haga todo como él piensa que se deben comportar las mujeres, con tal de que siga conmigo y me trate bien. De vez en cuando volverá a enfadarse y a tratarme mal, y me dirá que soy una mierda, que no sirvo para nada y que si está conmigo es porque le doy pena, y con más frecuencia tonteará e incluso se enrollará con otra chicas en mi cara, y yo no me sentiré con fuerzas de hacer nada.

Así conseguirá que su novia, es decir yo, sea como tienen que ser las novias...

Y ASÍ SEGUIREMOS...

IMPORTANCIA DEL GRUPO DE IGUALES EN LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN ADOLESCENTES

En la adolescencia, la relación con amigas y amigos adquiere una gran importancia en la vida de chicas y chicos. Además del gran peso afectivo y emocional que tienen esas relaciones, el grupo de iguales va a ser uno de los principales elementos en que los que van a apoyarse para resolver sus dudas, confusiones y problemas. El grupo de iguales se configura en esta etapa de sus vidas como un espacio de aprendizaje, donde ponen en práctica habilidades sociales, de competitividad y cooperación y de intimidad. Es frecuente que estas relaciones de amistad sean muy intensas durante este periodo e influyan notablemente en las chicas y chicos, en lo positivo y en lo negativo. Si la relación con el grupo de iguales es positiva va a suponer un elemento que favorecerá su seguridad personal y el grupo puede ser una importante fuente de apoyo.

Cuando una chica está sufriendo violencia de género es muy probable que las amigas y amigos sean los primeros en enterarse de la violencia que sufre la adolescente aunque (por su falta de experiencia) la ayuda que presten no siempre sea suficiente o apropiada.

Por otra parte, si el grupo de iguales tiende a normalizar las situaciones de abuso, dominio o violencia y a restarles importancia, la adolescente tendrá muchas más dificultades para visibilizar las conductas de abuso y control de su pareja hacia ella, para detectar el riesgo y para asumir la violencia que sufre.

En la experiencia de intervención que está realizando el Instituto Andaluz de la Mujer con adolescentes que sufren violencia de género, los **“grupos de iguales”** se están mostrando como un elemento de gran importancia al intervenir con adolescentes que sufren violencia de género. Según las capacidades e ideas previas de sus integrantes, pueden actuar como facilitadores o como obstaculizadores en el proceso de una adolescente para salir de la situación de violencia de género que sufre.

Además de facilitar o no la detección temprana de la violencia y de su reconocimiento por parte de la adolescente que la sufre, la actitud del grupo puede variar (en función como ya se ha dicho principalmente de sus ideas previas) entre el apoyo a la chica, la “no intervención” o incluso el apoyo al chico que ejerce la violencia. En la experiencia de intervención se está constatando un alto número de chicas que sufren acoso por parte del grupo cuando rechazan la violencia de género y a la pareja que se le infringe.

Por el apoyo que pueden prestar a la adolescente que está en el proceso de recuperación de la violencia de género sufrida, el grupo de iguales puede ser un recurso muy importante a utilizar/explorar, por las/los profesionales.

Pero para ello se hace necesario disponer de herramientas ágiles, motivadoras y adaptadas a las características de la violencia de género en adolescentes, para trabajar con las y los integrantes de los grupos de iguales de las chicas que sufren violencia de género y de los chicos que la ejercen.

Estas herramientas deben estar diseñadas para permitir a las y los profesionales que intervienen con jóvenes (en especial en los ámbitos no formales) **trabajar para facilitar la respuesta positiva** del grupo de iguales, en especial en la detección temprana de la violencia, el apoyo a la chica que la sufre y el aislamiento social a quien la ejerce.

CARACTERÍSTICAS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN ADOLESCENTES

La violencia de género es un fenómeno complejo que es necesario comprender. Esta violencia de género no es simplemente una forma más de violencia; tiene unas características diferenciales (*en su origen, mecanismos y consecuencias*) que es necesario tener en cuenta.

La LEY ORGÁNICA 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, define la violencia de género: “la violencia que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia.

La violencia de género es un instrumento de control, dominio y sometimiento que tiene como objetivo imponer las pautas de comportamiento que el hombre (desde un sistema de creencias sexista) considera que debe tener la mujer con la que mantiene una relación, para seguir manteniendo el estatus de poder que, en base a la cultura patriarcal, considera “*naturales*”.

Así pues, el origen de la violencia no lo encontramos en razones como que el hombre que la ejerce sea más o menos agresivo, que pierda el control, que provenga de una familia difícil, etc. La violencia que ejerce no tiene como fin hacer daño por hacerlo sino ejercer el dominio para mantener la desigualdad con su pareja, imponiendo un modelo de relación de pareja desigual, que le da poder y privilegios y que está en consonancia con lo que ha aprendido (y que ha asumido y que pretende llevar a la práctica) sobre cómo debe ser una pareja.

La violencia de género se construye en un proceso que suele iniciarse desde los comienzos de la relación, en el noviazgo, si bien no es fácilmente reconocible por empezar con conductas manipuladoras y no agresivas. Al principio los comportamientos del maltratador no son de violencia, sino de ir sembrando la desigualdad e ir creando las condiciones para asentar su dominio sobre la mujer.

Más adelante, cuando el dominio está bien cimentado se iniciarán las conductas de violencia psíquica y posteriormente, si él lo considerara necesario, las de violencia física.

Poco a poco se van sumando otros comportamientos y actitudes (que en muchas ocasiones no son identificadas como acciones de violencia psicológica, sino que se interpretan como manifestaciones propias del carácter de él) que van dañando a la chica y le van generando una fuerte dependencia emocional.

Todas las fases y comportamientos son dañinos para la mujer que los sufre, pero mientras más avance en este proceso más daños tendrá.

La violencia de género, cuando aparece en las parejas jóvenes o adolescentes presenta, (por las propias características socioevolutivas de la juventud y la adolescencia) unas características diferenciales respecto a la violencia de género que sufren las adultas, que es preciso conocer.

En la experiencia recogida por el Programa de Atención Psicológica a las Mujeres Menores de Edad Víctimas de Violencia de Género en Andalucía que el Instituto Andaluz de la Mujer puso en marcha en 2012 se han explicitado muchas de esas características:

- + Gran uso de la violencia física, además de violencia psicológica (*entre el 65 y el 70% de las menores atendidas en el programa presentan violencia física*).
- + Mucha violencia en público (*al no poseer un espacio íntimo*).
- + En las jóvenes la violencia aparece muy tempranamente en la relación y el proceso de la violencia es muy rápido.

- + También el ciclo de la violencia es muy rápido desde el inicio de la relación. Provoca muchas rupturas y reconciliaciones.
- + Mucha violencia sexual (*generalmente en forma de imposición*), no es reconocida como violencia por las víctimas.
- + Comportamientos de control muy fuertes y estrictos.
- + Gran uso de las TICs (Tecnologías de la Información y la Comunicación) para el *control*, el *aislamiento* y la *desvalorización*.
- + Muchas conductas de control sobre las TICs.
- + Muchas de las víctimas no reconocen la violencia sufrida. No suelen identificar la violencia psicológica y solo identifican la violencia física severa.
- + Menor dificultad en las jóvenes para “romper” la pareja que en las mujeres adultas.
- + Gran vulnerabilidad a las *“recaídas”* (*con la misma pareja o iniciando una nueva relación donde se produce violencia de género*).
- + “Espejismo de igualdad”: Las jóvenes justifican y normalizan el aislamiento y el control, ya que ellas también prohíben y condicionan a su pareja. (*en etapas tempranas de la relación; posteriormente el aislamiento y el control lo sufren ellas solamente*).
- + Conductas de violencia física (leves) mutuas al inicio de la relación. Provoca falta de reconocimiento de la violencia física más grave que se produce posteriormente, ya con un componente unidireccional de género. Estas conductas mutuas de violencia leve están ocasionando que en muchas ocasiones no se reconozca la violencia de género que sufren muchas chicas, etiquetando la situación como *“violencia mutua”* o *“violencia cruzada”*

EL LABERINTO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO. LA IMPORTANCIA DE LAS PRIMERAS SEÑALES

La violencia de género no es *“algo que aparece de pronto”* en la relación de una pareja. No se está muy bien en la relación y sin previo aviso se produce una agresión (y si esto ocurre, la víctima tiene sus recursos personales intactos para abandonar esa relación o defenderse).

Esta violencia se construye en un proceso que va dejando a la persona que lo sufre cada vez más confundida, más perdida, más aislada y más indefensa ante el incremento de las conductas de control y dominio que realiza el maltratador.

Ese proceso generalmente empieza en el noviazgo, en etapas muy tempranas de la relación. La violencia de género en las parejas jóvenes es difícil de reconocer por parte de la chica que la sufre y por parte de las personas que la rodean ya que los comportamientos con los que su pareja la va dominando no suelen ser comportamientos agresivos (que son más evidentes y detectables) sino comportamientos que van sembrando la desigualdad, el dominio y el abuso. Estos comportamientos son más difíciles de detectar: estrategias de aislamiento, de imponer sus ideas, de controlarla, coacciones, chantajes emocionales... Además, esas estrategias de dominio que se utilizan en el noviazgo suelen tener un carácter más sutil, indirecto, encubierto y disfrazado o mezclado con muestras de afecto y sentimientos amorosos.

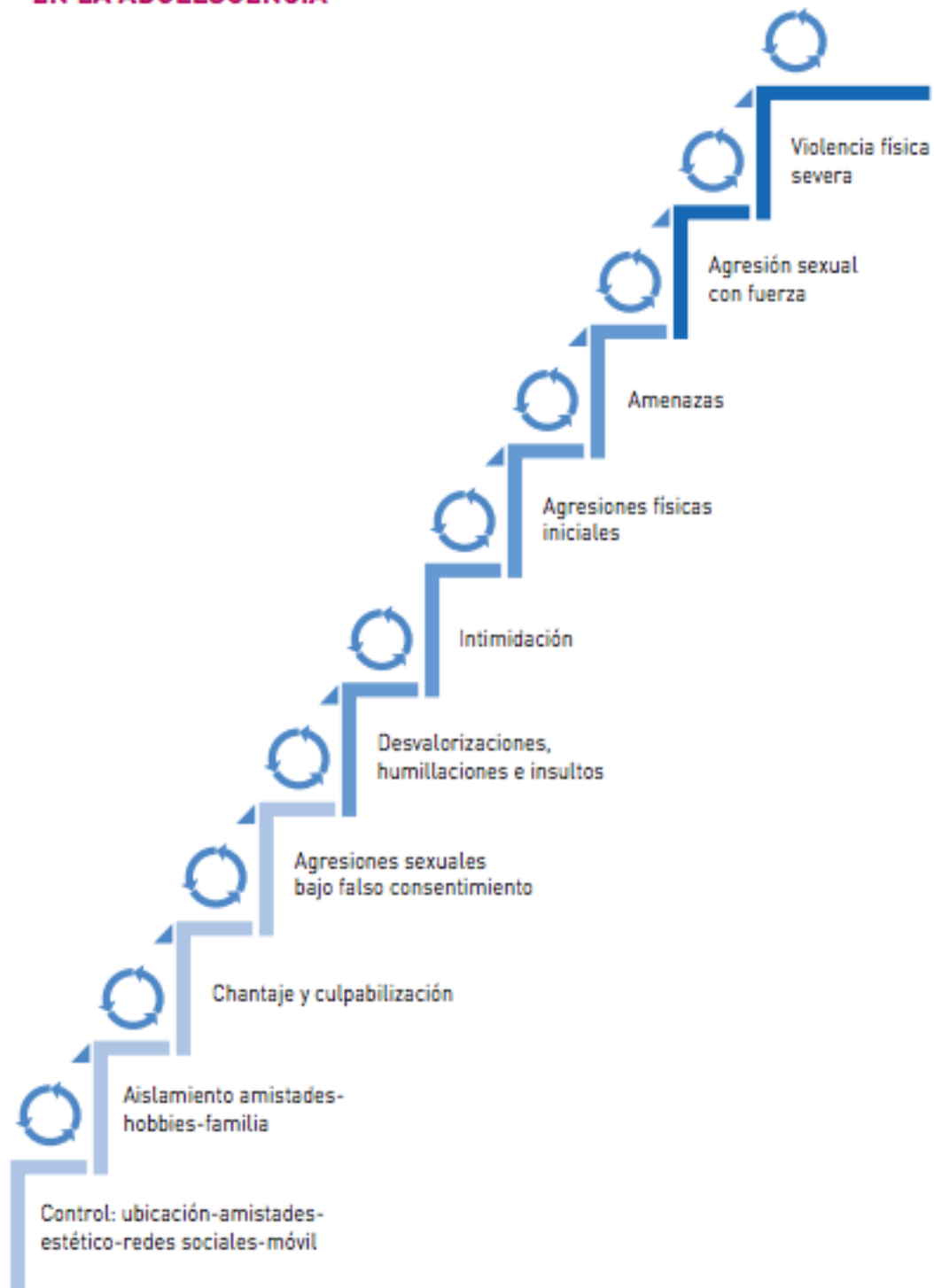
Muchas de esas conductas están invisibilizadas o justificadas por los mitos románticos que se mantienen en las y los jóvenes y las ideas de pareja y del amor presentes en nuestra sociedad. Pensamiento y creencias del tipo “es así porque te quiere mucho”, “los celos son muestra de amor”, “si quiere estar en todo momento contigo es porque no puede estar sin ti”... hacen que en esos primeros pasos en el “laberinto transparente” de la violencia de género, cuando la chica aún ve lo que la rodea y podría alertarse y rechazar esas primeras conductas de dominio, no reaccione y se mantenga en la relación. Y las personas que están a su alrededor tampoco se alarman y reaccionan.

Es fundamental entender que, aunque la pareja no emplee conductas que identifiquen como violencia, la presencia de conductas de desigualdad, de dominio, que busquen la sumisión de ella o que ceda siempre a las imposiciones de él son las manifestaciones tempranas de que en la relación se está instaurando la violencia de género.

Es imprescindible conocer el proceso de la violencia de género en adolescentes, en especial los comportamientos y reacciones que se dan en la fase más temprana de este proceso, para poder realizar una detección precoz de la violencia por parte de las personas que rodean a la chica y poder articular estrategias de apoyo frente a la relación de dominio en la que está empezando a vivir.

Este proceso de la violencia de género en adolescentes fue sistematizado por Carmen Ruiz Repullo en la investigación “Voces tras los datos. Una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes” que realizó para el Instituto Andaluz de la Mujer en 2015 y lo explicó mediante la ***ESCALERA CÍCLICA DE LA VIOLENCIA y la HISTORIA DE PEPA Y PEPE que a continuación reproducimos.***

ESCALERA CÍCLICA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN LA ADOLESCENCIA



LA “HISTORIA DE PEPA Y PEPE”

Pepa y Pepe son una pareja de dieciséis años que lleva dos semanas saliendo. Se han conocido a través de un grupo de Whatsapp de amistades comunes. Tanto ella como él están estudiando y por ahora se ven los fines de semana pero mantienen contacto por el móvil.

Pepe le manda cada vez más Whatsapp a Pepa, pero estos mensajes son cada vez menos amorosos y más controladores: **“¿dónde estás?, ¿qué haces?, ¿con quién estás?, ¿a qué hora nos vemos?”**. Una amiga de Pepa le dice que Pepe está muy pesado pero Pepa piensa que es porque la quiere y está muy pendiente de ella. Un día, Pepe se enfada con Pepa porque dice que no le contesta los Whatsapp en el momento estando ella en línea, le dice que él sí que está pendiente de ella pero que ella no, que si es porque está hablando con otros chicos o es porque ya no lo quiere. Pepa le dice que eso es mentira y que ella lo quiere mucho, así que desde ese momento no tarda en contestarle a sus mensajes para demostrarle su amor.

Otro día estando en el parque, Pepe le dice que le preste un momento su móvil para ver una cosa en Instagram. Cuando está mirando el móvil le llega a Pepa un Whatsapp de un grupo de amistades del instituto y es un chico. Pepe se molesta y comienza a invadirla a preguntas sobre el chico y sobre su amor hacia él. Pepa le dice que ella lo quiere y no está tonteando con nadie, Pepe no la cree mucho y le dice que si es así que se borre de ese grupo de Whatsapp y de otros donde estén chicos. Pepa, para demostrarle que no le es infiel, acepta y se borra de estos grupos.

Como cada día se ven más, Pepe conoce más aspectos de Pepa, aunque aún no le ha dado sus contraseñas de las redes sociales y él desconfía de ella. Una tarde le dice que se las de pero Pepa se niega, él le dice que eso es porque le oculta algo y está hablando con chicos. Pepa, para demostrarle que no le engaña, le dice: **“tómatalas para que veas que no te oculto nada”**. Pepe en su casa entra con la contraseña de Pepa en sus perfiles sociales y comienza a analizar sus movimientos. Ve que Pepa tiene fotos con amigos que a él no le gustan y que sigue en las redes sociales a muchos chicos, así que comienza a quitar fotos y amistades a Pepa. Ella en un primer momento se enfada pero él le dice que si sigue a estos chicos es porque quiere algo con ellos, así que de nuevo acepta la imposición de Pepe.

A la semana siguiente es el cumpleaños de Pepa y se va de cena con Pepe. Ese día se pone un vestido corto que le han regalado, pero Pepe al verla le dice que la van a mirar todos los chicos y que a él eso no le gusta, que si se lo ha puesto para provocar. Pepa le dice que no, pero él se tira toda la noche enfadado y distante con ella. Esa misma semana, cuando quedan después del instituto, Pepa lleva puestas unas mallas negras y él le comenta que se le marca todo y que se nota lo que lleva debajo, que no le gusta que se las ponga, así que ella deja de ponerse las mallas.

Un sábado, Pepa sale a comprarse ropa con su familia. Pepe le dice que estando con él no se ponga pantalones cortos de los que se ve el cachete del culo, ella dice que están de moda y le gustan, pero él insiste en que no se los compre. Cuando llega la tarde Pepe le pide que se haga una foto con lo que se va a poner para verla, para comprobar si al final se ha comprado el pantalón corto. Ella le manda una foto con un vaquero y él le dice que le encanta, así que Pepa se lo pone para quedar con él. A partir de este momento, Pepe comienza a prohibir a Pepa determinadas prendas de ropa, pero ella piensa que es porque la quiere mucho y no quiere que ningún chico la mire. **Y sube el PRIMER ESCALÓN de control.**

Un viernes Pepe le manda un Whatsapp a Pepa después de comer para preguntarle qué van a hacer el fin de semana. Pepa le dice que sus amigas han quedado sobre las ocho de la tarde para tomar algo. Pepe le dice que a él no le apetece mucho el plan, además hay una amiga suya, Paula, que no lo mira bien y él se siente incómodo. Piensa que Paula le mete ideas en la cabeza a Pepa para que no siga con él. Pepa insiste en quedar con su gente pero Pepe le pide insistentemente quedar los dos solos y así conocerse mejor. Además, a Pepe no le gusta mucho que Pepa vaya sola con sus amigas ya que éstas no tienen pareja y según él, tontean con todos los chicos y eso no le gusta. Pepa, después de mucha insistencia, acepta y manda un Whatsapp al grupo de amistades para decirles que hoy no sale con ellas, que se va con Pepe. La pareja cada vez está más aislada y Pepa lleva tiempo sin quedar con sus amistades, sólo queda con Pepe y va dos días a la semana a inglés, los martes y los jueves.

Un martes él la llama a las 16:30h para decirle qué está haciendo y ella le dice que preparando la mochila para ir a inglés. Pepe le dice que está aburrido y que no sabe qué hacer, ella le dice que si quiere la puede acompañar a inglés y así entretenerse un rato, él acepta y va para su casa. Van caminando para la academia de inglés y cuando llegan Pepe le dice que quiere hablar con ella, le comenta que él está muy enamorado y que no quiere sufrir, que ve que ella está menos enamorada y que no está poniendo en la relación lo mismo que él. Pepa le comenta que ella está muy enamorada y que no sabe a qué vienen sus dudas, que ella se lo demuestra día a día. Pepe insiste y Pepa sigue convenciéndole de su amor. Cuando mira la hora ya es tarde por lo que decide faltar ese día a inglés. Pepe se aburre todos los martes y jueves por lo que acompaña a Pepa a inglés para verla un rato.

Un jueves le dice que se ha peleado con su mejor amigo y que no le deje solo, que no entre a inglés, así que Pepa se queda con él. A las dos semanas le vuelve a comentar que quiere comprarse una chaqueta y no quiere ir sólo y que si puede ir con él, así que de nuevo falta otro día a inglés. Las faltas continuadas a la academia hacen que suspenda el examen del trimestre. Pepa está agobiada porque cree que no va a poder sacar el título, así que se borra de inglés y queda todos los martes y jueves con Pepe. Así Pepa sube el **SEGUNDO ESCALÓN**, aislándose de sus amistades y de sus hobbies.

Este año es el viaje de fin de curso de Pepa y se van a Italia de crucero todas las clases de 1º de Bachillerato. En el instituto ya comienzan los preparativos y le preguntan a Pepa que si cuentan con ella. Esa tarde, Pepa se lo comenta a él pensando que no le importaría, pero Pepe le dice: **“Tú verás lo que haces”**. Pepa no entiende bien la respuesta pero sabe que ir al viaje le va a traer consecuencias negativas para la relación, así que decide no ir y poner excusas a sus amistades tales como: “Italia está muy lejos”, “en los cruceros me mareo”, “me pillan muy mal la fecha”... Pepe consigue que todo su ocio sea él. Los enfados de Pepe hacia ella cada vez son más comunes, Pepa intenta hacerle ver que no se comporta bien con ella, pero él le echa la culpa de todo lo que le pasa **y Pepa sube el TERCER ESCALÓN**.

Pepa y Pepe ya llevan cuatro meses de relación y él, desde hace tiempo, le pide a ella practicar relaciones sexuales. Pepa siempre ha tenido mucho miedo a un embarazo, así que le pedía a él posponer este tema. Aunque ya han realizado algunas prácticas sexuales, Pepe está cansado de lo mismo y quiere hacer más cosas. Un sábado le dice que sus padres se han ido y que si le apetece ver una película en su casa, ella le dice que vale y se ven allí por la tarde. Cuando están en el sofá, Pepe comienza a tocar a Pepa y ella le dice que pare, él para un poco pero al rato comienza de nuevo. A ella le incomoda la situación y le para todo el tiempo hasta que Pepe acaba enfadándose y se levanta del sofá muy enojado. Pepa va detrás y le dice que no se enfade, él le dice que ya hace mucho que están juntos y que si lo quisiera se lo demostraría. Ella se siente acorralada y no sabe qué hacer, no está segura pero para contentar a Pepe acepta mantener relaciones sexuales, subiendo el **CUARTO ESCALÓN**.



A finales de verano Pepa y Pepe van paseando por su ciudad y escuchan una voz de las amigas de ella que están tomando algo en una cafetería. Pepa se va para allá corriendo porque hace mucho que no las veía, así que comienza a saludarlas de forma muy efusiva. Cuando termina ve que él no se ha acercado ni para saludar, así que le dice a sus amigas que se tiene que ir y que ya se verán otro día. Cuando se reúne de nuevo con él, **Pepe le dice que se comporta como una tonta**, que parece una gilipollas cuando está con sus amigas y que no la soporta en esa actitud. Pepa se siente mal, no vuelve a saludar de la misma manera a sus amistades y sube el **QUINTO ESCALÓN**.

Pepe cada vez que está con Pepa se enfada o se pelea por algo que ella hace o dice y que a él no le gusta. Un día Pepa, cansada de sus enfados, le dice que ya no puede más y que tienen que hablar. Pepe se pone muy alterado y comienza a pegar patadas a un banco del parque. Ella se asusta e intenta calmarlo pero Pepe comienza a insultarla de nuevo y se va para su casa. A la semana siguiente, Pepa se acerca a casa de Pepe para ver como está, no le ha contestado a los Whatsapp y está preocupada. Cuando llega él está solo en casa y comienzan a hablar de lo ocurrido la semana anterior. Pepa vuelve a decirle que tiene que cambiar, que hay cosas que le hacen daño. En ese momento suena el móvil de Pepa y es un amigo suyo para decirle una cosa de clase. Pepe de nuevo se pone muy alterado y coge el móvil de Pepa y lo estrella en la habitación rompiéndolo. Pepa se va corriendo asustada diciéndole que la relación se ha terminado.

Pepe intenta ponerse en contacto con ella pero como no tiene móvil no puede, así que le compra al día siguiente un teléfono nuevo y va a buscarla para convencerla de que siga con él. Pepa está muy dolida pero él le dice que va a cambiar, que tiene otros problemas en casa y está muy alterado. Ella le da otra oportunidad subiendo **el SEXTO ESCALÓN.**

Tras una semana de tranquilidad, Pepa le comenta a Pepe que el sábado es el cumpleaños de Raquel y le gustaría mucho ir con todas sus amigas. Pepa sabe que a Pepe no le gustan mucho sus amistades pero insiste para ir al cumpleaños. Pepe le dice que no, que no quiere que vaya, que sus amigas lo que quieren es que deje la relación. Pepa le intenta convencer y le dice que ella va a ir, que hace tiempo que no está con sus amigas. Pepe se enfada mucho y comienza a insultarla, Pepa le dice que ya no aguanta más y se va. Cuando llega a la esquina ve que él la está persiguiendo y comienza a correr. Pepe la alcanza y cuando ella se quiere ir de su lado le agarra fuertemente del brazo, Pepa insiste en irse y Pepe para evitarlo le agarra del pelo y le dice que se espere. Pepa le dice que qué está haciendo. Él la suelta y le dice que no puede más, que la quiere mucho y que no puede estar sin ella. Pepa se pone a llorar y comienzan a hablar hasta que Pepe de nuevo la convence para no dejarlo **y ella sube el SÉPTIMO ESCALÓN.**

Pepa sabe que la relación con Pepe no va bien pero no sabe qué hacer, está confundida y decide contarle a una amiga lo que le ocurre. La amiga le dice que debe dejar la relación, que él no la trata bien y que no puede seguir así. Por la tarde habla con Pepe y le dice que quiere un tiempo, que está agobiada y necesita pensar si quiere seguir con la relación o no.

Él comienza a ver peligrar su historia y le dice que no puede estar sin ella, que si lo deja se va a matar, que ella es la única que lo entiende. Al siguiente día por la tarde están en un banco y Pepa saca de nuevo el tema, él se pega cabezazos contra el banco y le dice que él no va a superar eso, que se quita la vida y que por favor, que no lo deje que va a cambiar, **haciendo subir a Pepa el OCTAVO ESCALÓN.**

Después de una semana en la que no han tenido peleas, Pepe le propone a Pepa pasar el sábado por la noche en su casa. La familia de Pepe está de viaje y se queda solo. A Pepa le parece bien, así que comienzan a hacer planes para el fin de semana. Cuando están en la casa solos, el sábado por la tarde, Pepe y Pepa comienzan a besarse y a mantener relaciones sexuales. En un momento de la relación, Pepe le dice a ella que se dé la vuelta que a él le gusta otra postura, Pepa lo hace pero le duele mucho, no está tranquila y le dice que pare que eso no le gusta. Él sigue y Pepa comienza a llorar diciendo que no siga que le duele. Cuando Pepe termina lo que desea, ella le dice llorando que no le ha gustado, que ha sido muy brusco y que no lo haga más. Pepe no dice nada y **hace subir a ella el NOVENO ESCALÓN.**

Desde ese día, la situación cada vez es más insoportable para Pepa, llora a cada instante en su cuarto para que no la vean, evade a sus amistades para que no le pregunten y la presionen para dejarlo, pero ya no puede más. Por la tarde le dice a Pepe que definitivamente quiere dejar la relación, que está harta y que la deje en paz. Pepe ve que ella lo dice en serio y se enfada mucho, agarrándola fuertemente del pelo. Pepa le dice que la suelte y se va corriendo pero él va detrás de ella y la coge del cuello. Pepa nunca ha visto a Pepe tan alterado y siente mucho miedo de que le haga daño, él comienza a agredirla y la golpea fuertemente en la espalda, así que se coloca en el **DÉCIMO ESCALÓN.**

Vivir en la escalera-cíclica de la violencia de género dificulta a las chicas a bajarse de ella, no se sienten capaces y necesitan ayuda, es importante apoyarlas y que comiencen a sentirse seguras para tomar la decisión de bajarse y abandonar esta perversa relación.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES

PROPUESTA DE ACTIVIDADES

Las actividades y dinámicas que recogemos en este Manual de Uso están destinadas a ser un conjunto de herramientas para las/los profesionales que trabajen con grupos juveniles, tanto en el aula como con grupos de iguales en otros ámbitos (dinamización juvenil, espacios de participación de jóvenes...) y que quieran trabajar con esos grupos la prevención y actuación ante la violencia de género en jóvenes.

Las actividades propuestas se centran en la respuesta del grupo de iguales: cómo detectar la violencia, cómo apoyar a la chica **y cómo “aislar” al maltratador.**

Algunas de las actividades se articulan sobre los propios vídeos de la campaña, mientras que otras son dinámicas grupales que buscan profundizar las actitudes y conocimientos sobre la violencia de género que se consideran positivas en la respuesta del grupo.

Aviso: Puede darse la situación de que el grupo o algunos/as de sus componentes comenten que también puede darse violencia de una chica a un chico o también violencia en parejas del mismo sexo.

Es importante que la persona que anime el grupo pueda explicar que, aunque esas otras formas de violencia también se pueden dar (y pueden ser muy dañinas), se va a trabajar la violencia de género, entendida como se define en el Artículo 1 de la Ley 13/2007, de 26 de noviembre, de medidas de prevención y protección integral contra la violencia de género en Andalucía: “La presente Ley tiene por objeto actuar contra la violencia que, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por el solo hecho de serlo.”

Así mismo deberá explicar que nos centramos en esta violencia por ser la que más comúnmente sufren las jóvenes y porque hay muchos prejuicios e ideas previas en nuestra sociedad que normalizan e invisibilizan esta violencia, **dificultando que podamos apoyar a las mujeres que la sufren.**

ACTIVIDAD SOBRE LOS VÍDEOS

Los dos vídeos son complementarios

Según el criterio de la persona que dinamiza el grupo se puede visionar solo el vídeo del chico, solo el de la chica o los dos vídeos. En el caso de visionar los dos vídeos, el orden de visionado lo decide la persona que anima el grupo.

Sugerencia de preguntas generales sobre los vídeos tras su visionado

Es importante iniciar el trabajo con las impresiones y sentimientos que les han provocado los vídeos:

- + ¿Cómo se han sentido al verlos? ¿Qué han pensado?
- + ¿Creéis que esta historia puede ser real o que es solo fantasía?
- + ¿Conocéis alguna historia parecida?
- + ¿Hay algo que os ha llamado más la atención? ¿Algo con lo que no estéis de acuerdo?

¿QUÉ PASARÁ CON ELLOS?

Pregunta: *¿Cómo crees que seguirán estas historias?*

Actividad: Escribe un final para la historia de ella, de él o de la pareja.

(Esta actividad se puede realizar de forma individual y después compartir las historias o pedir que construyan el final de la historia de forma grupal).

DETECCIÓN DE LA VIOLENCIA

Lanzar al grupo las siguientes preguntas:

- + ¿Crees que hay violencia en esta historia?
- + ¿Cuáles crees que son conductas de violencia?
- + ¿A partir de qué momento crees que hay violencia?

Sugerencia: para esta actividad se puede utilizar la “historia de Pepa y Pepe”, que aparece en este manual, en el apartado “El laberinto de la violencia de género. La importancia de las primeras señales”.

También pueden usarse la redacción original del proceso de la violencia de género, de la que se han extraído los guiones empleados en los dos vídeos, que aparecen con los títulos *“Construyendo el laberinto”* y *“Perdida en el laberinto”* que aparecen en este manual, en el apartado *“Explicación de los vídeos de la campaña”*.

¿QUÉ HACER?

- + Si una amiga os contara una historia como la de la chica del vídeo
¿Qué haríais?
- + Si un amigo os contara una historia como la del chico del vídeo
¿Qué haríais?
- + Imagina que fuera al revés, que lo que relata el chico lo dijera la chica y viceversa..
¿Qué le diríais al chico?
¿Y a la chica?
¿Lo consideraríais un “pringao” por dejarse manejar de esa manera?
¿La consideraríais una mandona?

ACTITUD COMO GRUPO

- + Ante una situación como la que aparece en los vídeos
¿Podríamos hacer algo como grupo de amigos, compañeros que somos?
¿Creéis que deberíamos intervenir?
¿Crees que son temas de pareja y que lo mejor es no meterse?
¿Cómo podríamos intervenir?

IDEAS SOBRE EL AMOR Y LA PAREJA

En los vídeos aparecen estos pensamientos:

ELLA

Siempre que me han preguntado qué pienso sobre el amor he tenido clara mi respuesta: existe. Existe el amor verdadero en el que dos personas se complementan, se apoyan y son sinceras la una con la otra. Existe el amor apasionado, el amor que no se gasta, el de verdad.

Me encantan las horas que pasamos juntos. No es que no dedique tiempo a mis amigos y familia, es solo que lo ha pasado mal en su última relación y necesita más que nunca mi apoyo. Mi niña, mi vida... y así todo el día. ¡Me hace sentir tan especial! Sé que lo nuestro es algo único que no se encuentra así como así, por eso este amor es cada vez más fuerte.

ÉL

Desde hace tiempo tengo claro cómo quiero que sea la mujer de mis sueños. Yo quiero que tengamos una relación especial. Deberíamos hacerlo todo juntos, apoyarnos en todo... Tener una relación sincera y apasionada.

Esta forma de pensar sobre el amor

¿Puede explicar por qué él y ella se comportarán como aparece en los vídeos?

¿CAMBIARÁ A SU PAREJA?

La chica dice en el vídeo:

“Seguro que si hablo tranquila con él puedo hacer que cambie y vuelva a estar todo como antes.”

PREGUNTAS PARA ANIMAR EL DEBATE:

- + ¿Por qué pensáis que tantas chicas intentan cambiar a sus parejas que no las tratan bien, en vez de dejarlos? ¿Los chicos también lo hacen?
- + ¿Creéis que es posible hacer cambiar a la persona que es tu pareja?
- + ¿Creéis que lo que plantea la chica que podría hacer (*hablar tranquilamente con él*) servirá para hacer que cambie? ¿Qué otras cosas podría intentar?

LOS CELOS

ÉL DICE

¿Qué problema hay en tener su clave del móvil y de sus redes sociales? Si no hay nada que ocultar no debe haber problema, ¿no? No me gusta ser controlador, pero a veces siento celos, sí, claro que siento celos, no voy a sentir celos si la quiero...

Preguntas para animar el debate:

- + ¿Existen celos “normales” y celos “malos”?
- + ¿Creéis que, como piensa el chico, los celos son producto del amor?
- + Si alguien no tiene celos de ti... ¿es señal de que no te quiere lo suficiente?
- + Si aceptamos los celos como señal de amor
¿Puede ésto hacernos más vulnerables al control o al dominio?

ANEXO: Algunos datos para aportar a los debates

- + El 77'4% de los chicos y el 86'4% de las chicas en Andalucía piensa que solo hay violencia en la pareja si hay violencia física.
- + Mas de la mitad de las chicas y los chicos andaluces piensan que la violencia de género se terminaría si la chica se decidiera a romper la pareja. (Es decir, que no terminan con la violencia porque no quieren).
- + Las mayoría de las chicas y chicos andaluces no identifican el control, el dominio, los celos, la posesión, el aislamiento o el chantaje emocional como violencia de género.
- + El 70% de los chicos y el 75% de las chicas andaluzas no considera que la violencia y el amor sean incompatibles.
- + El 81% de las chicas y el 68'5% de los chicos andaluces considera que “el verdadero amor lo aguanta/perdona todo.
- + El 61'2% de los chicos y el 41'7% de las chicas andaluzas piensa que los celos son una muestra de amor.
- + Solo un 32% de los chicos y un 49% de las chicas andaluzas piensa que si tu pareja te daña y te hace sufrir lo mejor es cortar la relación.
- + Un tercio de los chicos y las chicas andaluzas piensa que si tu pareja te daña y te hace sufrir la situación tiene solución si te pide perdón y te promete que va a cambiar.
- + El 68'5% de las chicas andaluzas piensa que no tiene ningún riesgo de sufrir violencia de género en las relaciones de pareja que establezcan.

Extraídos de: Investigación ANDALUCÍA DETECTA sobre sexismo y violencia de género en la juventud andaluza (2011). Instituto Andaluz de la Mujer.

PROPUESTA DE DINÁMICAS GRUPALES

Presentamos a continuación una serie de dinámicas grupales que pueden servir a la persona que dinamiza el grupo para profundizar y consolidar el trabajo realizado sobre los vídeos, así como una propuesta de actividad de cierre del trabajo realizado

Es importante pensar previamente cuál es la finalidad que se pretende con la actividad para escoger la más adecuada. Así mismo es muy importante que la persona que va a dinamizar al grupo se sienta segura y cómoda con la actividad que se va a desarrollar.

Hemos redactado las actividades con formato de ficha, para hacer más fácil su utilización. Esperamos os sean de utilidad.

¿INTERVENIR O NO?

FINALIDAD

Analizar que podría/debería hacer el grupo cuando son testigos de conductas de dominio, aislamiento o control por parte de un chico hacia una chica.

MATERIALES

Fotocopias de los textos (ver anexos), en folios distintos cada situación.
Pizarra o papelógrafo para anotar.

TIEMPO

1 hora

DESARROLLO

La persona que dirige la dinámica pedirá voluntarias/os para interpretar las situaciones. Se puede interpretar una situación y discutir sobre ella o se pueden interpretar todas y hacer la discusión sobre todas las situaciones a la vez.

La persona que dinamiza lanzará al grupo las preguntas:

- + ¿Quién cree que sus amigas/os o compañeras/os deberían intervenir?
- + ¿Quién cree que sus amigas/os o compañeras/os no deberían intervenir?

Se creará un grupo con las personas que creen que se debe intervenir y otro con las personas que creen que no se debe intervenir.

Se pedirá a cada grupo que intente convencer al otro de su postura a favor o no de la intervención.

DISCUSIÓN

La persona que dinamice al grupo apuntará en el papelógrafo las respuestas de las/os participantes.

Es importante orientar la discusión a cómo podrían intervenir:

- + ¿Hablando con ella? ¿Qué le dirían?
- + ¿Hablando con él? ¿Qué le dirían?
- + ¿Buscarían ayuda de una persona adulta? ¿A quién recurrirían? ¿Qué le dirían?
- + ¿Harían lo mismo en todas las situaciones? ¿Alguna situación les motivaría más para intervenir? ¿Por qué?

ANEXO

SITUACIÓN 1

Narrador/a: Pedro está con el grupo cuando llega Ana. Da un beso a Pedro, y antes de tener tiempo de saludar a las demás personas Pedro le pregunta:

- **Pedro:**
¿Dónde vas con esa falda? ¿Se te ha encogido o que?
- **Ana:**
¿Qué le pasa?
- **Pedro:**
¿Que qué le pasa? ¡Qué lo vas enseñando todo!
- **Ana:**
¡Anda ya, exagerado! ¡Siempre con las bromas!
- **Pedro:**
¿Pero es que no lo entiendes? ¡Sólo me preocupo por ti! Los tíos pueden mirarte y pensar que estás buscando plan...
- **Ana:**
No creo que sea para tanto. Además, me encanta mi falda.
- **Pedro:**
Pero es que esa falda te hace mas gorda y parece que tienes un culo enorme...
- **Ana: (Dudosa)**
¿Tú crees?
- **Pedro:**
¡Seguro!
- **Ana:**
Bueno, vale, no me la volveré a poner...
- **Pedro:**
No, lo que tienes que hacer es volver a tu casa y cambiarte. Yo así no voy contigo a ninguna parte.
- **Ana:**
No quiero discutir por una tontería y amargarme la tarde. Iré a cambiarme... Pepi, ¿vienes conmigo?

SITUACIÓN 2

Narrador/a: Ana está con el grupo, y se lo está pasando muy bien. Pedro no ha salido con ellos/ellas porque tiene que estudiar para un examen. El móvil de Ana vibra y ella lo mira...

- **Ana:**
¡Joder, ya la he liado!
- **Rosa:**
¿Qué pasa?
- **Ana:**
Que le he quitado el sonido al móvil y tengo 15 llamadas perdidas de Pedro.
- **Rosa:**
A ver si le ha pasado algo...
- **Ana:**
¡No, que va! Si también me ha mandado un montón de whatsapps y lo que quiere es saber dónde estoy y con quién.
- **Rosa:**
¿Y para eso te llama 15 veces? ¿Qué pasa, que no se fía de ti?
- **Ana:**
No, es que me quiere y se preocupa. Voy a pasarme por su casa para darle un beso. Hasta luego...

SITUACIÓN 3

Narrador/a: El grupo ha decidido ir a una fiesta. Ana quiere ir pero Pedro prefiere que se queden en el parque.

- Pedro:

Yo no voy a ir, y Ana se queda conmigo.

- Ana:

¿Pero qué dices? Tengo ganas de estar contigo, pero hace mucho que no veo a varias amigas que irán, además, cada vez hacemos menos cosas con nuestros amigos.

- Pedro:

No quiero ir. Además, después te llevas todo el tiempo hablando con otra gente y a mi no me haces ni caso.

- Ana:

¡Eso no es así y tú lo sabes!

- Pedro:

Además, que me pongo muy celoso de cómo te miran los tíos. Si vas a hacer lo que quieras mejor cortamos, que no quiero ser un desgraciado.

- Ana:

No, eso no, cari. Si no quieres pues no vamos...

SITUACIÓN 4

Narrador/a: Ana está hablando con un chico en el bar donde está todo el grupo. Pedro está con dos de sus amigos, pero mirando continuamente hacia donde está Ana. En un momento que el chico con el que está hablando Ana va a la barra a pedir, Pedro se acerca a Ana y la agarra fuerte por el brazo.

- Pedro:

¿Tú de qué vas?

- Ana:

¡Ay, me has asustado! ¿Qué te pasa?

- Pedro:

Ya está bien del juegucito que te traes con ese tío, ¿no? ¿Quién es? (sin soltarle el brazo)

- Ana:

¿Qué hablas? Es un amigo de Paqui y me estaba contando cosas muy interesantes del grupo de teatro que está montando.

- Pedro:

¡Sí, ya! ¡Ese lo que quiere es enrollarse contigo! ¡Y tú poniéndole carita de tonta! ¡Venga, nos vamos de aquí! (tirándole del brazo)

- Ana: (intentando que le suelte el brazo)

¿Por qué me tengo que ir? ¡Ya estoy harta de tus celos!

- Pedro:

¡No me hagas enfadar, que ya sabes que será peor! ¡Que nos vamos he dicho!

¿QUÉ HARÍAS TU?

FINALIDAD

Visibilizar y analizar las ideas que nos llevan a no intervenir cuando presenciamos o nos relatan situaciones de aislamiento, control, desvalorización o violencia.

Intentar modificar esas ideas por otras que favorezcan la intervención ante estas situaciones.

MATERIALES

Fotocopias del cuestionario (ver anexo), una para cada persona del grupo.
Pizarra o papelógrafo para anotar.

TIEMPO

45 minutos – 1 hora

DESARROLLO

- + Se les entrega una copia del cuestionario a cada participante.
 - + Se pide que cada persona conteste individualmente las preguntas del cuestionario.
 - + Se ponen en común las respuestas dadas por las/os participantes.
-

DISCUSIÓN

La persona que dinamice al grupo apuntará en el papelógrafo las respuestas de las/los participantes, intentando que queden visibles los acuerdos y desacuerdos en las respuestas.

Es importante orientar la discusión a qué les llevaría a actuar de una manera u otra. Explicitar las ideas que hay detrás de mantener una u otra actitud.

También orientar la reflexión a cómo piensan que reaccionaría el grupo, si actuarían de una u otra manera ante esas situaciones.



ANEXO

CUESTIONARIO ¿QUÉ HARÍAS TÚ?

1. Cuando estáis en el parque la novia de tu amigo llega vestida con una minifalda bastante corta. Tu amigo le dice a su novia que así no va a ir con él a ninguna parte. Tú:

- A** No opinarías sobre el tema, son cosas suyas, de la pareja, y es mejor no meterse.
 - B** Le dirías a tu amigo: yo a mi novia tampoco la dejaría salir así.
 - C** Le dirías a tu amigo: ¡Qué más te da como se vista! ¡No es para tanto!
 - D** Otra cosa (describe cuál).....
-

2. Tu amiga hace tiempo que casi no sale con vosotros/as. Siempre pone excusas o dice que ha quedado con su novio. Vosotros/as sospecháis que a su novio no le gusta que esté con vosotros/as y que la convence para que no os vea. Vuestra actitud es:

- A** Pensar que es normal, que cuando se tiene pareja se quiere estar siempre con ella y se pasa más de las amistades.
 - B** Pasar de ella. Echarle la culpa y enfadaros porque estáis cansados/as de llamarla y nunca acude.
 - C** Aunque casi no salga con vosotros/as seguís llamándola y hablando con ella y ofreciéndoles para lo que necesite, porque sabéis que os va a necesitar en poco tiempo.
 - D** Otra cosa (describe cuál).....
-

3. Un buen amigo te pregunta qué harías tú si te pasara lo mismo que a él, que su novia no quiere aún tener sexo. Tu le dirías:

- A** Que le insistiera más, que seguro que ella tiene ganas pero que no quiere que él piense que es una “facilona”.
 - B** Que la deje y se busque otra novia, que si no quiere hacerlo es que pasa de él.
 - C** Que ese tema lo debería hablar tranquilamente con ella, a solas.
 - D** Otra cosa (describe cuál).....
-

4. Cuando estás con tu amiga, ella no está atenta a lo que habláis porque está enganchada todo el tiempo al Whatsapp con su novio. Hoy un amigo os está contando un problema que ha tenido con otro chico y ella no suelta el móvil. Tú:

- A** No le dices nada, a todas las amigas les pasa lo mismo, es normal cuando tienes novio.
- B** Pasas de ella, en el fondo ella también pasa de vosotros/as, ya no la consideras tan amiga como antes.
- C** Le dices que últimamente está más distanciada de vosotras/os y que la echas de menos.
- D** Otra cosa (describe cuál).....



5. Estás en el parque con tu amiga, aparece su novio y le dice gritando que es idiota, que lleva llamándole mucho tiempo y que no le ha cogido el teléfono. Ella saca el móvil del bolso y efectivamente tiene 5 llamas de los últimos 5 minutos. Se pone nerviosa, se despide de vosotras/os y se marcha con él. Cuando le escribes por la noche para ver si está todo bien, ella contesta que él estaba de broma. Tú:

- A** Le dices que la ha dejado en ridículo en medio de todo el mundo, que cómo lo aguanta.
 - B** Le dices que si a ti alguien te gastara una broma así, te resultaría muy pesada.
 - C** No le dices nada porque ya le has dicho muchas veces que las “bromas” de su novio son muy pesadas y al final ella va a dejar de hablarte.
 - D** Otra cosa (describe cuál).....
-

6. Uno de tus colegas discute con su pareja cuando estáis todo el grupo juntos; la empuja varias veces y le da una bofetada. Tú:

- A** Te metes en la discusión y le dices a él que no tiene que ponerse violento.
 - B** Les dices que discutan cuando estén a solas, que están molestando a todo el mundo.
 - C** Te mantienes al margen. Son cosas de pareja y no hay que meterse.
 - D** Otra cosa (describe cuál).....
-

7. Tu amigo presume de que no permite que ningún tío tontee con su novia. Tú, ¿qué haces?

.....

.....

.....

.....

8. Tu amiga se queja de que su novio es muy celoso. Tú, ¿qué le dices?

.....

.....

.....

.....

EL INCIDENTE, ¿QUÉ PASÓ?

FINALIDAD

Analizar la actitud del grupo ante una situación de violencia de género, cuando le llegan distintas visiones de lo ocurrido por parte del chico y de la chica.

MATERIALES

Fotocopias de los dos textos (ver anexos), en folios distintos cada texto
Pizarra o papelógrafo para anotar.

TIEMPO

30-40 minutos

DESARROLLO

+ POSIBILIDAD 1

Dividimos al grupo en subgrupos de 5-6 participantes.

Se les entregan los dos textos (cada subgrupo debe tener una copia de cada texto) y se les piden que los lean en los subgrupos.

Se les pide que imaginen que una amiga y un amigo les han contado sus versiones de lo que les paso la noche de la fiesta.

Se pide a cada subgrupo que exponga qué piensan que ha pasado en realidad, y si apoyarían a Felipe o a Carmen.

+ POSIBILIDAD 2

Dividimos al grupo en 2 subgrupos.

La persona que dirige la dinámica cuenta: “Carmen y Felipe llevaban un tiempo de novios. El sábado pasado, en una fiesta en casa de unos amigos, mantuvieron relaciones sexuales. Desde entonces Carmen rehuye a Felipe y no le contesta sus llamadas ni mensajes”.

A uno de los subgrupos se le entrega el texto de Felipe y al otro el texto de Carmen. Se les pide que los lean en los subgrupos.

Se pide a cada subgrupo que intente convencer al otro de que que Felipe o Carmen (el que le haya tocado a su equipo) tiene razón y exponga por qué lo/la apoyan.

DISCUSIÓN

La persona que dinamice al grupo apuntará en el papelógrafo las respuestas de las/os participantes.

Es importante orientar la discusión no a la culpa de uno u otra, sino a cómo nos podemos encontrar con versiones de un mismo incidente muy alejadas una de la otra.

También orientar la reflexión a cómo actuaríamos como grupo ante una situación de este tipo.

NOTAS

Los textos están extraídos y adaptados de “Hombres jóvenes, sexo y poder. La conjunción abusiva de masculinidad y heterosexualidad”. STEPHEN FISHER (Ponencia presentada en el Foro sobre Hombres y Relaciones Familiares. Canberra, Australia. 10 de junio de 1998)

ANEXO

LO QUE PASÓ SEGÚN FELIPE

Aún no comprendo qué ocurrió. Carmen y yo habíamos estado saliendo durante un par de meses, y aunque todavía no habíamos tenido relaciones sexuales, le había dejado claro que me sentía muy atraído por ella y que esperaba que lo haríamos pronto.

Fuimos a una fiesta en casa de unos amigos, y cuando ella se presentó con un vestido muy sexy, pensé que ésta era su forma de decir que estaba lista.

Durante la fiesta bebimos cerveza, lo cual le dio sueño y la puso muy sensual. Cuando dijo que quería irse a acostar un rato y que la acompañara para abrazarla, ¿qué se supone que yo debía pensar? Por supuesto, pensé que deseaba tener sexo conmigo. Es verdad que protestó un poco cuando empecé a quitarle la ropa, pero imaginé que quería que la convenciera. Sé que muchas chicas quieren que los hombres tomemos la iniciativa y que ellas deben “resistirse un poco” para que nos las tomen por fáciles o guarras.

No sé. Tuvimos relaciones y todo estuvo bien. La llevé a su casa después de la fiesta y pensé que todo estaba bien. Pero desde ese día ella se niega a hablarme o a salir conmigo. Pensé que yo realmente le gustaba. ¿Qué pasó?

LO QUE PASÓ SEGÚN CARMEN

No olvidaré esa noche mientras viva. Felipe y yo habíamos estado saliendo un tiempo y siempre se había comportado bien conmigo. Es cierto que nos habíamos besado y tocado más de una vez, pero cuando le decía que no quería ir más allá lo respetaba y nunca me dio motivos para no confiar en él.

La noche de la fiesta, me puse un precioso vestido que mi prima me había prestado. Era más llamativo de lo que yo normalmente uso, pero pensé que me quedaba muy bien.

Durante la fiesta bebí cerveza y esto me puso muy cansada y quise recostarme. Tal vez no debí sugerir que nos acostáramos juntos, pero no me sentía cómoda de irme al segundo piso y dejar solo a Felipe. En un momento estaba encima de mí, forzándome a tener sexo con él. Fue horrible. No quise gritar y hacer el ridículo con todas las personas que estaban cerca. Pero intenté quitármelo de encima. Supongo que estaba demasiado cansada y por eso no lo conseguí.

Por supuesto, no quiero volver a ver a Felipe, parecía tan buena persona. ¿Qué pasó?

LAS “BROMAS”

FINALIDAD

Visibilizar las conductas de control, desvalorización o dominio que se realizan como pretendidas bromas por parte de quien ejerce la violencia de género hacia su pareja.

MATERIALES

Fotocopias de los dos role-playing (ver anexo)
Pizarra o papelógrafo para anotar.

TIEMPO

1 hora

DESARROLLO

Se solicitan personas voluntarias para hacer los dos role-playing. (3-4 personas para cada role-playing).

Se interpretan las situaciones.

DISCUSIÓN

La persona que dinamiza lanzará al grupo las preguntas:

- + ¿Cómo creéis que se está sintiendo Julia? ¿Y Ramón?
- + ¿Cómo os estáis sintiendo vosotros/as?
- + ¿Intervenimos o no? ¿Por qué? ¿Qué deberíamos hacer? ¿Cómo?

La persona que dinamice al grupo apuntará en el papelógrafo las respuestas de las/os participantes. Se orientará la discusión planteando si en su grupo han vivido situaciones parecidas, si han pensado que eran algo dañino y si han intervenido en alguna ocasión para evitarlas.

NOTAS

En el relato del proceso de violencia que sufren las jóvenes atendidas en el Programa de Atención Psicológica a Mujeres menores de Edad Víctimas de Violencia de Género en Andalucía, aparecen con mucha frecuencia esas agresiones disfrazadas de “bromas” como las primeras estrategias empleadas por sus maltratadores.



ANEXO

ROLE PLAYING 1

Julia y Ramón son novios desde hace 5 meses, antes ella tenía otra pandilla, pero ahora cuando sale lo hace casi siempre con Ramón y con vosotros/as. Estáis en casa de Rocío, otra amiga del grupo, viendo una peli y bebiendo algo. Ramón suele gastar bromas pesadas, especialmente a las chicas, y a veces se pasa con Julia. Mientras estáis en el sofá empieza a reírse de ella diciendo que es un poco cortita (torpe o poco lista) porque tarda en entender algunas cosas que pasan en la peli y le pregunta:

- Qué Julia, ¿te has enterado de algo o te hago un esquema? ¿Os acordáis del día ese en el cine en el que no se enteraba de nada?

Julia le dice que la deje en paz, que aquel día estaba poco atenta a la película y por eso no entendió una cosa, pero él continua bromeando metiéndose con ella, recordando entre risas a todo el mundo otras ocasiones en las que ella ha preguntado cosas que según él eran obvias para todos. Quiere demostrar que le ha ocurrido en más de una ocasión.

Julia se pone seria y Ramón busca vuestra mirada y comienza a decirle que no tiene sentido del humor, que se pone histérica por nada y que antes era mucho más divertida.

ROLE PLAYING 2

Julia y Ramón son novios desde hace 5 meses, antes ella tenía otra pandilla, pero ahora cuando sale lo hace casi siempre con Ramón y con vosotros/as. Esta noche habéis ido a una discoteca después de beber un rato en la calle. Ramón va con alguno/a de vosotros/as a la barra a pedir, mientras Julia se queda con otros/as de vosotros/as bailando. Al segundo un antiguo compañero de Julia se acerca a saludarla y se ponen a hablar un poco de cómo les va. Unos minutos después volvéis con Ramón de la barra y observáis cómo le cambia la cara al ver a Julia hablando con ese chico. La mira con una cara un poco rara, y cuando ella vuelve al grupo empieza a bromear:

Ramón (a todo el grupo y a Julia):

- Como lleva esa falda nueva se cree que está muy buena. Anda que te ha faltado tiempo para ponerte en plan loba, ¿eh?

Julia:

- Pero Ramón...

Ramón (buscando la mirada de los chicos):

- ¡Todas las tías sois iguales! Solo pensáis en ir al gimnasio para luego ir a luciros, aunque a algunas les sienta mejor que otras.

Julia (bastante ofendida):

- ¡Eso no es verdad!

Ramón:

- ¡Ey, ey! No te pongas así. Si fuera un novio celoso te quejarías, y a mi me da igual que tontees con otros.

Julia (más enfadada aún):

Ramón te estás pasando, ¿no?.

Ramón (riéndose):

Desde luego estás perdiendo el sentido del humor, ¡te estás volviendo una amargada! Aunque vayas con esa falda, no eres nada de abierta de mente.

SI PUDIERA VOLVER ATRÁS...

FINALIDAD

Favorecer la concienciación del grupo de la necesidad de detectar e intervenir en las primeras fases de la violencia de género.

MATERIALES

Fotocopias de los dos role-playing (ver anexo)
Pizarra o papelógrafo para anotar.

TIEMPO

1 hora

DESARROLLO

Se pedirá a una o dos personas del grupo que lean los textos “El caso de Rebeca” y “El caso de Luis”.

Se puede trabajar sobre un texto u otro o sobre los dos a la vez en la misma sesión.

DISCUSIÓN

La persona que dinamiza lanzará al grupo las preguntas:

- + ¿Qué señales encontráis de violencia de género en estas historias?

La persona que dinamice al grupo apuntará en el papelógrafo las respuestas de las/os participantes.

El caso de Rebeca:

- + ¿Qué creéis que podría haber hecho esta chica en aquel momento?
- + ¿Cómo podríamos haber ayudado a Rebeca?
- + ¿Cómo podríamos haber frenado a Santi?

El caso de Luis:

- + ¿Qué creéis que podría haber hecho esta chico en aquel momento?
 - + ¿Cómo podríamos haber frenado a Luis?
 - + ¿Cómo podríamos haber ayudado a Isa?
-

NOTAS

Se puede utilizar, para favorecer la detección de las señales de violencia de género el esquema de “La escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia”, que aparece en el apartado **EL LABERINTO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO. LA IMPORTANCIA DE LAS PRIMERAS SEÑALES** de este Manual.

EL CASO DE REBECA

Rebeca y yo nos conocíamos de siempre, aunque nos hicimos más amigas a los 10 años, cuando éramos compañeras de mesa en el colegio. Al pasar al IES no caímos en la misma clase, pero estábamos juntas en los recreos y compartíamos grupo de amigas y amigos fuera del Instituto, era mi mejor amiga. Decíamos que estudiaríamos la misma carrera y que escribiríamos guías de viajes para conocer todos los países del mundo juntas. En el último trimestre de 3º de ESO Rebeca empezó a salir con Santi, un chico de primero de bachillerato, un poco tímido y bastante guapo. No solía salir con nadie del IES así que no sabíamos si tenía amigos o no, y si se sentía solo, pero era evidente que Rebeca le gustaba mucho. Al principio ella trató de integrarlo en nuestra pandilla, pero él era demasiado tímido, o eso pensábamos, y era difícil hablar con él, así que al final casi preferíamos que no viniera, y Rebeca también dejó de intentarlo.

Pasaban mucho tiempo en casa de Santi, tanto, que cada vez era más frecuente que ella nos dejara plantadas/os a última hora en casi todos los planes, cosa que nos enfadaba al principio, y a mi, la verdad, para ser sincera, me dolía bastante. Ya no le importaban mis problemas, apenas me contaba nada de su vida y no vino ni a mi cumpleaños. A veces nos hacía sentir que éramos unos inmaduros, y por eso Santi se aburría con nuestro grupo de amigos, pero yo no estaba de acuerdo, ahora cuando la miraba casi no la reconocía. Era como una persona diferente, como si no la conociera de antes.

Durante 4º de ESO intenté seguir siendo su amiga, pero ya no le gustaba hacer nada de lo que hacíamos antes, se había vuelto más seria y ni siquiera quiso venir a la excursión de fin de curso. Lo único que existía para ella era Santi, que cada vez se mostraba menos tímido y más maleducado. A veces parecía tenerle miedo, aunque yo no sabía muy bien de qué. Una vez, que la vi llorando al salir del despacho del jefe de estudios, me dio tanta pena, que aunque hacía tiempo que estábamos distantes, me acerqué a preguntarle qué le pasaba. Sus notas estaban bajando y sabía que su madre estaría enfadadísima por eso, pero al tratar de consolarla, Santi nos vio y me dijo que la dejara en paz y me metiera en mis asuntos. Ella no dijo nada y siguió llorando, pero me sentí tan mal de que se quedara callada que nunca más me volví a acercar.

Pasaron dos años, terminé el bachillerato y le perdí la pista, creo que repitió algún curso, no la solía ver por el IES y cuando me la encontraba su aspecto estaba un poco más descuidado. Ahora estoy terminando el grado de Periodismo, a veces me encuentro con él en las fiestas que se organizan en Derecho, aunque nunca va con ella. Ahora sí que va con amigos y amigas de la facultad y aunque jamás me saluda me he enterado por amigos y amigas comunes que hace como si no tuviera novia, y que en su clase comentan que la tiene “atada a la pata de la cama” o “escondida para que nadie la vea”. Me dijeron que Rebeca dejó de estudiar y que se queda siempre en casa. Dicen que él no la trata bien y que la han visto mandarla a callar, porque ella no entiende de nada, las pocas veces que ella aparece por el campus.

A veces me siento mal porque creo que tal vez no supe darme cuenta de que ella no estaba bien.

EL CASO DE LUIS

Nunca fuimos íntimos amigos, pero éramos del mismo club de tenis y al final acabamos saliendo con la misma pandilla. Era el típico triunfador con las tías, un poco chulo y simpático normalmente. Todos lo admirábamos de alguna manera, y queríamos ser su colega porque sabíamos que era mejor estar de su lado que estar en contra. Tenía una novia que fue de las chicas que más ligaba en el IES en aquella época, se llamaba Isa, y con la que llevaba tres meses o así cuando yo lo conocí. A veces gastaba bromas pesadas cuando ella llegaba a recogerarnos del entrenamiento, dándole palmaditas en el culo y diciéndole que la iba a invitar a correr en los entrenamientos. Siempre nos hablaba de las “tetos” que tenía y de cómo se lo pasaba en la cama con ella, mientras nosotros lo mirábamos flipando, y babeando. Algunas veces hasta nos enseñó fotos de ella desnuda en su móvil, a mí eso me parecía demasiado, pero no me atrevía a señalarme delante del resto de la pandilla, por si pensaban que era gay, así que me reía de sus comentarios y ya está.

La cosa fue a peor, cada vez que ella venía con una ropa que a él no le gustaba empezaba a “darle caña” delante de todo el mundo, y si ella no iba a casa a cambiarse de ropa la insultaba diciéndole “que era una guarra y que si se creía que estaba soltera”, alguna gente se reía, y otros le teníamos un poco de miedo. Yo alucinaba bastante, pero pensaba que a ella debía gustarle que él le diera caña, era una chica espectacular y podría estar con quien quisiera. A final de curso ya apenas iban al instituto y se rumoreaba que ella había cogido mucho peso y que la había dejado embarazada.

Hace unos meses, en una comida de antiguos alumnos del instituto al que íbamos, me enteré de que Luis estaba en prisión por haberle pegado una paliza a Isa; le había partido la nariz y dos costillas, y casi la lanza por el balcón delante de sus hijos.

A veces me pregunto qué hubiera pasado si en vez de seguirle la corriente le hubiéramos parado los pies.



EL OVILLO

FINALIDAD

Hacer visibles los comportamientos que pueden utilizarse para conseguir el aislamiento social de la pareja, la forma sutil en que un chico puede coartar la libertad de su pareja, haciendo que la chica deje de tener contacto habitual con sus amigas, familiares cercanos, compañeros/as de trabajo, vecinos, etc.

Ésta es una de las primeras manifestaciones de la violencia de género y suele pasar desapercibida al no darse en forma de prohibiciones, sino con argumentos manipuladores.

MATERIALES

Un ovillo de lana o de cuerda, unas tijeras, pegatinas blancas y un rotulador.

TIEMPO

30-40 minutos

DESARROLLO

Se coloca a una chica en el centro de un círculo de 8-10 chicos y chicas. Cada una de estas personas del círculo que rodea a la chica llevará una pegatina que definirá su relación con ella: amiga/o, compañera/o del instituto, vecina/o, compañera/o de deportes, prima/o, amistad a través de las redes sociales, etc.

Otra persona hará el papel de la pareja de la chica del centro y tendrá las tijeras.

Si hay más participantes se les pedirá que sean observadores/as.

La chica que está en el centro sujetará un extremo de la madeja y el hilo se pasará a un/a participante, que se dará una vuelta en el dedo y lo devolverá a la chica del centro; ésta sujetará el hilo y pasará la madeja a otra/o participante, hasta que todas/os estén enlazados.

Se le pide a la persona que hace el papel de la pareja de la chica del centro que vaya convenciendo a la chica para que deje esas relaciones, con argumentos del tipo “tu prima es una cotilla y nunca me ha aceptado”, “el deporte no te deja tiempo para estar conmigo”, “tengo celos de tus amigos”, “esa/e compañera/o es una mala influencia para ti” ..., a la vez que va cortando los hilos que unen a la chica con cada una de esas personas. Se le dará la instrucción de que los argumentos no pueden ser prohibitivos y que él lo hace “en nombre del amor y por el bien de la pareja”.

La chica podrá contestar esos argumentos, pero la persona de la tijera deberá rechazarlos y terminar cortando cada hilo.

Si en algún momento no se le ocurre algún argumento, las personas observadoras podrán participar dándole argumentos.

Al final la chica quedará sin ninguna relación con los hilos cortados colgando de su mano.

DISCUSIÓN

Se pedirá a la chica que cuente cómo se ha sentido a medida que sus hilos iban siendo cortados.

Se solicitará a la persona que ha cortado los hilos que cuente si le ha costado mucho o poco inventarse los argumentos que justificaban los distintos cortes a las relaciones.

Así mismo se pedirá a las personas que formaban el círculo que cuenten qué han sentido al perder la relación con la chica y si hubieran podido/querido hacer algo para evitar que cortara su relación con la chica.

Los/as observadores/as podrán comentar cómo se han sentido viviendo esta situación desde fuera.

Se discutirá en el grupo si los argumentos que ha dado la persona que corta los hilos han sido creíbles si “les suenan” de verlos en alguna persona conocida (porque ha cortado relaciones o porque se las han cortado), si se hubieran alarmado si ese proceso hubiera sido lento y hecho sobre personas no conectadas entre si, además de emplear argumentos que no prohibían.

Si alguna vez han peleado por mantener la relación con una amiga, compañera, etc. a la que dejara de tener relaciones con ellas/ellos, si habían pensado que eran “cosas de pareja en las que mejor no meterse” o si hubieran culpado a la chica por no haber mantenido la relación.

NOTAS

El vídeo “Violencia de género - ovillo de lana” (<https://www.youtube.com/watch?v=JrEYZZk5MAE>) de la campaña argentina por la equidad de género y contra la violencia www.vivirsinviolencia.gov.ar; ejemplifica bien esta dinámica.

TU TESORO

FINALIDAD

Visibilizar e identificar las distintas estrategias que se pueden emplear para imponer a una persona sus criterios en la relación de pareja, con especial atención a los no agresivos.

MATERIALES

Objetos pequeños y atractivos (piedras de colores, conchas, caramelos...).

Tarjetas con las instrucciones para las/los participantes.

TIEMPO

1 hora

DESARROLLO

Se coloca a las/los participantes por parejas.

A una de las personas de cada pareja se le da uno de los objetos y una tarjeta con el texto TIENES UN TESORO, QUE ES TUYO Y SOLO TUYO.

A la otra persona de cada pareja se le da una tarjeta con el texto TIENES QUE CONSEGUIR EL TESORO QUE TIENE LA OTRA PERSONA, USANDO EL MÉTODO QUE CREAS CONVENIENTE.

Se les indica que no deben enseñar la tarjeta a la otra persona de la pareja.

Se les pide que interactúen en función de lo que pone en su tarjeta. Cada uno debe conseguir su objetivo: una persona conseguir el tesoro y la otra decidir qué quiere hacer con su tesoro.

Se les deja el tiempo suficiente para que la situación se resuelva en las parejas o hasta que se vea que la interacción se ha enconado.

DISCUSIÓN

Se pregunta a las/los participantes quiénes han conseguido el tesoro y quiénes no.

Se pregunta a las personas que tenían que conseguir el tesoro cómo lo han conseguido o cómo lo han intentado.

Se pregunta a las personas que tenían el tesoro por qué no lo han entregado o sí, o por qué han decidido compartirlo.

Se pregunta a las personas que tenían el tesoro cómo se han sentido ante las distintas estrategias que la otra persona ha empleado para que les diera su tesoro.

Se explica que el objeto que tenían (el tesoro) representa la intimidad de la persona. Se intenta reflexionar (empleando como ejemplo las estrategias que han usado en las distintas parejas) sobre las diversas formas de imponerse sobre otra persona, haciendo especial hincapié en las formas no agresivas.

Se orienta la discusión a estrategias de control poco visibles que puedan recordar en parejas que conocen.

NOTAS

Esta dinámica es muy útil también para trabajar los comportamientos de violencia sexual no agresivos: coacciones, chantajes emocionales, manipulación...

LAS PAREJAS

FINALIDAD

Vivenciar y reflexionar sobre distintos modelos de pareja y cómo podemos sentirnos en ellos.

MATERIALES

Cinta carrocera (la de papel que usan los pintores). No usar precinto pues puede estropear la ropa.
6 rotuladores o bolígrafos
4 folios o A3, cada uno con un número dibujado (1, 2, 3 y 4)

TIEMPO

1 hora

DESARROLLO

Se solicitan 6 personas voluntarias para constituir las tres parejas.

Se pueden solicitar cuatro personas para que sostengan los folios donde deberán dibujar las parejas.

Si no, se pueden pegar esos folios a paredes del aula.

Se forman las parejas:

+ PAREJA A: se coloca a una persona delante de la otra (como en una cola) y se “amarran” con la cinta carrocera por el torso, dejándoles atrapados los brazos.

Nota: es aconsejable formar esta pareja con personas de desigual tamaño, poniendo la más grande delante.

+ PAREJA B: se coloca a las dos personas frente a frente (como para abrazarse) y se “amarran” con la cinta carrocera por el torso, dejándoles atrapados los brazos.

+ PAREJA C: se coloca a las dos personas una al lado de la otra (en paralelo) y se “amarran” con la cinta carrocera por el brazo y por la pierna que tienen juntos.

Se coloca a las 4 personas que sostienen los folios (o se pegan los folios a paredes del aula), procurando que estén en sitios que no sean de fácil acceso.

Se le da un rotulador o bolígrafo a cada uno de los miembros de la pareja y se les dice que deben demostrar su amor dibujando cada uno un corazón en cada uno de los folios que están distribuidos por el aula, empezando por el folio 1 y terminando por el folio 4.

Se les plantea que es una competición, que deben demostrar que su modelo de pareja es el mejor, por lo que se premiará a la pareja que primero consiga dibujar los corazones en los 4 folios.

Cuando han finalizado el ejercicio todas las parejas, se pide a las personas que han participado en la competición que cuenten cómo ha sido la “experiencia de pareja” y cómo se han sentido.

Se pide a los demás participantes en el taller que expliquen cómo han visto la dinámica y cómo han visto a las distintas parejas.

DISCUSIÓN

Tras realizarse la tarea se analiza el resultado (orden de llegada), identificando a las parejas:

+ **PAREJA A:** Modelo de pareja TRADICIONAL:
una persona “dirige” la relación y la otra se deja conducir.

+ **PAREJA B:** Modelo de pareja del IDEAL ROMÁNTICO:
todo lo hacen “mirándose a los ojos”, no necesitan nada más del mundo...

+ **PAREJA C:** Modelo de pareja EN CONSTRUCCIÓN:

Generalmente gana “la competición” la pareja tradicional, pero la persona que se sitúa detrás de la otra casi siempre dice que se ha sentido muy incómoda, sin saber dónde iba y “arrastrada” por la persona de delante. La persona de delante muchas veces también dice sentirse incómoda por tener que “ir tirando”. Preguntar si han ido mejor cuando la persona de detrás se ha dejado llevar”. Es importante resaltar que suele ganar la competición casi siempre pese a que se basa en la “sumisión” de la persona que va detrás; por eso se mantiene en el tiempo, porque funciona pese a los malestares que provoca.

La pareja del ideal romántico no gana casi nunca y sus componentes suelen decir que ha sido muy incómodo.

Pese a ser el modelo que nos enseñan las películas, series, canciones, novelas...en la vida real no funciona.

Puede ser útil plantear la contradicción: la sociedad nos enseña el modelo de pareja romántica como lo ideal, pero ese modelo no es útil en la vida; a la vez nos muestra que lo que sirve es la pareja tradicional, aunque sea a costa de la sumisión de una de las personas.

La pareja en construcción suele quedar la segunda o la tercera. Sus componentes suelen decir que han ido mejorando a medida que “aprendían a andar juntos”.

La reflexión que puede hacerse es que no existen modelos de parejas alternativos, que es algo que tenemos que construir y que tenemos que aprender a andar uno al lado del otro.

NOTAS

Creadora de esta dinámica: LITA GÓMEZ TERRÓN

ACTIVIDAD DE CIERRE

CONTRATO GRUPAL

Y NOSOTROS, ¿QUÉ PODEMOS HACER?

Las personas que componemos este grupo creemos que:

- + Solo desde la igualdad y la libertad se construyen parejas felices. El control, el dominio, la posesión, la violencia... nunca son aceptables.
- + La violencia de género no es solo la violencia física. En su inicio hay muchos comportamientos que no vemos por la sutileza de esos comportamientos o por ideas previas que tenemos.
- + Nadie merece sufrir violencia de género. Los pensamientos del tipo “hay gente que se lo busca”, “será que le gusta que la trate así”, etc. son excusas para no preocuparnos.
- + Dejar una relación de violencia de género no es fácil, por el daño que causa y la dependencia emocional que crea. Argumentos como “si le hace daño pues que lo deje...” solo contribuyen a que no se ayude a quien sufre esta violencia.
- + Como grupo tenemos la responsabilidad de actuar si una de nuestras amigas o compañeras está sufriendo violencia de género; también si uno de nuestros amigos o compañeros la está ejerciendo.

Y NOS COMPROMETEMOS A:

- + Seguir formándonos en violencia de género, para ser capaces de detectar las señales de que una chica la pueda estar sufriendo.
- + No contribuir al aislamiento de quien sufre violencia de género. No ser “cómplices involuntarios” de las estrategias de quien ejerce violencia de género.
- + No aceptar las agresiones disfrazadas de “bromas” con las que se pretende desvalorizar o controlar a la pareja. Cuando alguien se molesta o sufre ya no es una broma y no vamos a sumarnos a ella o a tolerarla.
- + No aceptar la excusa de los celos para aceptar comportamientos que provoquen control o aislamiento.
- + Creer a quien nos cuenta estar viviendo dominio, control o violencia.
- + No aceptar pasivamente lo que nos cuenta quien presume de controlar, dominar o “saber tratar” a su novia. Nos posicionaremos expresando nuestra opinión en contra de esos comportamientos.
- + Ante situaciones de violencia de género no nos excusaremos para no intervenir en que “son problemas de pareja”.

- + Apoyar a la víctima de esa violencia, aunque no comprendamos a veces sus comportamientos, pensamientos o sentimientos pues sabemos que están condicionados por la violencia que sufre.
- + No apoyar, ni siquiera con nuestra pasividad a quien ejerce control, dominio o violencia sobre la chica que es su pareja.
- + No contribuir jamás al acoso que suelen sufrir las chicas cuando rompen una pareja que les hacía daño. (dejar de hablarle, burlarse de ella, hacer correr falsos rumores para que otros/as dejen de ser amigas/os suyos, excluirla del grupo, etc).
- + Recurrir a personas adultas cuando sepamos que una chica está sufriendo violencia de género. La violencia de género se caracteriza por su habitualidad, es decir, que no es un episodio aislado, sino que los comportamientos de dominio, coacción o agresión se mantienen a lo largo del tiempo.

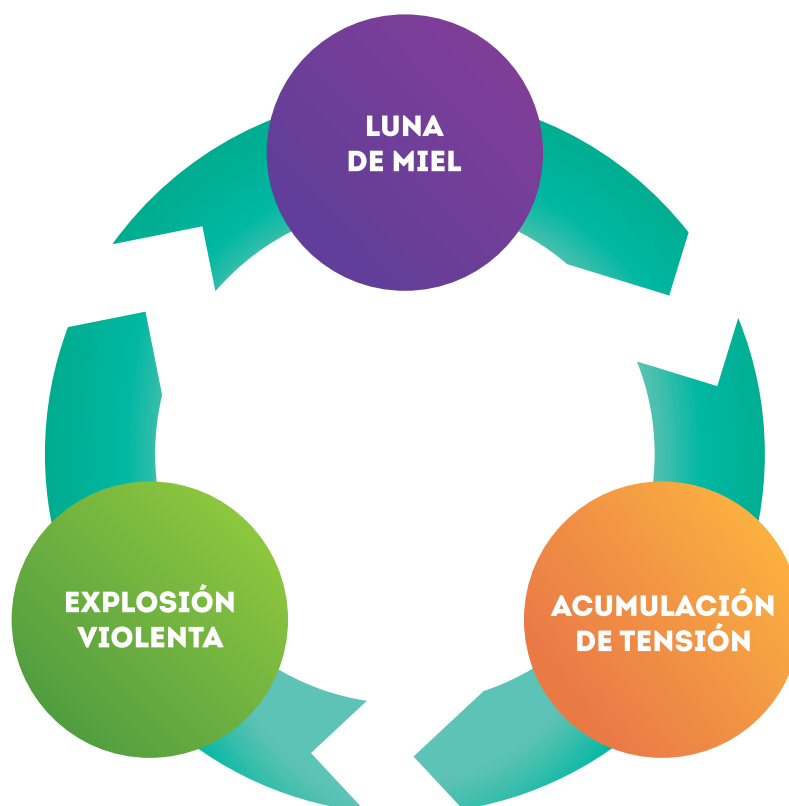
EL CICLO DE LA VIOLENCIA

La violencia de género se caracteriza por su habitualidad, es decir, que no es un episodio aislado, sino que los comportamientos de dominio, coacción o agresión se mantienen a lo largo del tiempo.

Se podría pensar que permanentemente el hombre está ejerciendo violencia sobre la mujer pero muy generalmente la violencia se realiza de forma intermitente, alternando momento de tensión y violencia con otros de calma, tranquilidad e incluso afecto.

No se dan problemas hoy, mañana, pasado mañana, etc. (nadie aguantaría algo así mucho tiempo) sino que se van alternando buenos y malos momentos, situaciones terribles y tranquilas (o incluso felices).

Esta intermitencia o alternancia se caracteriza por seguir un ciclo con tres etapas:



1. ACUMULACIÓN DE LA TENSIÓN

Esta fase se caracteriza por cambios imprevistos y repentinos en el estado de ánimo de él, enfados ante cualquier problema en la convivencia, reacciones agresivas ante cualquier frustración o incomodidad (ella no llega a la hora acordada, no está cuando él la necesita para algo, no responde de inmediato a sus llamadas o mensajes...). Él está muy sensible (todo lo que hace ella le molesta, desde su esquema desigual y dominador) y cada vez más tenso e irritado.

La mujer en esta fase intenta controlar la situación con comportamientos que anteriormente le han servido: es condescendiente con él, intenta satisfacer o incluso anticiparse a sus deseos y caprichos, procura no hacer nada que le desagrade y hace todas las cosas que conoce para poder complacerle. Tiende a encubrir los comportamientos y actitudes de él ante amistades y familia, excusando su comportamiento y aislándose de las personas que se preocupan por ella y que la podrían ayudar.

Tiende a minimizar los incidentes (“no fue para tanto”, “pudo haber sido peor”), a excusarlos o a justificarlos, a achacar la tensión a causas externas (tiene mucho genio, tiene problemas en casa, nadie lo entiende...). Todo ello como “mecanismo de autodefensa” para no reconocer los problemas y poder seguir con la esperanza de que su pareja funcione. Piensa que si espera y “aguanta” un poco más la situación mejorará y él la volverá a tratar bien.

Esta fase puede mantenerse durante períodos de tiempo largos, ya que ambos quieren evitar el incidente agudo de explosión; generalmente será algún elemento externo el que modificará el equilibrio, dando lugar al paso a la siguiente fase.

2. EXPLOSIÓN DE LA VIOLENCIA

Se descarga la tensión acumulada en la fase anterior, mediante un incidente agudo.

No se debe caer en el error de pensar solamente en la agresión física como forma de explosión o descarga, pudiéndose dar muchas formas activas o pasivas para esta fase (gritar, ignorarla, golpear muebles, amenazarla con abandonarla, romperle el móvil, zarandearla, humillarla delante de los amigos, no hablarle, etc.).

La motivación de él es castigar los comportamientos de su pareja, que considera inadecuados desde su planteamiento de poder y desigualdad, su finalidad no es querer causarle daño, sino lograr que ella “aprenda la lección”.

Ella vive esta fase como que el enfado de él está fuera de control. Además no suele ser capaz de predecir qué acontecimiento, suceso o comportamiento va a provocar el paso a esta fase del ciclo; esto hace que se sienta muy vulnerable y sin posibilidad de defenderse.

Él suele culparla de la aparición de esta explosión, justificándose en la gran cantidad de molestias que ella le ocasionó durante la fase de acumulación de la tensión; También puede achacar su comportamiento a “que estaba bebido...” o a factores estresantes externos, tratando de justificarse ante ella.

Cuando finaliza esta fase de descarga de la violencia, ella va a quedar en un estado de conmoción y bloqueo, no queriendo creer que le ha pasado, minimizando el ataque sufrido e incluso negando la situación que acaba de ocurrir.

3. “LUNA DE MIEL”

Es una fase de manipulación afectiva que se caracteriza por la disminución de la tensión. Puede adoptar distintas formas: él puede pedir perdón y prometer no volver a ser violento, reconocer su culpa y plantear cambios (incluso reconocer que necesita tratamiento psicológico para cambiar o controlarse), resurgimiento de la relación.

Plantea la necesidad que tiene de que ella lo ayude y cuanto la necesita; pueden (y suelen) realizar amenazas de suicidio si ella lo abandona.

Él ha ejercido el castigo en la fase de explosión (necesario para que ella se adapte a los comportamientos que él espera) pero no puede permitirse ejercer la violencia de forma continuada ya que ella tendería a conductas de evitación o de escape, dejando la relación; por ello, tras el castigo adopta conductas que la manipulan afectivamente y así consigue que permanezca en la relación.

La victimización de la mujer se hace más profunda, pues se estrecha la relación de dependencia. Si ella había tomado la decisión de dejar la relación, en esta fase abandonará la idea ante el acoso emocional y afectivo de él.

Las personas de su entorno que quisieran ayudarla se sienten “estafadas”, ya que generalmente, quiere retirar las denuncias contra él (si las hubo) y no continúa con las conductas de alejarse de él, dedicándose a cuidar la relación. La reacción de las personas que podrían ayudarla, al desconocer el ciclo y sus efectos, suele ser de culpabilizar a la mujer víctima de la violencia que sufre y a ser reacias a escucharla o prestarle apoyo en futuras ocasiones, profundizando así el aislamiento que sufre y que tan efectivo resulta al maltratador en sus estrategias de dominio.

No suele haber un final claro de esta fase; poco a poco y de forma poco llamativa el comportamiento cariñoso y la tranquilidad o felicidad van dejando paso a los enfados, a los cambios del estado de ánimo y a las reacciones. Poco a poco se repite la fase de acumulación de la tensión y, se inicia un nuevo ciclo.

El ciclo de la violencia tiene unas consecuencias muy importantes en la mujer que lo padece:

1. DESORIENTACIÓN Y PARALIZACIÓN:

Su pareja puede ser violento en un momento dado, seductor en otro, amable y delicado con ella más tarde, ignorarla luego, etc. Esto hace que se sienta desorientada respecto a cómo es él o a cómo es su relación de pareja. Puede paralizarse, al no saber cómo actuar o qué línea de conducta seguir.

2. PÉRDIDA DE HABILIDADES SOCIALES Y CAPACIDADES Y HERRAMIENTAS PARA LAS RELACIONES:

Cree que su relación de pareja puede funcionar (momentos de “luna de miel”) y modifica su comportamiento intentando que esa fase de tranquilidad o felicidad sea más continua en su relación: evita las conductas que ella piensa que “provocan” el conflicto, cede continuamente ante su pareja y esta cesión permanente se va convirtiendo en su único mecanismo de relación, perdiéndose así por desuso las herramientas con las que normalmente nos relacionamos con los demás (habilidades sociales, de comunicación, empatía, capacidad de resolución de problemas, estrategias ante los conflictos, etc.), quedando así dañada su personalidad.

3. EXPECTATIVAS “MÁGICAS” DE CAMBIO:

Cuando ella asume que no puede continuar en este modelo de relación e intenta escapar, él suele prometerle que “va a cambiar”, y ella suele creerlo porque tiene pruebas reales y objetivas de que cuando quiere se comporta como la pareja que ella siempre buscó (fase de “luna de miel”). En realidad no existe el cambio sino sólo adaptaciones de la conducta de él a las distintas fases del ciclo, pero ella está convencida de que puede cambiar y le da una oportunidad tras otra a lo largo de un amplio período.

Extraído y adaptado de Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género de PAZ RODRÍGUEZ, J.I. y FERNÁNDEZ ZURBARÁN, P. (Instituto Andaluz de la Mujer. 2014)

EL PROCESO DE LA VIOLENCIA

La violencia de género se construye en un proceso que suele iniciarse desde los comienzos de la relación, en el noviazgo, si bien no es fácilmente reconocible por empezar con conductas manipuladoras y no agresivas.

Al principio los comportamientos del maltratador no son de violencia, sino de ir sembrando la desigualdad e ir creando las condiciones para asentar su dominio sobre la mujer.

Más adelante, cuando el dominio está bien cimentado se iniciarán las conductas de violencia psíquica y, posteriormente, si él lo considerara necesario, las de violencia física.

Poco a poco se van sumando otros comportamientos y actitudes (que en muchas ocasiones no son identificadas por la mujer como acciones de violencia psicológica, sino que las interpreta como manifestaciones propias del carácter de él) que le van dañando y le van generando una fuerte dependencia emocional.

Podemos plantear un esquema del proceso mediante el que se construye la violencia de género en las parejas:



Todas las fases y comportamientos son dañinos para la mujer que los sufre, pero mientras más avance en este proceso más daños tendrá.

Algunos ejemplos de actitudes y comportamientos en este proceso:

COMPORTAMIENTOS Y ACTITUDES FAVORECEDORES DEL AISLAMIENTO

Van encaminados a limitar, entorpecer, o evitar las relaciones de la mujer con otras personas, deteriorando o destruyendo sus redes sociales.

Ejemplo de estas actitudes y comportamientos serían:

- + Utilización de los celos para aislar: se muestra muy celoso y sospecha de todas las personas que están cerca de ella; Aunque no lo prohíba directamente, no quiere que estudie, que salga con sus amistades...
- + Cuestiona sistemáticamente de forma directa o indirecta todas las amistades y relaciones de ella, así como sus aficiones o las actividades que realiza.
- + Descalifica permanentemente a las amistades de ella, argumentando reiteradamente que no son de fiar, que la critican, que no la aprecian realmente, que intentan aprovecharse de ella, etc. Esto acaba por provocar enfrentamientos de la mujer con su familia y con sus amigas y amigos.
- + Mantiene conductas que provocan en la mujer sentimientos de humillación cuando familiares, y sobre todo amistades están con ellos. Por ejemplo crea repetidamente situaciones desagradables o violentas en fiestas, celebraciones sociales o reuniones familiares y de amigos, etc.
- + La convence de que nadie la va a creer o a apoyar.
- + Se enfada por el uso que ella hace del móvil, del correo electrónico, de las redes sociales...
- + La convence de que es tan deseable que no puede evitar sentir celos de los demás, que tiene miedo de que le pase algo y por eso quiere estar siempre con ella o quiere saber siempre dónde está. Considera, y así se lo hace saber, que la relación entre ellos es tan especial, tan única, que nadie puede opinar sobre ella ya que nadie los va a entender.

COMPORTAMIENTOS Y ACTITUDES DE CONTROL

El control puede ejercerse de forma directa, mediante prohibiciones o de forma indirecta: si ella por ejemplo usa una ropa que él no aprueba no le dice que se la quite, pero se enoja o deja de hablarle, o haciéndole sentir que con esa vestimenta está fea, o que le hace parecer más gorda, más bajita, desgarbada, etc.

- + Quiere controlar lo que hace, a quién ve, con quién habla y a dónde va.
- + Decide sobre su ropa, sus relaciones o sus actividades, primero convenciéndola y después controlando o prohibiendo explícitamente.
- + La vigila para controlarla justificándose en que la quiere proteger.
- + Conductas de intrusión: se presenta en las reuniones sociales, de amistades o familiares de ella sin ser invitado y sin avisar, aunque ella no quiera, cuestionando que si ella verdaderamente lo quisiera no lo haría.
- + Actúa como el amo de la relación, decidiendo sobre lo que puede hacer o no.
- + Utiliza la amenaza (velada o explícita), la coacción, el chantaje afectivo, etc. para imponer su control.
- + Le llama o le pone mensajes continuamente o le obliga a que ella lo haga.
- + Revisa su bolso, ropa y otras pertenencias personales, revisa y controla su móvil, correo electrónico, cuentas en redes sociales, le exige la entrega de contraseñas de dichas cuentas, etc. Al principio lo hace sutilmente, refiriendo que son una pareja y que no deben existir secretos entre ellos, y posteriormente se lo exige.

DESVALORIZACIÓN, DESPRECIOS, HUMILLACIONES Y AGRESIÓN VERBAL

Son comportamientos y actitudes destinadas a quitarle valor a la mujer, a sus capacidades, opiniones, actuaciones, etc. que se emplean de forma repetida y sistemática.

La desvalorización se profundiza y adquiere un carácter hiriente y humillante para ella. Esto provoca que en la relación la mujer se vaya volviendo temerosa, ya que continuamente teme que él la hiera con sus comentarios. En una etapa más avanzada de la violencia esos desprecios y humillaciones él los realiza en público.

Esto contribuye a profundizar el aislamiento al provocar la inhibición de ella en sus relaciones sociales para que no la humille delante de otras personas.

Ejemplos de estas conductas serían:

- + Le reitera lo torpe, inútil y/o mala que es haciendo además que se sienta inferior.
- + La responsabiliza de sus fracasos o problemas.
- + Descalifica los estudios o actividades de ella. Ridiculiza sus gustos, aficiones y ocupaciones.
- + La culpabiliza de todos los problemas o circunstancias.
- + Se burla de sus sentimientos, razonamientos y actuaciones.
- + La ignora emocionalmente; ignora sus sentimientos o necesidades.
- + Se niega sistemáticamente a dialogar o discutir con ella, como mecanismo de imposición de sus criterios.
- + Realiza descalificaciones de ella ante amistades y familiares, (en ocasiones estas descalificaciones se realizan como pretendidas bromas).
- + Desvela intimidades ante otras personas.
- + La compara desfavorablemente con otras mujeres.
- + La llama con apodos despectivos o ridículos.
- + Ridiculiza sus ideas, creencias, opiniones o emociones. Emplea repetidamente un tono de voz muy elevado, o insultos, especialmente como mecanismo para imponerse en las discusiones.

ACUSACIONES Y RECRIMINACIONES

Emplea conductas y actitudes con los que repetidamente acusa a la mujer de las cuestiones más variadas, llegando a planteamientos que carecen de toda base lógica, pero que la afectan gravemente.

Frecuentemente, dichas acusaciones y recriminaciones la responsabilizan de la violencia sufrida (“me sacas de mis casillas, si no te comportaras así, yo no me pondría de esta forma...”). Esto provoca en ella sentimientos de autoculpa y contribuye al deterioro de su autoestima.

AMENAZAS E INTIMIDACIONES

El miedo es un sentimiento subjetivo, una persona puede temer algo que otras no teman. Las amenazas que paralizan a la mujer víctima de la violencia de género pueden no ser comprendidas por una persona ajena al proceso.

Por ejemplo, en muchas ocasiones el maltratador emplea de forma muy efectiva la amenaza de abandonarla; para alguien ajeno al proceso de violencia no sería una amenaza importante (incluso podría verse como algo positivo) pero para la mujer (que sufre la violencia y que ya padece la dependencia emocional que ésta provoca) puede ser una amenaza muy dañina.

- + La asusta con hacerle daño.
- + Le causa miedo con las miradas amenazantes y comportamientos agresivos.
- + La amenaza con terminar la relación, con suicidarse, con hacerse daño.
- + La amenaza con lo que podría ocurrir si ella no lo obedece, lo denuncia o busca apoyo.
- + Realiza conductas para atemorizarla: conducir de forma temeraria cuando ella va con él en el coche o en la moto, jugar con armas blancas, abandonarla en un lugar peligroso...
- + La amenaza con humillaciones públicas que deterioren su reputación: amenazarla con difundir imágenes o vídeos suyos de contenido sexual, difundir rumores acerca de su persona...

COMPORTAMIENTOS DE MALTRATO AMBIENTAL

Conductas de intimidación realizadas sobre el entorno físico:

- + Golpear paredes, muebles o puertas.
- + Romper objetos.
- + Arrojar objetos.
- + Comportamientos que realiza sobre el entorno de ella, sus bienes, su tiempo, sus intereses o sus circunstancias personales que propician el aislamiento, el control y el dominio.
- + Acoso telefónico.
- + Impide que duerma: la obliga a discutir o a escucharlo en horas habitualmente dedicadas al sueño, realiza repetidamente llamadas que perturban el sueño, despertarla repetidamente...
- + Se infringe daños o realiza conductas peligrosas para él mismo (consumir drogas, conducir bajo los efectos del alcohol, pelearse con otras personas), culpabilizándola a ella.
- + Dificulta la realización de estudios de ella: Quejarse continuamente de la dedicación de ella a estudiar o del tiempo que le ocupa, crear tensión o discusiones fuertes cuando ella va a tener un examen importante, utilizar los celos para que ella no vaya a clase...
- + Dificulta que ella pueda conseguir trabajo: quejarse continuamente de los horarios de trabajo o de la dedicación de ella al trabajo, (exigiendo actividades y horarios imposibles, planteando condiciones de trabajo imposibles de obtener, creando situaciones que la desestabilizan antes de entrevistas de trabajo u oposiciones), importuna permanentemente en su lugar de trabajo, logrando que la persona que la emplea prescindiera de ella...

COMPORTAMIENTOS Y ACTITUDES DE ABUSO EMOCIONAL

Son comportamientos y actitudes que se realizan sobre las personas, objetos, animales, etc. que tienen un especial valor afectivo o emocional para la mujer.

- + Ataca a las personas que ella quiere: insultos y ataques a sus amistades o familiares...
- + Destroza objetos que tienen un valor emocional para ella.
- + Le quita o rompe objetos personales (por ejemplo fotos o recuerdos de su infancia).
- + La insulta o la humilla delante de amistades o familiares, para que sea más dañino o avergonzante para ella.
- + La obliga a ser cómplice en actividades ilegales o la implica en estas actividades.
- + La amenaza con hacer daño a personas que ella quiere, como mecanismo para dañarla a ella.

ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS DE IMPOSICIÓN SEXUAL

Imponen el modelo de sexualidad de él sobre lo que ella desea o siente. Son conductas coercitivas y coactivas (no agresivas o violentas) y por ello no suelen ser reconocidas como indicadores de violencia sexual.

- + Amenaza con mantener relaciones sexuales con otras mujeres como mecanismo de coacción para que ella acceda a tener relaciones sexuales con él.
- + La acusa de que su comportamiento sexual no es normal, cuando ella no quiere tener relaciones sexuales (tildándola de frígida, adúltera o lesbiana, etc.) o llamándola ninfómana o puta cuando ella explicita deseos sexuales que él no comparte.
- + Amenaza con agredirla si no acepta las relaciones sexuales. La obliga a mantener relaciones sexuales en circunstancias desagradables para ella: tras una discusión humillante o una agresión, estando enferma, en espacios donde ella no desea, etc.
- + La obliga a realizar prácticas sexuales que ella siente como humillantes.
- + Impone la forma de las relaciones sexuales. Por ejemplo obligar a ver películas pornográficas, prácticas sexuales que ella no quiere, etc.). Obliga a que imite escenas pornográficas, impone prácticas sexuales que ella no quiere o ridiculiza las que ella demanda, etc.).
- + Impone cuándo se han de mantener relaciones sexuales, no pudiendo ella negarse ni tomar la iniciativa.
- + Amenaza con difundir imágenes o vídeos suyos de carácter sexual sin su consentimiento, como forma de controlarla y exigirle que siga obedeciendo a sus imposiciones.

VIOLENCIA PSICOLÓGICA

Cuando estas conductas (gritos e insultos, desprecios y humillaciones, acusaciones y recriminaciones, amenazas e intimidaciones, inducción del miedo, maltrato ambiental, abuso emocional y abuso sexual) se hacen habituales, se repiten y se sistematizan, convirtiéndose así en la forma de vivir la pareja, podemos asegurar que la mujer está sufriendo violencia psicológica.

La violencia psicológica provoca graves daños a quien la sufre, no sólo daños psicológicos o emocionales, sino también físicos por la somatización de la tensión, la ansiedad, la angustia y el miedo, generando enfermedades y pudiendo provocar incluso intentos de suicidio.

VIOLENCIA FÍSICA

En algunas ocasiones, si la mujer aún no “acepta” o aún “se resiste” al dominio de él, su pareja puede emplear la violencia física, incluso en sus formas más graves.

La violencia física puede aparecer también en etapas tempranas del proceso, como forma de atemorizar a la mujer y hacer “más fácil” y efectivo todo el proceso de dominio.

Algunas de estas conductas pueden ser: zarandeos, empujones, pellizcos, escupir, patear, tirar del pelo, dar puñetazos o arrastrar por el suelo.

CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

El efecto combinado del ciclo y el proceso de la violencia puede provocar en la mujer que los sufre:

- + Graves daños en todas las áreas de su persona: social, comportamental, afectivo-relacional, salud física y mental, sexual, laboral e intelectual. Pocas formas de violencia son capaces de afectar a tantas áreas de la persona que la sufre.
- + Anulación de la personalidad: ella ha perdido redes sociales, autoestima, habilidades sociales, siente autculpa, está acostumbrada a ceder, a que la insulten o humillen, ha sido agredida psicológica, sexual e incluso físicamente. Todo esto provoca un proceso de anulación como persona, que afecta muy gravemente a la personalidad e identidad de la mujer que sufre la violencia. Esta anulación de la personalidad hace que no pueda comportarse, reaccionar o defenderse como harían otras personas.
- + Vínculo traumático, con fuerte dependencia emocional hacia el maltratador: el efecto combinado del ciclo y del proceso de la violencia genera un vínculo traumático que mantiene atrapada a la mujer, que no puede romper esta dinámica una vez que se instala en la relación. Ella padece una fortísima dependencia emocional hacia él (provocada paradójicamente por el daño que le ha causado) que le impide abandonar la relación.

Extraído y adaptado de Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género de PAZ RODRÍGUEZ, J.I. y FERNÁNDEZ ZURBARÁN, P. (Instituto Andaluz de la Mujer. 2014)
CUESTIONARIO

CUESTIONARIO

Este cuestionario no es un instrumento estandarizado para la detección de la violencia de género (al estilo de “a partir de X respuestas positivas, existe violencia en esa relación”). Se trata de una herramienta para favorecer la detección y animar el debate en los grupos. Se puede pedir a las/os integrantes del grupo que lo contesten individualmente y después comentarlo grupalmente o ir leyéndolo en grupo e ir discutiendo y acordando las respuestas.

CUESTIONARIO

Contesta a las siguientes preguntas poniendo una X en la opción que mejor describa lo que creéis que le está pasando a vuestra amiga, compañera, etc.

1. ¿Crees que ha cambiado su manera de vestir y/o arreglarse desde que está con su pareja?
 SI NO
2. ¿Cada vez sale menos con vosotr@s, os llama menos, pone excusas cuando la invitáis?
 SI NO
3. ¿Ha dejado de realizar actividades de ocio o de deporte que le gustaban?
 SI NO
4. ¿Piensas que su pareja le controla el móvil, Whatsapp, Facebook...?
 SI NO
5. ¿Veis que se pone nerviosa cuando su pareja la llama o le escribe en Whatsapp?
¿Que es incapaz de no responderle?
 SI NO
6. ¿Habéis tenido discusiones con ella ocasionadas por provocaciones de él?
(directa o indirectamente)
 SI NO
7. ¿Has observado alguna marca o moratón que ella intente ocultar o no tenga explicación coherente para su causa?
 SI NO
8. ¿Le grita en público por algo que dice que ha hecho mal?
 SI NO

9. ¿Crees que va cambiando sus gustos y aficiones por las de él?
 SI NO
10. ¿Crees que ha bajado su rendimiento en sus estudios? ¿Ha manifestado que quiere dejar de estudiar?
 SI NO
11. ¿Tiene repentinos cambios de humor sin causa aparente?
 SI NO
12. ¿Parece que su pareja es quien decide todo en esa relación: aficiones, salidas, amistades....?
 SI NO
13. ¿Piensas que está controlada por él?
 SI NO
14. ¿"Rompen" y se reconcilian con mucha frecuencia?
 SI NO
15. ¿Piensas que él decide cuando y dónde salen en pareja, dejándola plantada cuando a él le parece?
 SI NO
16. ¿Parece que ella está siempre pendiente de "agradarle"? (de forma poco natural).
 SI NO
17. ¿Parece que ella está siempre pendiente de "no enfadarle"? (de forma poco natural).
 SI NO
18. ¿Te culpa de los problemas que tenéis y te convence de que eres responsable de ellos?
 SI NO
19. ¿Crees que su pareja le ha puesto en contra de familiares y amigos y amigas sin razón aparente, intentando aislarla de ellos/as?
 SI NO
20. Cuando ella no quiere hacer algo, ¿su pareja le amenaza con dejarla?
 SI NO
21. ¿Le acusa constantemente de "coquetear" con otros chicos?
 SI NO
22. ¿Su pareja hace comentarios crueles sobre ella, disfrazándolos de bromas?
 SI NO

23. ¿Su pareja le prohíbe o intenta impedir que estudie, que trabaje o que se relacione con determinada gente?
 SI NO

24. ¿Ha comentado que su pareja la presiona para mantener relaciones sexuales y la acusa de anticuada o de no quererle si no lo hace?
 SI NO

25. ¿Su pareja hace cosas que le prohíbe hacer a ella?
 SI NO

Elaborado por Juan Ignacio Paz Rodríguez.

RECURSOS PARA AMPLIAR Y PROFUNDIZAR

Abre los ojos, el amor no es ciego

Carmen Ruiz Repullo. Cuaderno editado por el Instituto Andaluz de la Mujer, 2009

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelajuventud/sites/miraporlaigualdad/images/descargas/Abre%20los%20ojos.pdf>

Guía de los Buenos Amores

Joaquín Montaner. Consejo de la Juventud de Navarra, 2010.

<http://www.joaquimontaner.net/Saco/guiadelosbuenosamores.pdf>

La construcción social de las relaciones amorosas y sexuales en la adolescencia.

Carmen Ruiz Repullo. Editada por Diputación Provincial de Jaén. 2014

https://www.dipujaen.es/export/sites/default/galerias/galeriaDescargas/diputacion/dipujaen/igualdad-bienestar-social/centro-documental/LE-9_-_La_construccion_social_de_la_relaciones_sexuales_y_amorosas_en_la_adolescencia.pdf

Manual de formación Youth4Youth. Programa de sensibilización, formación y educación entre iguales en entornos de educación formal y no formal

<http://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3869&tipo=documento>

Pillada por ti, comic para prevención y detección de violencia de género

Cristina Durán y Miguel Ángel Giner. Delegación del Gobierno para la Violencia de Género, 2011.

<http://www.violenciagenero.msssi.gob.es/sensibilizacionConcienciacion/campannas/otromaterialGobierno/comics/docs/castellano.pdf>

Programa de promoción de las relaciones igualitarias VIRAJ

<https://www.viraj.ulaval.ca/sites/viraj.ulaval.ca/files/viraj-espanol.pdf>

Trátame bien

Fernando Gálligo Estévez. Instituto Andaluz de la Mujer, 2010

http://www.aulaviolenciadegeneroenlocal.es/consejosescolares/archivos/Tratame_bien_coeducacion.pdf

VÍDEOS

Cortometraje “Contigo estoy”

Cortometraje realizado para el curso “Red Ciudadana de Voluntariado para la detección y apoyo a las víctimas de Violencia de Género en la Universidad de Sevilla”.

<http://institucional.us.es/vgenero/cortometraje-contigo-estoy/>

Cortometraje “Pero si yo no le he hecho nada”

<https://youtu.be/5Lbroj-TnAY>

El amor no duele

<https://youtu.be/g5JTceYIHRE>

Espejo De Realidad. Violencia de Género. Adolescentes

<https://youtu.be/9q2QfDAUTXk>

Micromachismos. ¿Qué me pongo_3_3

<https://youtu.be/g-AkphvsQ2c>

Violencia de Genero, TASOCITOS 2013-2014

<https://youtu.be/QWDolJCLu1w>

OTROS RECURSOS

Blog Mi novio me controla

<http://minoviomecontrola.com/>

APP DetectAmor

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/index.php/areas-tematicas-coeducacion/app-detectamor>