

GUÍA PRÁCTICA

**Cómo prevenir e identificar
la violencia de género
en la adolescencia**

Dirigida a familias



*Esta Guía ha sido subvencionada por la
Delegación de la Mujer del Excmo.
Ayuntamiento de Alhaurín de la Torre.*



Elaborada
POR:
Attycasgenus 

© Copyright 2023
Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, difundir, o en cualquier modo
explotar cualquier parte de esta Guía, con fines lucrativos. Será exclusivamente para
fines educativos e informativos.

**¿Y si nuestra
hija está siendo
víctima de
violencia de
género?**



Índice

1

Introducción

2

La adolescencia, esa maravillosa etapa de la vida

3

Qué es la violencia de género y cómo detectarla en la adolescencia

4

Testimonio real de una adolescente víctima de violencia: ¿Por qué a mí?

5

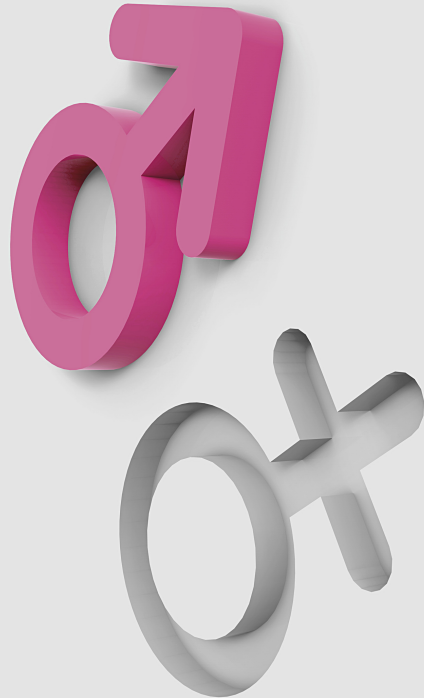
Indicios de maltrato en relaciones de pareja durante la adolescencia

6

Bibliografía



1. INTRODUCCIÓN



La adolescencia es una etapa crucial del ciclo vital, ya que las personas atravesamos profundos cambios que nos permiten evolucionar de la infancia a la edad adulta.

En la adolescencia se atraviesa por una serie de etapas en las que podemos pasar del llanto a la risa, de la euforia al cansancio y del amor al odio en un abrir y cerrar de ojos.

Sin embargo, pese a la confusión que nos pueden llegar a producir dichos cambios, estos son claves para el proceso de maduración personal.





1. INTRODUCCIÓN

La guía que presentamos nos hará reflexionar sobre la **Violencia de Género en la etapa de la adolescencia** y cómo es necesario tomar medidas para concienciar a la juventud.

La Violencia de Género es uno de los problemas más graves a los que nos enfrentamos en esta etapa y por eso, el papel de la **prevención** es clave con el fin de **detectar los primeros indicios** de este tipo de relaciones nocivas. El objetivo primordial de esta guía será **identificar las situaciones** de violencia de género en las relaciones sexuales, integrar en la adolescencia **actitudes de rechazo** ante la violencia de género e **influir de forma positiva** en los comportamientos en la juventud en cuanto a sus relaciones.



2. LA ADOLESCENCIA, ESA MARAVILLOSA ETAPA DE LA VIDA

**2.1. Concepto
de amor y
enamoramamiento**

**2.2. Los mitos del
amor romántico**

**2.3. El amor y la
violencia;
creencias
distorsionadas**



2.1. CONCEPTO DE AMOR Y ENAMORAMIENTO

El amor y enamoramiento son conceptos que tienden a confundirse en todas las etapas de la vida y es en la adolescencia donde más **confusiones** pueden producirse.

Aunque son emociones muy parecidas, existen grandes **diferencias** que debemos conocer. Antes de analizar las diferencias que pueden existir entre amor y enamoramiento, debemos conocer la **definición** de cada uno de estos conceptos:



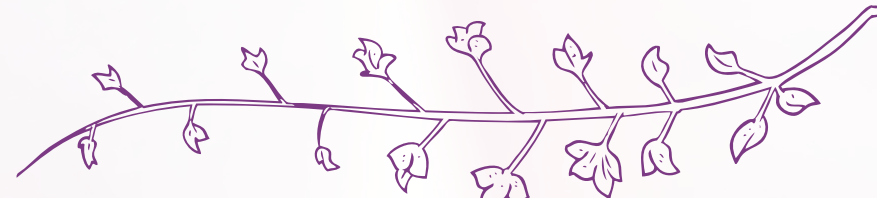
2.1. CONCEPTO DE AMOR Y ENAMORAMIENTO



ENAMORAMIENTO:

Es un **estado de felicidad instantánea**, pasional, desbordante, incontenible e irracional que nos conecta con una sensación de profunda plenitud. Se considera que el enamoramiento es la **primera fase** de una relación amorosa, se caracteriza por tener las “típicas mariposas” en el estómago, el **deseo irrefrenable de estar con la otra persona**, etc. En esta etapa solo se conoce la parte “bonita” de las personas. Pasado el tiempo, todas estas emociones irán desapareciendo y será cuando o bien se establezcan dando lugar a una relación sana o bien la relación finalice debido a expectativas idealizadas.

Una de las grandes diferencias existentes entre el amor y el enamoramiento es la **idealización de la persona**, mientras que en el enamoramiento la persona implicada ve a su enamorado/a como la “persona ideal”, en el amor se acepta a la otra persona como es, con sus defectos y virtudes.





2.2. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

Existen muchas creencias irracionales acerca del amor y de cómo debe ser una relación de pareja. **Las expectativas** que crean estas ideas son uno de los motivos por los que se puede generar la violencia dentro dentro de la relación sexo-afectiva.

Identificar los mitos del amor romántico nos ayudará a prevenir las relaciones tóxicas basadas en la **desigualdad** entre la pareja.

En la adolescencia, los **medios de comunicación**, las **redes sociales** e incluso la música nos venden un **amor mitificado e irreal**.



2.2. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



EL AMOR LO PUEDE TODO:

La creencia de que el amor es una **fuerza que mueve montañas** y que con amor todo se puede superar, es una visión consolidada en nuestra sociedad. La creencia de que el amor **hará cambiar a la otra persona y** sus conductas tóxicas, es una idea muy peligrosa, ya que en muchas ocasiones esta es la razón por las que podemos involucrarnos en una relación dañina e insana.

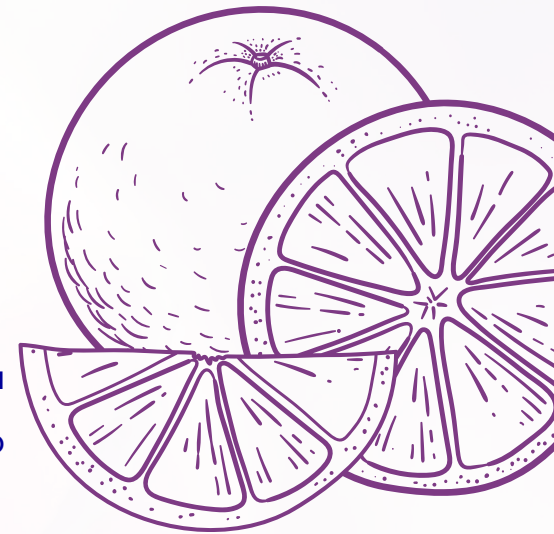
2.2. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

EL MITO DE LA MEDIA NARANJA:

Esta visión de las relaciones amorosas nos lleva a considerar a nuestra pareja como **una extensión del propio cuerpo**, algo sin lo que no podemos funcionar bien, ya que **no estamos completos**.

La imagen de la **media naranja** no solo sirve para poner en duda nuestra autonomía, criterio y validez personal, sino que además, deshumaniza a la otra persona, convirtiéndola en un sujeto capaz de **satisfacer todas nuestras necesidades**.

Cuando tenemos la creencia de que la media naranja existe y de que podremos encontrar a alguien que nos complementará a la perfección, vamos a exigirle a nuestra relación de pareja que **encaje de una forma perfecta**. Esta idealización podrá ocurrir en la fase del enamoramiento, cuando aún no conocemos plenamente a la otra persona, pero se desvanecerá y nos causará un **sentimiento de pérdida** cuando llegue la rutina.



2.2. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

EL AMOR ES ENTREGA TOTAL E INCONDICIONAL:

Si por amor aceptas todo sin condiciones y justificas las conductas inapropiadas de tu pareja, te **estarás olvidando totalmente de ti**. Las conductas delictivas, que te pongan en riesgo o te hagan sentir incómoda/o son **incompatibles con el amor**.

Cuando basamos una relación amorosa en las expectativas que nos crean los mitos del amor romántico y llega la **ruptura**, el **golpe emocional** va a ser más fuerte. La sensación de que te quedas sin nada, puede llevarte a una recuperación larga y dolorosa.

Las expectativas que formamos ante nuestra pareja, los mitos y las creencias irracionales pueden provocar una **gran ansiedad** y crear muchas **decepciones**.

- **¿Y si he dejado escapar el tren y ha sido mi única oportunidad de ser feliz?**
- **¿Por qué mi pareja no responde a mis necesidades?**
- **¿Por qué aún no he encontrado a mi media naranja?**



2.3. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

EL AMOR Y LA VIOLENCIA; CREENCIAS DISTORSIONADAS.

La violencia y el abuso en las relaciones de noviazgo de parejas jóvenes constituyen un problema frecuente y preocupante. Existen una serie de creencias distorsionadas acerca de qué conductas son válidas en una relación. En muchas ocasiones en la adolescencia se normalizan algunos comportamientos tóxicos.

Algunas de estas creencias distorsionadas son:

CREENCIA:

“Si no siente celos es que no te quiere”.

REALIDAD:

Los celos solo muestran inseguridad y posesión, el sentirlos no siempre está mal, lo importante es saberlos manejar y demostrar de manera prudente.

2.3. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



CREENCIA:

“Tener relaciones sexuales fortalecerá la relación”.

REALIDAD:

Tener relaciones sexuales con amor, seguridad y responsabilidad es un punto importante en una relación, pero no siempre el tenerlas indica que una relación funcionará mejor.



2.3. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



CREENCIA:

“En una relación de noviazgo no existe violación”.

REALIDAD:

Tener relaciones sexuales con una mujer sin su consentimiento es violación, aunque sea amiga, novia o esposa. Una violación no es determinada por el tipo de relación, sino por la falta de consentimiento para la actividad sexual.

2.3. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



CREENCIA:

“La violencia en las parejas se resuelve sin ayuda de otras personas”.



REALIDAD:

La violencia en la pareja no es un acto solo privado, ya que tiene consecuencias sociales muy graves. Una actitud de autosuficiencia en estas situaciones es contraproducente.

Si alguien se encontrara en una relación abusiva, tendría que ser capaz de pedir ayuda.



2.3. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



CREENCIA:

“Los hombres son violentos por naturaleza”.



REALIDAD:

Los hombres aprenden a ser violentos por ciertos mensajes sociales y familiares. La violencia es una manera en que algunos hombres resuelven conflictos y establecen control y dominio sobre otra persona.



2.3. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



CREENCIA:

“En el fondo, a las mujeres les gusta las conductas posesivas”



REALIDAD:

Ni a hombres ni a mujeres nos gusta estar en una relación en la que nos traten mal, pero tenemos que ser conscientes de que hay diversas razones emocionales, económicas, sociales, culturales, etc., por las cuales una persona se queda en una relación posesiva.



2.3. LOS MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO

Es necesario **desmitificar las creencias** que la juventud tiene acerca de lo que es correcto en una relación de pareja. En muchas ocasiones se **normaliza** algunas de estas creencias, convirtiendo las relaciones en **tóxicas y peligrosas**.



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

3.1. Concepto

2.2. Diferentes tipos de violencia

2.3. La escalera de la Violencia de Género



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA



3.1. CONCEPTO

La Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, define en su artículo 1 la violencia de género como:

- Manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, y que 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.
- Comprende todo acto de violencia física y psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de libertad.”
- Comprende la violencia que con el objetivo de causar perjuicio o daño a las mujeres se ejerza sobre sus familiares o allegados menores de edad por parte de las personas indicadas en el primer apartado.



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

3.1. CONCEPTO

Trabajar desde la prevención y la sensibilización en la adolescencia nos va a permitir cimentar el **camino hacia la igualdad** entre mujeres y hombres.

En las adolescentes, la violencia de género se manifiesta en forma de **abuso verbal**, más tarde **psicológico** y en menor medida **económico, sexual o físico**. Muchas adolescentes sufren acoso a través del **móvil o de las redes sociales**.

En la mayoría de los casos, las adolescentes no identifican estas conductas como muestra de violencia, sino que tienden a **justificarlas**. Muchas jóvenes confunden el **acoso**, con interés o con amor. De ahí la importancia de una satisfactoria **educación sexual** en edades tempranas, para prevenir futuros casos de violencia machista.

3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

3.2. Diferentes tipos de violencia

Los tipos de violencia podemos clasificarlas en:



Física
Sexual
Intimidación

Humillación
Nuevas tecnologías
Culpabilización
Aislamiento
Control



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

Física: Incluye todas aquellas conductas que implican hacer **uso de la fuerza**, ya sea dañando a la pareja directamente (por ejemplo, golpeándola o hiriéndola con objetos) o a través de cosas que son importantes para ella.

Sexual: Se refiere a todas las conductas que **atentan contra la libertad sexual** de la pareja, presionándola a tener comportamientos sexuales que no desea. Por ejemplo, forzar a la pareja a desnudarse cuando no quiere.

Intimidación: Conductas explícitas que son realizadas con el objetivo de **forzar la voluntad** de la pareja como, por ejemplo, amenazar con el suicidio en caso de abandono por parte de la otra persona.



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA



Humillación:

Incluye todos aquellos comportamientos que **denigran** a la pareja y ocasionan una **merma de su autoestima** como, por ejemplo, insultarle en presencia de otros/as.

A través de las nuevas tecnologías:

A través de las nuevas tecnologías la forma de ejercer violencia ha pasado de un plano físico a un plano **tecnológico**, con las nuevas tecnologías favorecemos el control y el **seguimiento de las relaciones**.

Culpabilización:

Consiste en culpar a la víctima de una conducta que es la que va a favorecer la violencia, hacerla sentir **culpable** de lo que está ocurriendo. Por ejemplo, cuando un chico le dice a una chica: “si no te hubieras puesto una falda tan corta, no tendría que haberme peleado con nadie”. Si el chico se ha peleado es por sus celos y por su comportamiento de control, no por cómo se vista ella.



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

Aislamiento:

Se refiere a la forma que tiene el agresor de **aislar a la víctima de todo y todas las personas** que le rodeaban antes de comenzar la relación, **separarla de sus amistades, familiares**, etc. para que así termine dependiendo solo de él.

Control:

El control se puede ejercer en todos los ámbitos, desde el **control en la forma de vestir**, en la relación con las demás personas, incluso en **el trabajo o los estudios**, dando lugar al control económico.



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA



3.3. La escalera de la Violencia de Género

La violencia de género no es algo que surja de repente, sino **algo cíclico**, que se va **cimentando poco a poco**.

En 2016 se publicó un estudio de la socióloga Carmen Ruíz Repullo titulado “Voces tras los datos. Una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes”, donde se explica de manera concisa **cuales son las señales** que pueden indicarnos que se está sufriendo violencia de género.

A través del estudio de numerosos casos, Carmen Ruíz Repullo describió el camino que sigue la violencia de género en las relaciones adolescentes. Para ilustrar este proceso, utilizó la **imagen de una escalera**:

3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

3.3. La escalera de la Violencia de Género



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

3.3. La escalera de la Violencia de Género

Es clave que expliquemos a la juventud que la violencia de género **no es un suceso, sino un proceso**, algo que se va **produciendo paulatinamente**, por lo que es muy importante **estar alerta**, especialmente ante los comportamientos que se malinterpretan como muestras de amor, por ejemplo, los **celos**. (Consultar “Pepa y Pepe”, la escalera cíclica de la violencia de género en la adolescencia: <https://www.youtube.com/watch?v=IpaabDdQNO8>).

Para poder comprender la dinámica de la violencia en la pareja es necesario considerar dos factores: **su carácter cíclico y su intensidad creciente**. Con relación a su carácter cíclico, Lenore Walker (1979) ha descrito las **tres fases o etapas** que constituyen el ciclo de la violencia:



3. QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO DETECTARLA EN LA ADOLESCENCIA

1. Fase de acumulación de tensión

Se produce una sucesión de pequeños episodios que llevan a **roces permanentes** entre los miembros de la pareja, con un **incremento constante de la ansiedad y la hostilidad.**

2. Fase de episodio agudo

Toda la tensión que se había venido acumulando da lugar a una **explosión de violencia** que puede variar en su gravedad y puede ir desde un empujón hasta el **homicidio.**

3. Fase de luna de miel

Se produce el **arrepentimiento**, a veces instantáneo, seguido de un periodo de **disculpas y promesas** asegurando que nunca más volverá a ocurrir.

3.4. Ciclos de la violencia





Testimonio real
de una
adolescente
víctima de
violencia de
género

¿Por qué a mí?



Ufff, no sé por dónde comenzar, me cuesta tanto hablar, estoy tan avergonzada, me siento tan culpable, algo he hecho mal, estoy segura.

Comencé a salir con un chico, él tenía 15 años y yo 13 recién cumplidos, vaya tonto que llevábamos, él me hacía sentir segura, porque me protegía.

Bueno, o eso creía yo, a esa edad. Hoy tengo 17 y quizás consentí todo lo que pasó, cuántas veces me he preguntado ¿En qué he fallado?

Yo era la envidia de muchas chicas, o así lo sentía yo, él medía casi 1.80 cm, guapo, ojos verdes, una espalda que quita el hipo. Yo, que no llego al 1.60 cm, delgadita, pero de cara no soy muy fea, la verdad.

Cuántas veces las envidiosas me han dicho: anda que lo ibas a dejar escapar, le has dado pronto lo que quería!





Anda y que les den, yo no hacía caso, yo estaba segura de su amor, de cómo me protegía, de que sentía celos cuando hablaba con otros amigos, eso es bueno, claro que sí. ¡Qué contenta estaba! Me hacía sentir única cuando me apartaba y me decía que sólo era para él.

Así pasaron los años. A veces, reconozco que me sentía un poco agobiada, vigilada, bueno diría yo, que demasiado vigilada. Las llamadas eran continuas, ¿Dónde estás? ¿Con quién has salido? ¿Qué te has puesto? Confieso que alguna vez sentía hasta presión en el pecho, pero en ningún momento pensé en dejar la relación.

Un día, una amiga me llamó, ya hacía mucho tiempo que no nos veíamos, nos conocemos desde infantil, pero nos seguimos por Instagram. La he considerado siempre una niña muy sincera, muy clara y muy directa, así que fue al grano rápidamente.

¿Tu sales con fulanito? Si, claro, le respondí.

He visto una foto vuestra, a ver, te aviso que este chico comenzó a hablarme por privado, y que hemos quedado este finde para vernos.



De repente, se me cogió un nudo en la garganta que no pude decir nada, ella seguía hablando y preguntándome cuánto tiempo llevaba con él y yo que sé cuántas más preguntas, porque yo estaba tan bloqueada que sólo escuchaba un murmullo en mi oído.

Esa noche quedé con él, pero no me atreví a preguntarle nada, pero él comenzó a decirme: “vaya falda que llevas hoy, cada vez te la pones más corta, sólo te gusta ir provocando” “si sabes que no me gusta, te lo he dicho mil veces”.

Ese tono con el que me habló provocó en mí una rabia, que le grité y le dije ¿Quién eres tú para decirme qué tengo que ponerme? Me he enterado que estás quedando con una chica y que la vas a ver este fin de semana, eres un pedazo de... No terminé la frase cuando con toda su fuerza me dio un fuerte golpe en la cara, me cogió de los pelos, y me dijo: “Venga termina la frase, si eres capaz”.

Me dio un empujón y caí al suelo, no puedo decir cuánto estuve allí tendida, porque perdí la noción del tiempo. A esa hora poca gente pasaba por allí, así que quizás nadie me vio.



Cuando me levanté, empecé a caminar, tampoco sé cuánto tiempo estuve caminando, pero seguro que varias horas, no podía creer lo que me había sucedido. Pero si me quería, si siempre estaba pendiente de mí... ¿Qué había pasado?

Me siento avergonzada, no me siento con fuerzas de contarle a nadie lo que ha pasado... ¿Qué voy a hacer sin él? Me tranquilizaría desaparecer para siempre, no puedo vivir así, no puedo enfrentarme a él, tengo miedo, tengo mucho miedo.

Necesito que alguien pueda comprender mi situación y que me ayude, por favor.



5. INDICIOS QUE PODRÍAN SIGNIFICAR MALTRATO EN LA ETAPA DE RELACIÓN DE PAREJA DE LA ADOLESCENTE

5.1. Normalización de situaciones que pueden ser expresión de violencia de género

En la adolescencia se tiene la creencia de que la violencia de género sólo se da en personas mayores. La gran mayoría lo expresa como un problema que comienza a partir de los 30 o 40 años, edad que ven muy lejana.

La mayoría de los varones piensa que es un problema que no se da en la juventud, que se da en mujeres casadas y mayores.

Ambos sexos sin embargo tienen la creencia de que los varones tienen dificultad para controlar su agresividad, y que esto es una cuestión hormonal.

Es interesante el hecho de que muchos chicos piensen que los celos son un reflejo del afecto o amor hacia la persona, idea que no comparten sus compañeras.

La juventud tiene la creencia de que la violencia es algo relacionado con las personas mayores y no ven que en ocasiones están sufriendo o son causantes de malos tratos, por lo que debe preocuparnos, ya que se ha normalizado y aceptado dentro de las posibles actitudes en su relación de pareja.

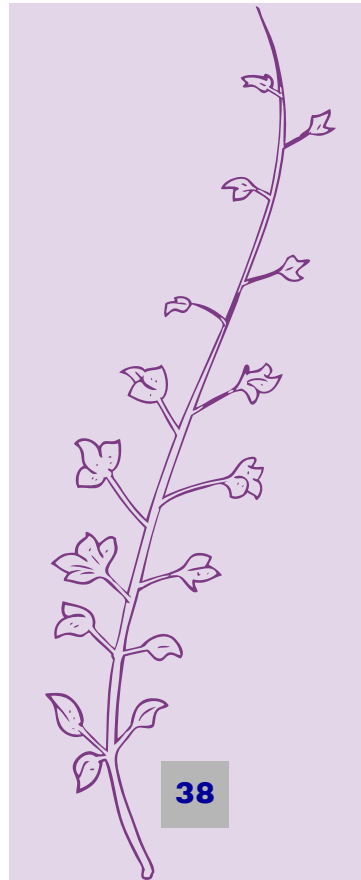


5. INDICIOS QUE PODRÍAN SIGNIFICAR MALTRATO EN LA ETAPA DE RELACIÓN DE PAREJA DE LA ADOLESCENTE

5.2. Indicios de violencia que se pueden advertir en la relación de pareja


Algunas de las situaciones que podemos observar en la relación de pareja y que nos pueden llevar a pensar que pueden ser indicios de violencia de género son:

- Abusos verbales y emocionales.
- Recibir insultos, desprecios o burlas.
- Expresión beligerante de celos y desconfianza.
- Humillaciones ante otras personas.
- Amenazas de agresión física.
- Contacto sexual no deseado, forzar a determinados juegos sexuales.
- Control de las llamadas del móvil, acceder a las cuentas personales en redes sociales, sustraer las contraseñas.
- Llamadas constantes para saber dónde y con quien se encuentra.



- Controlar la forma de vestir, el pelo, el maquillaje.
- Controlar el aspecto físico, manipular sobre la propia percepción del cuerpo: “Estás muy gorda”. “Deberías tener más pecho – o menos pecho–”.
- Darle empujones, pellizcos, tirones de pelo.
- Apartarla de alguna amiga o amigo. Hablar mal, malmeter contra personas importantes para ella.

5. INDICIOS QUE PODRÍAN SIGNIFICAR MALTRATO EN LA ETAPA DE RELACIÓN DE PAREJA DE LA ADOLESCENTE

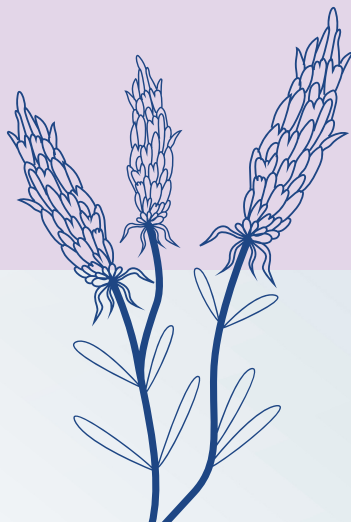


5.3. Indicios que podemos observar en la víctima

- **Cambios en el estado de ánimo** de manera persistente. Signos de llorar con frecuencia.
- **Percibir tensión, inquietud, azoramiento**, sobre todo en ciertas situaciones: sobresaltarse cuando suena el móvil, titubear cuando les invitan amigos a salir...
- **Alejarse de las amistades** de siempre.
- **Problemas académicos.**
- **Consumo** abusivo de **sustancias.**
- **Aumento del uso del móvil** para responder de forma inmediata a la pareja, mostrando que es una especie de obligación ineludible.
- **Contravenir normas y hábitos de la familia** (comer juntos en determinadas fechas, etc.), aludiendo a que su pareja se enfadaría sino lo hiciera de ese modo.

5. INDICIOS QUE PODRÍAN SIGNIFICAR MALTRATO EN LA ETAPA DE RELACIÓN DE PAREJA DE LA ADOLESCENTE

5.3. Indicios que podemos observar en la víctima



- **Discusiones, rupturas temporales,** idas y venidas...
- **Mostrar baja autoestima** y percepción de valía.
- **Empezar a vestir, peinarse o maquillarse** de un modo que parece no conectar con los propios gustos e inclinaciones.
- **Mencionar algún acontecimiento o acto que exprese falta de respeto** a su independencia y autonomía: revisar su móvil, revisar su bolso, entrar en alguna de sus cuentas de redes sociales, comentarios despectivos en redes sociales o grupos de Whatsapp comunes...
- **Indicios físicos de maltrato:** arañazos, moratones...



5.4. QUÉ NO HACER SI UNA ADOLESCENTE SUFRE VIOLENCIA DE GÉNERO



No utilizar expresiones y frases hechas.

“Con lo lista que tú eres, ¿Cómo puedes aguantar esas cosas?”

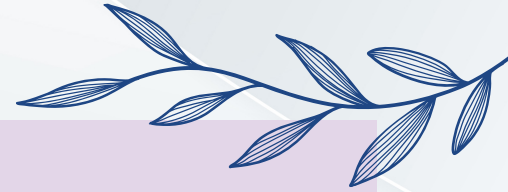
Estas frases fomentan el sentimiento de culpa y dirigen la responsabilidad hacia la víctima.

No apelar a la autoridad (los familiares) para que corten con esa relación.

Esta actitud no suele resolver la situación, ya que si la adolescente no se empodera, no adquiere consciencia, ni resuelve ella misma el conflicto, daría lugar a que continuara con la relación, incluso a escondidas.



5.4. QUÉ NO HACER SI UNA ADOLESCENTE SUFRE VIOLENCIA DE GÉNERO



No restar importancia a la situación.

“No pasa nada. Seguro que se arreglan las cosas”. “Bueno, sólo ha sido un par de veces. Es un crío”. A veces, por la incomodidad que genera en los familiares la situación, esperan a que el problema sea más acusado para posicionarse. Es importante ser coherentes y expresar que algo no está bien desde los primeros detalles, y no quitar gravedad a cualquier indicio, por infrecuente que sea al principio. Ayudaremos a prevenir y evitar una relación tóxica, en esa situación y en futuras elecciones de pareja.



No regañar, reprochar o enfadarse.

El objetivo de la familia es crear un entorno seguro y tranquilo en el que se pueda hablar y expresarse con libertad.

No cuestionar y dudar de lo que nos cuente.

“A lo mejor no lo has interpretado bien”.

“Siempre has sido una exagerada.

¿Seguro que es como lo estás contando?”

5.5. QUÉ HACER SI UNA ADOLESCENTE SUFRE VIOLENCIA DE GÉNERO

Respetar los tiempos.

Si no quiere hablar, dejar espacio para que lo haga de una manera espontánea sin sentir apremio.

La escucha activa y la empatía son esenciales.

Escuchar sin emitir juicios ni valoraciones, tratar de comprender sus lenguaje no verbal, y hacer un especial esfuerzo para ponerse en su lugar teniendo en cuenta la diferencia de edad y su situación vital.

No ejercer presión con tácticas o manipulación.

hablando mal de su pareja, sonsacando información. Tiene que sentir que su familia es un entorno seguro, un lugar al que acudir cuando tenga problemas. Si siente presión o miedo a represalias, percibirá más frágil este apoyo familiar y el agresor tendrá más control y poder.



5.5. QUÉ HACER SI UNA ADOLESCENTE SUFRE VIOLENCIA DE GÉNERO

Tener paciencia.

Queremos saber todos los detalles y tendremos muchas preguntas sin contestar, pero hay que intentar no avasallar, no hay que saberlo todo de golpe y hay que intentar no hacer preguntas inoportunas o íntimas, que puedan provocar la sensación de estar en un interrogatorio y propiciar un bloqueo en el diálogo.

Refuerza los esfuerzos y los avances.

Sea cual sea el momento en el se haya producido un diálogo, agradece que esté compartiendo esa intimidad contigo, que confíe en ti para que buscar soluciones juntos. Recuérdale que siempre estarás a su lado.



5.5. QUÉ HACER SI UNA ADOLESCENTE SUFRE VIOLENCIA DE GÉNERO

Expresa la convicción en la credibilidad de su relato.

Es imprescindible que sienta que todo lo que dice es escuchado y no se pone en tela de juicio. Hay que tratar de centrarse en el presente y en la situación.

No cuestionar su independencia y su capacidad de decisión. No decirle lo que tiene que hacer, con suficiencia o autoritarismo.



5.5. QUÉ HACER SI UNA ADOLESCENTE SUFRE VIOLENCIA DE GÉNERO

No incidir en los errores que pueda estar cometiendo.

En estas situaciones es normal que la adolescente sienta confusión, fragilidad, indefensión, miedos y muchos otros sentimientos encontrados... y en situaciones como esta, incluso más propicias, todos cometeríamos errores, como dejar la relación y volver a retomarla, una y otra vez. Es importante no hacer reproches y no enfocarse en los errores cometidos: “te dije que pasaría”. “No sé por qué has vuelto, estaba claro que lo volvería a hacer”. Hay que dejar clara la idea de que, decida lo que decida y pase lo que pase, siempre estarás cerca con un abrazo de seguridad y apoyo, sin juicios, ni presiones.



5.5. QUÉ HACER SI UNA ADOLESCENTE SUFRE VIOLENCIA DE GÉNERO

Ayúdala a resolver cuestiones prácticas.

Por ejemplo, explícale por qué es importante presentar una denuncia, haz los trámites con ella y acompáñala a presentarla. Revisa con ella si hay alguna posibilidad de que la hagan daño, por ejemplo, con fotografías comprometidas, o con cuentas de redes sociales, etc., y ayúdala a prevenir estas contingencias.

Contad con un profesional de la Psicología.

En este tipo de situaciones es fundamental realizar una valoración y seguimiento por parte de una psicóloga o un psicólogo formado en violencia de género en adolescencia, para que valore el estado emocional y para que trabaje aspectos referidos a las ideas y creencias, los pensamientos, las interpretaciones, los comportamientos... y todos los aspectos psicológicos que intervienen en estas situaciones.





Centro Municipal de Información a la mujer de Alhaurín de la Torre.

Información: 952 960 376
Asesoría jurídica: 662 634 306
mujer@alhaurindelatorre.es

6. SERVICIOS PARA LA ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE LA GÉNERO Y PERSONAS DE SU ENTORNO



Centro Salud Alhaurín de la Torre:

951 770 137



Emergencias 24 horas Junta de Andalucía: 900 200 999
Emergencias Servicio Igualdad Diputación: 900 771 177
Emergencias V.G: 016
Emergencias Andalucía: 112



Policía Local:
Guardia Civil:

952 410 800
952 410 008



7. RECURSO DESCARGABLE

Iniciativa promovida por el Ayuntamiento de Alhaurín de la Torre

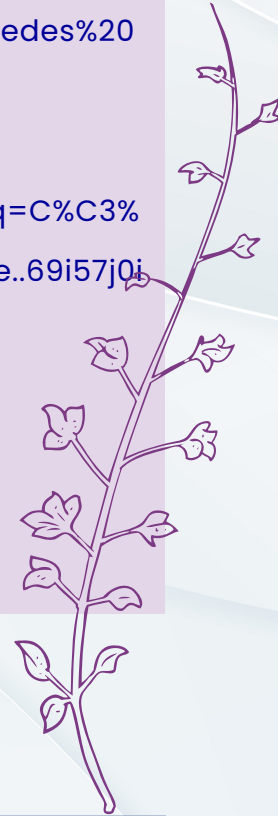
El Ayuntamiento de Alhaurín de la Torre reafirma su compromiso con la erradicación de la violencia de género, ofreciendo esta guía para familias, a fin de facilitar su detección y prevención.

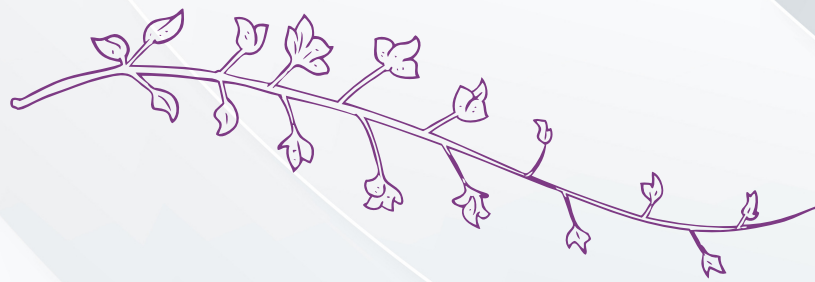


A través de las plataformas de comunicación con los centros educativos (iPasen) del municipio de Alhaurín de la Torre y/o por la página web del Ayuntamiento se podrá hacer uso de la presente guía, visualizándola a través de cualquier dispositivo electrónico.

Bibliografía

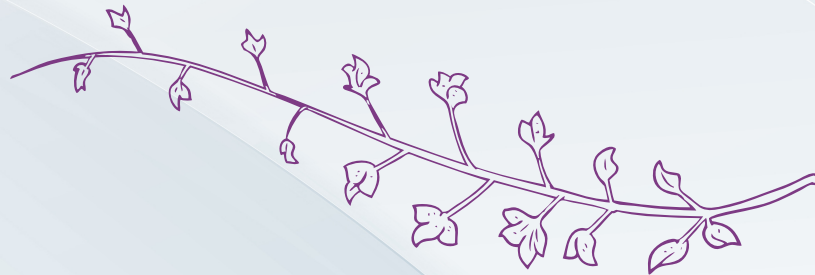
- <https://www.areahumana.es/violencia-de-genero-en-la-adolescencia/#:~:text=En%20las%20adolescentes%20la%20violencia,o%20de%20las%20redes%20sociales.>
- <https://www.google.com/search?q=C%C3%93MO+PREVENIR+LA+VIOLENCIA+DE+G%C3%89NERO+EN+LA+ADOLESCENCIA&oq=C%C3%93MO+PREVENIR+LA+VIOLENCIA+DE+G%C3%89NERO+EN+LA+ADOLESCENCIA&aqs=chrome..69i57j0i22i30j0i15i22i30.15791j1j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8>
- <https://www.educo.org/blog/como-evitar-la-violencia-de-genero-adolescentes>
- <http://www.injuve.es/sites/default/files/art11.pdf>
- The Buttered Women, Lenore E. Walker (1979).
- Carmen Ruíz Repullo, Historia de Pepa y Pepe.





*"El miedo de la mujer a la
violencia del hombre es el
espejo del miedo del hombre
a la mujer sin miedo".*

Eduardo Galeano





VIOLENCE

**PREVENIR E IDENTIFICAR
LA VIOLENCIA DE GÉNERO
EN LA ADOLESCENCIA**