

# VIOLENCIA

## HACIA LA MUJER ADOLESCENTE



GUÍA DE DETECCIÓN PRECOZ PARA PADRES, MADRES Y FAMILIARES



Excmo. Ayuntamiento  
Callosa de Segura



Concejalía de  
**igualdad**  
Callosa de Segura



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES  
E IGUALDAD

## **EDITA**

Excmo. Ayuntamiento de Callosa de Segura

Concejalía de Igualdad

## **AUTORES**

Víctor Cabrera Perona. Psicólogo.

María Ascensión Antón Esclapez. Educadora social.

Verónica Martínez Juan. Trabajadora Social

**ISBN: 978-84-09-09090-7**

**DEPÓSITO LEGAL: A-111-2019**

**IMPRIME: GRÁFICAS SAN ROQUE**

**Nº EJEMPLARES: 500**



# ***VIOLENCIA HACIA LA MUJER ADOLESCENTE:***

## **GUÍA DE DETECCIÓN PRECOZ PARA PADRES, MADRES Y FAMILIARES**

### ***PRESENTACIÓN***

#### ***INTRODUCCIÓN***

¿POR QUÉ TENDRÍA QUE LEER ESTA GUÍA?

OBJETIVOS DE ESTA GUÍA.

#### ***¿QUÉ ES LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER?***

DEFINICIÓN Y TIPOS DE VIOLENCIA.

LA ESCALERA DE LA VIOLENCIA.

CONSECUENCIAS.

¿POR QUÉ OCURRE?

MODELOS MULTIDIMENSIONALES.

LA IMPORTANCIA DEL SEXISMO.

ALGUNOS DATOS.

#### ***¿POR QUÉ UNA MUJER PERMANECE EN UNA RELACIÓN VIOLENTA?***

EL CICLO DE LA VIOLENCIA.

LA INDEFENSIÓN APRENDIDA.

LAS ESTRATEGIAS DEL AGRESOR.

#### ***¿QUÉ HACER COMO PADRES, MADRES O FAMILIARES?***

¿POR QUÉ PREVENIR DESDE TAN JÓVENES?

¿CÓMO ACTUAR COMO PADRES Y MADRES O FAMILIARES?

¿CÓMO DETECTAR QUE UNA ADOLESCENTE ESTÁ EN RIESGO?

¿CÓMO DETECTAR QUE UN CHICO PUEDE ESTAR REALIZANDO ABUSO, AGRESIÓN O MALTRATO?

¿CÓMO PUEDO ACERCARME A LA CHICA QUE SE ENCUENTRA EN RIESGO? ¿CÓMO LA ESCUCHO?

BARRERAS E INCONVENIENTES PARA QUE LA CHICA CUENTE QUÉ LE SUCEDE.

LO QUE AYUDA Y LO QUE NO AYUDA

¿Y LUEGO? EVALUAR LA SITUACIÓN. RECOMENDACIONES.

¿A DÓNDE DIRIGIRME?

#### ***REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.***

## ***PRESENTACIÓN***

---

La violencia de género es un problema social, de carácter estructural, cuyas raíces se nutren de las desigualdades que se reproducen y perpetúan generación tras generación a través de múltiples formas: la cultura, los medios de comunicación, las redes sociales... La violencia de género está presente en todas las capas de población, incluidas las más jóvenes.

La Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Callosa de Segura, sensible a esta problemática, centra sus acciones en la prevención del machismo y la violencia de género desde edades muy tempranas, a través de programas preventivos y acciones de coeducación (formación al profesorado, talleres formativos a jóvenes, etc.). Con esta nueva Guía de Detección Precoz para Padres, Madres y Familiares, se pretende continuar poniendo el acento en la prevención y detección temprana mediante acciones dirigidas a las familias.

Esta Guía aspira a convertirse en una herramienta de consulta que ayude a las familias a estar preparadas para prevenir, detectar y afrontar un posible caso en su entorno, así como para servir de apoyo a profesionales que trabajen en este ámbito.

Deseamos que les sea de gran utilidad.

***ISMAEL BALLESTER ZARAGOZA***  
***CONCEJAL DE IGUALDAD***

# INTRODUCCIÓN

## ¿POR QUÉ TENDRÍA QUE LEER ESTA GUÍA?

Entre un 15-30% de mujeres sufren o han sufrido violencia física o psicológica (Echeburúa y Corral, 1998, Agencia para los Derechos Fundamentales UE, 2014), siendo considerado problema de salud pública por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esta violencia estructural se manifiesta en términos de desigualdad de género siendo un factor de riesgo de desigualdad y exclusión social (Medina, 2002) y teniendo graves consecuencias sobre la salud física, sexual, psicosocial y psicológica de la mujer (Bosch y Ferrer, 2012). En los últimos años, se viene observando un aumento de casos entre adolescentes y un aumento del sexismo, así como de la tolerancia hacia conductas de abuso que hacen patente la necesidad de una detección precoz y educación en igualdad.

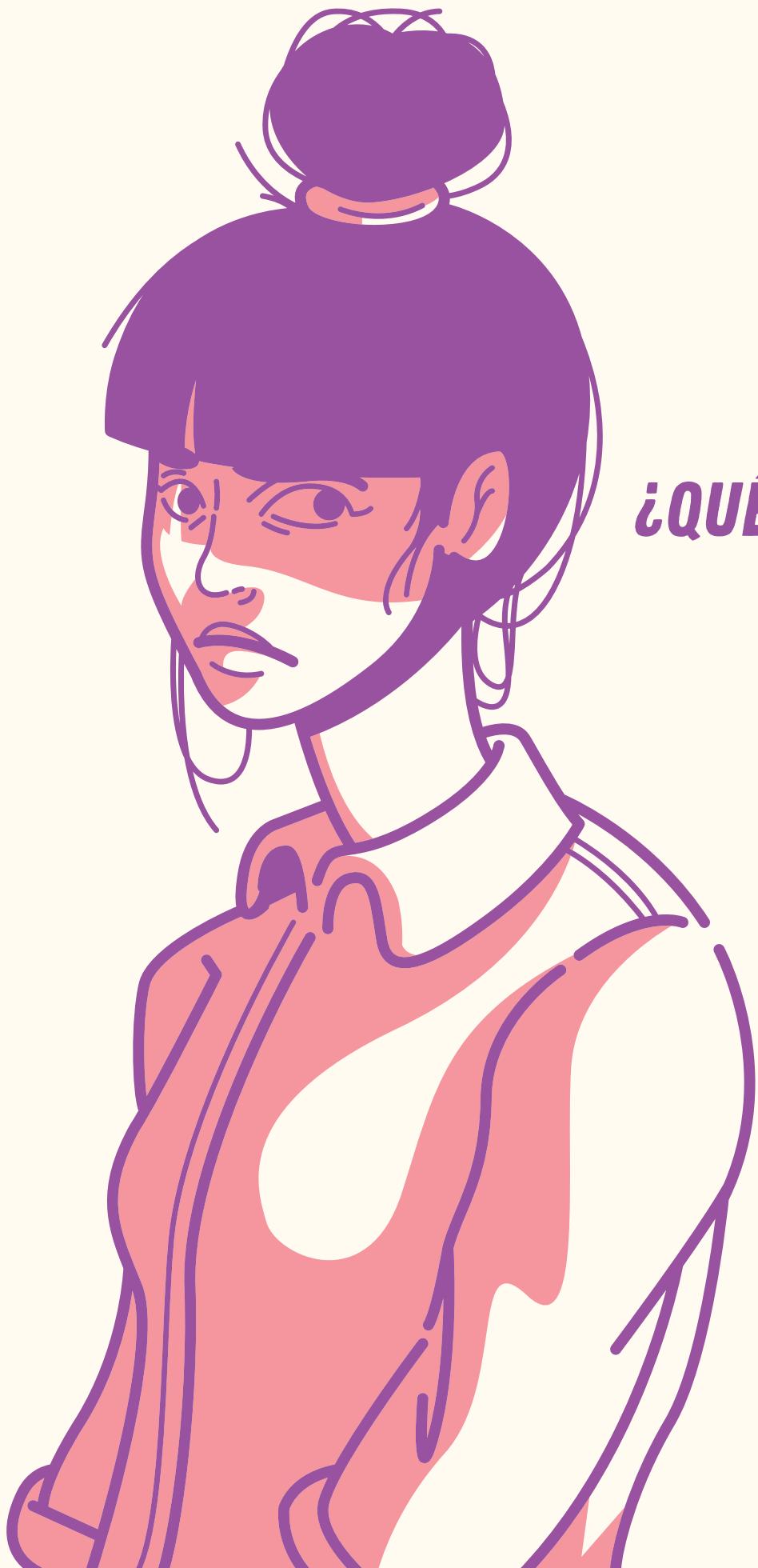
La violencia hacia la mujer en la pareja NO es un problema privado y que sólo corresponde a la pareja. Al contrario, la violencia machista hacia la mujer es un grave problema social, cada vez más visible debido a la concienciación social. Cualquier mujer puede sufrir violencia física, psicológica o sexual a lo largo de su vida, dado que es un fenómeno que –en contra de lo que los mitos sostienen- NO ocurre solamente a aquéllas de una determinada edad, nacionalidad o nivel educativo.

Enfrentarse a una posible situación de violencia hacia sus hijas es una experiencia dolorosa para cualquier padre y madre. Desafortunadamente, es una amenaza de la que ninguna mujer está libre y cualquier reacción como padres/madres puede ser normal ante ella: incredulidad, culpa, incertidumbre, estrés, preocupación, enfado, temor. Esta guía surge de la necesidad de responder preguntas básicas que todo padre, madre o familiar puede hacerse cuando se plantea cómo poder detectar casos en su entorno, pero también de la responsabilidad social que todas y todos tenemos como miembros de nuestra comunidad.

La guía pretende proporcionar una explicación breve sobre la violencia hacia la mujer, sus formas y consecuencias, así como ser una herramienta de consulta rápida para familiares, padres y madres, en la que poder encontrar información para la detección precoz de estos casos.

## OBJETIVOS DE ESTA GUÍA.

- Comprender el concepto de violencia contra las mujeres.
- Profundizar en el conocimiento de la violencia contra las mujeres en la pareja como problema social.
- Proporcionar pautas de detección precoz de la violencia hacia la mujer adolescente.
- Contribuir a que las adolescentes se identifiquen y reconozcan comportamientos y situaciones de abuso o violencia psicológica o sexual sobre la mujer.
- Describir los tipos de violencia hacia la mujer más usuales, así como modelos explicativos de la permanencia de la mujer en relaciones violentas.
- Promover valores de igualdad de género.



***¿QUÉ ES LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER?***

## DEFINICIÓN Y TIPOS DE VIOLENCIA.

La Organización de Naciones Unidas define la violencia hacia la mujer como: “Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada” Resolución de la Asamblea General 48/104, ONU, 1994).

Esta definición incluye:

- **El hecho:** todo acto de violencia... así como las amenazas de tales actos.
- **La causa:** basado en la pertenencia al sexo femenino.
- **La consecuencia:** que tenga o pueda tener resultado de daño físico, psicológico o sexual.
- **El ámbito:** tanto en la vida pública como privada.

**Pero, ¿por qué?** La respuesta es que es una violencia que sirve para algo: para imponer un control sobre una relación de pareja o sobre una persona con la que se tuvo una relación anterior. Con la violencia hacia la mujer se pretende dominar a la misma y mantener, como hombre, unos privilegios en la relación.

Así pues, la violencia hacia la mujer comprendería toda conducta que atentara contra la dignidad e integridad física y moral de las mujeres por el hecho de serlo, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres y que puede manifestarse de múltiples formas, como vemos de forma resumida en la siguiente página.

**CUALQUIER FORMA DE VIOLENCIA ES VIOLENCIA**

## TIPO

## CARACTERIZADO POR

### VIOLENCIA FÍSICA

Cualquier acción intencionada que provoque o pueda provocar daño o lesiones físicas o riesgo de padecerlas.

Ser la agresión más evidente.

Incluye golpes, empujones, zarandeos, bofetadas, palizas, etc.

Pero también limitaciones de movimiento, encierro de la mujer, etc.

También incluye el uso o rotura de objetos (puertas, jarrones, etc.) y/o animales propiedad de la mujer, etc.

Ejemplos: Lanzarle objetos porque ella hable con otros, abofetearla porque ella le recrimina algo, agarrarla del brazo si ella quiere irse, etc.

### VIOLENCIA PSICOLÓGICA

Actos, pero también omisiones que tienen como finalidad degradar y denigrar, controlar y anular a la mujer y/o coartar su desarrollo personal.

Ser una agresión difícilmente demostrable y donde la mujer puede llegar a dudar de sí misma.

Utilizar palabras y/o ruidos para afectar y dañar a la mujer, desprecios, humillaciones, insultos, denigraciones, menosprecios, control, acoso, culpabilizarla, etc.

Pero también incluye omisiones o acciones pasivas como castigos a través del silencio, indiferencia emocional, ausencias, etc.

Ejemplos: decirle que no pierda el tiempo estudiando, que no llegará a nada, decirle que si le deja él se matará, mirarla fijamente con censura mientras ella habla con amigos, etc.

### VIOLENCIA SEXUAL

Cualquier acto de intención sexual o atentado contra la libertad sexual de la mujer que afecte a su integridad física o afectiva y por el que se la obligue contra su voluntad a soportar actos de naturaleza sexual o a realizarlos.

Incluye cualquier acto en contra de la voluntad de la mujer o su consentimiento.

Pero también cualquier acción en contra de su dignidad.

Asimismo incluye la presión o coacción para la realización de cualquier acto o práctica sexual.

Ejemplos: violación, obligarla a ver películas pornográficas, obligarla o presionarla a realizar prácticas que ella no quiere, gestos y comentarios obscenos.

### VIOLENCIA ECONÓMICA

Cualquier acción encaminada a que la mujer dependa económicamente de la pareja. Desigualdad en el acceso a los recursos económicos y las propiedades compartidas.

Negar y controlar el acceso a dinero o recursos compartidos por la pareja.

Ejemplos: controlar el acceso a las cuentas, poner a nombre de ella pagos y gastos de él, impedir que ella acceda a un puesto de trabajo o a estudios.

## LA ESCALERA DE LA VIOLENCIA.

**ASESINATO**

**AGRESIÓN FÍSICA**

**ENCERRARLA**

**VIOLENCIA PSICOLÓGICA FÍSICA Y SEXUAL**

**INTIMIDACIÓN, CHANTAJE, INDIFERENCIA AFECTIVA**

**AGRESIONES SEXUALES, AMENAZAS**

**ROMPER OBJETOS PERSONALES, VICTIMISMO, ENTRE OTRAS ESTRATEGIAS....**

**VIOLENCIA PSICOLÓGICA**

**AISLAMIENTO, CULPABILIZACIÓN, HUMILLACIÓN, BROMAS HIRIENTES, BURLAS EN PÚBLICO, DESVALORIZACIONES, INSULTOS, GRITOS, CASTIGO, SILENCIO, CONTROL DEL DINERO, HACERLA DUDAR DE LA REALIDAD, ENTRE OTRAS ESTRATEGIAS...**

**CONTROL, DESCONFIANZA, SEPARAR DE AMISTADES Y FAMILIA, CELOS, DESCALIFICACIONES, ENTRE OTRAS ESTRATEGIAS....**

**LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER COMIENZA DE FORMA SUTIL Y PROGRESIVA.  
ES FUNDAMENTAL DETECTARLA ANTES DE QUE VAYA ASCENDIENDO ESCALONES.**

## CONSECUENCIAS.

Cualquier forma de violencia hacia la mujer se diferencia por su expresión, pero no por los efectos que para ella tiene. Así, la gravedad de la violencia se mide considerando estas consecuencias, que pueden variar dependiendo del grado y del momento en que el proceso de violencia se encuentre, así como del tipo de violencia ejercido sobre ella.

Pero lo más importante es conocer que cualquier forma de violencia, ya sea física, psicológica, económica o sexual produce una serie de consecuencias en distintos ámbitos de la mujer, ya sea adulta o adolescente.

### SEA CUAL SEA EL TIPO DE VIOLENCIA TIENE GRAVES CONSECUENCIAS SOBRE LA MUJER Y LA ADOLESCENTE

<b>ALGUNAS DE LAS POSIBLES CONSECUENCIAS</b>		
<b>FÍSICAS</b>	<b>PSICOLÓGICAS</b>	<b>PSICOSOCIALES</b>
Lesiones, heridas, traumatismos, etc.	Depresión y ansiedad	Aislamiento social
Alteraciones funcionales	Estrés, irritabilidad, impotencia	Absentismo escolar o laboral
Enfermedades psicosomáticas (Ej. cefaleas, problemas gastrointestinales, etc.)	Indefensión aprendida	Disminución de rendimiento académico o pérdida de empleo
Dolor crónico	Otros estados emocionales (sentimientos de culpa, vergüenza, rabia)	Abuso de alcohol o fármacos
Muerte (por homicidio, suicidio, etc.)	Trastornos del sueño	Deterioro de la imagen personal
	Trastorno por estrés postraumático	Dificultad para iniciar nuevas relaciones de pareja
	Problemas alimentarios	Pérdida de deseo sexual
	Sesgos de pensamiento y/o errores perceptivos	Mayor tolerancia a situaciones de violencia trans-generacional o familiar

## ¿POR QUÉ OCURRE? MODELOS MULTIDIMENSIONALES.

La violencia machista hacia la mujer es un problema que se asienta en las bases de nuestra sociedad. Es por tanto un problema estructural y complejo que no obedece a un solo factor. Distintos modelos han intentado explicar el porqué de esta violencia.

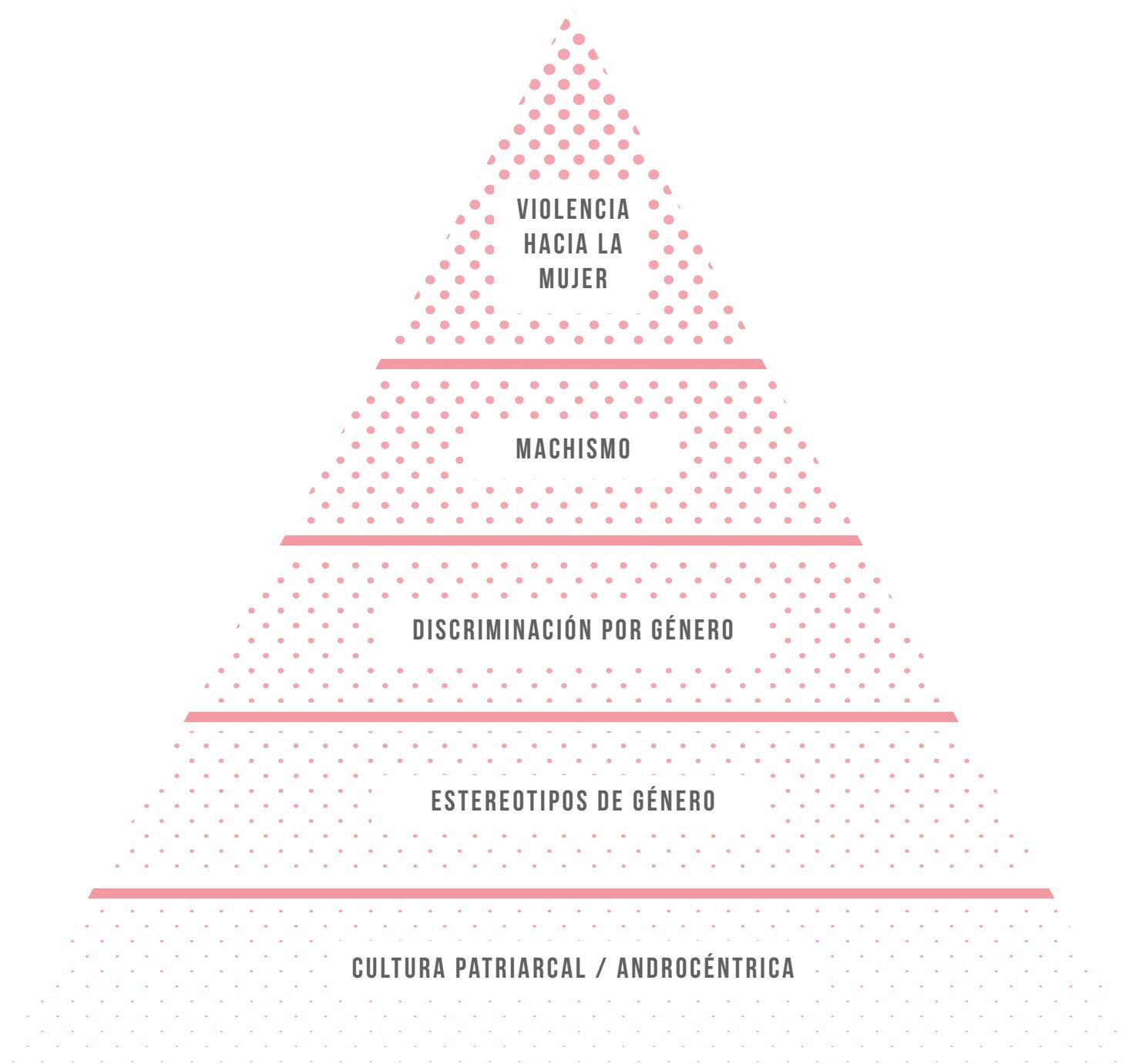
Según estos modelos, y de forma muy resumida, la violencia hacia la mujer sólo puede ser explicada a partir de la intervención de un conjunto de factores (culturales, sociales e individuales) específicos en el contexto general de las desigualdades de poder entre hombres y mujeres. Por tanto, la violencia refleja la desigualdad cultural expresada finalmente por la suma de factores.

De esta manera, un agresor potencial tendría más probabilidades de ejercer abuso o maltrato sobre una mujer cuantos más factores de riesgo presentes en su caso. Entre estos factores se encontrarían el sexismo, aceptar roles rígidos basados en el género, la aceptación de la violencia como una forma aceptable de resolver conflictos, la deficiente gestión de sus emociones, etc.



No hay que olvidar que la violencia machista se desarrolla en un contexto cultural que tradicionalmente ha tolerado este tipo de actuaciones. Sobre la base de las creencias machistas, la violencia hacia la mujer sucedería porque el hombre tiene el convencimiento de que la mujer es inferior y ha de ser sometida y controlada.

Para estos modelos, la violencia hacia la mujer es la expresión más extrema del machismo.



**LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER ES UNA EXPRESIÓN DEL MACHISMO.  
UN CONJUNTO DE ESTRATEGIAS Y ACCIONES PARA CONTROLAR A LA MUJER.**

## LA IMPORTANCIA DEL SEXISMO.

El sexismo es la creencia de que la mujer es inferior al hombre. También cada uno de los métodos y estrategias empleados para mantener en situación de inferioridad a la mujer (Andalucía Previene, Junta de Andalucía, 2010).

Es una construcción social que incluye dos tipos de sexismo: **tradicional u hostil y encubierto o benévolo** (Glick y Fiske, 1997).

<b>SEXISMO TRADICIONAL U HOSTIL</b>	<b>SEXISMO ENCUBIERTO O BENÉVOLO</b>
Prejuicio y discriminación de la mujer visible	Es un sexismo sutil
Patriarcado dominador	Patriarcado protector. Se acompaña de sentimientos de protección hacia la mujer
Plantea una diferencia de géneros competitiva	Niega la discriminación hacia la mujer
Justifica el poder y la superioridad masculina	Justifica de manera más amable la dominación, planteando una visión romántica de las relaciones
Propone sostener los roles tradicionales de hombre y mujer en la sociedad	Propone que la comunicación sea inexistente o esté bloqueada y no se hable de machismo

### ASPECTOS COMUNES:

- La mujer aparece en ambos como el sexo débil al que hay que controlar o proteger.
- Ambos tipos de sexismo tratan de mantener el rol del hombre como protector y dominador.
- En definitiva, ambos tipos de expresión del sexismo sirven para mantener el patriarcado.

## ALGUNOS DATOS.

En la actualidad, como hemos dicho anteriormente, se observa un repunte de violencia de género, siendo el rango de edad adolescente aquel donde más incidencia de nuevos casos existe, considerándose que la violencia en parejas adolescentes es significativamente mayor que en adultos (Muñoz-Rivas et al., 2009).

Además, recientes estudios muestran como un alto porcentaje de adolescentes no detectan estas actitudes sexistas y/o conductas de abuso, caracterizadas por el uso de micromachismos o conductas neomachistas (Lorente, 2009). Otros estudios muestran como esta problemática comienza cada vez a más temprana edad (Hernando, 2007; Price y Byers, 1999) y cómo un 80% de los jóvenes entre 14 y 19 años afirma haber conocido algún acto de violencia de género en parejas de su edad (FAD, 2015), al mismo tiempo que un 33% de los chicos considera aceptable controlar a su pareja o (Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, 2014).

Con ello, las órdenes de protección a las menores de 18 años se han incrementado en un 15% en los últimos años (INE, 2014) y el número de llamadas por casos de violencia de género en adolescentes ha crecido en un 24% (Fundación Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo, ANAR, Informe Anual 2015).

### ¿QUÉ PERSIGUE UN CHICO QUE MALTRATA O AGREDE A UNA CHICA?

**MANTENER SU CONTROL SOBRE ELLA Y SUS PRIVILEGIOS COMO HOMBRE.**

**ES UN ERROR PENSAR QUE LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER OCURRE PORQUE ELLA ES DE DETERMINADA MANERA O NO SABE FRENAR LAS AGRESIONES.**

**DE LA MISMA MANERA ES UN ERROR PENSAR QUE LOS AGRESORES SON TRASTORNADOS O QUE ACTÚAN BAJO EL EFECTO DE SUSTANCIAS O ALCOHOL.**

- Los y las adolescentes muestran más sexismo benévolo que hostil. Los estereotipos y roles de género siguen vigentes en nuestros adolescentes.
- Además, tanto chicas como chicos aceptan y transmiten las creencias de sexismo benévolo en el mismo grado. El sexismo interiorizado puede ser un factor de riesgo, tanto para chicos (realizando agresiones y/o abuso) como para chicas (recibiéndolo).
- Respecto a las chicas, detectan con facilidad agresiones físicas o sexuales, pero tienen mucha dificultad para detectar conductas de manipulación psicológica, como la desvalorización, los celos, la posesión y el aislamiento. Un mayor sexismo se relaciona con menor percepción de este tipo de conductas de abuso.

**UN ALTO PORCENTAJE DE ADOLESCENTES TIENE CREENCIAS SEXISTAS QUE PERPETÚAN Y TRANSMITEN LA IDEA DE QUE LA MUJER ES INFERIOR AL HOMBRE.**

**MIENTRAS QUE LA VIOLENCIA FÍSICA SE DETECTA CON MÁS FACILIDAD, LA VIOLENCIA PSICOLÓGICA (MANIPULACIÓN, CONTROL, AISLAMIENTO) ES MÁS DIFÍCILMENTE DETECTADA POR NUESTRAS ADOLESCENTES.**

**RECORDEMOS QUE LA VIOLENCIA PSICOLÓGICA Y ESTAS ESTRATEGIAS MENOS DETECTADAS SON LOS PRIMEROS ESCALONES DE LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER.**

***¿POR QUÉ UNA MUJER  
PERMANECE EN UNA RELACIÓN VIOLENTA?***



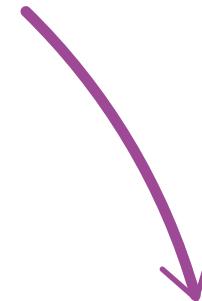
## EL CICLO DE LA VIOLENCIA.

Desarrollado por Leonor Walker (1979), el ciclo de la violencia explica que la naturaleza de la relación (una relación de afectividad en una pareja), la aparición gradual de la violencia, y que esta sea discontinua en el tiempo, dificulta que la mujer pueda dejar la relación.

### RECONCILIACIÓN

El: Se muestra amable. Promete que no volverá a suceder.

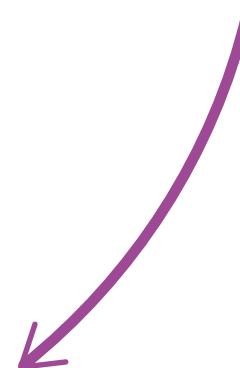
Ella: Cree que él todavía puede cambiar. Siente miedo, confusión. Decide volver a su lado o retirar denuncia si es el caso



### ACUMULACIÓN DE TENSIÓN

El: Hay tensión y hostilidad. Puede haber aislamiento, indiferencia, burla o amenazas

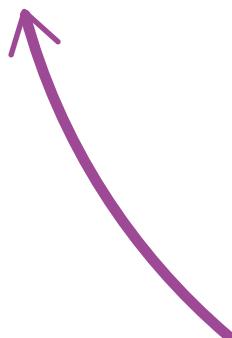
Ella: Intenta minimizar o quitar importancia o se muestra pasiva



### EXPLOSIÓN

El: Agrede verbal o físicamente

Ella: Se protege a sí misma. Trata de calmarlo. Siente miedo, odio o impotencia



### MINIMIZACIÓN

El: Se justifica. Alega alguna excusa (Alcohol o que lo hace todo por su bien)

Ella: Siente culpa y autocompasión. Quizás intenta huir o denunciar



Leonor Walker también propone que el inicio de la relación determina como ésta se irá desarrollando posteriormente. Cuando todavía la relación está “fraguándose”, la violencia comienza a aparecer en sus formas iniciales (insulto, humillación, amenaza leve), provocando en la mujer que ésta intente acomodarse y adecuarse a lo que se espera de ella para evitar nuevas agresiones. Cuando el hombre percibe que pierde el control pasa a una siguiente fase para intentar recuperar este control. La violencia se va así incrementando en cuanto a intensidad y en cuanto a frecuencia.

Este modelo plantea que la violencia de pareja comprende tres fases, a la que otros autores añaden una cuarta, la de minimización:

- **Fase de acumulación de tensión:** Se caracteriza por una escalada gradual de la tensión, donde la hostilidad del hombre va en aumento sin motivo aparente. Se intensifica la violencia psicológica y pueden aparecer los primeros indicios de violencia física. En esta fase, la mujer intentaría adecuar su comportamiento o mostrarse pasiva para evitar la agresión, tendiendo a pensar que tiene un cierto control sobre la situación.
- **Fase de explosión/agresión:** Se producen las agresiones físicas, psicológicas y sexuales. El agresor alivia su tensión. En esta fase la mujer suele intentar protegerse, calmarlo, denunciar o pedir ayuda.
- **Fase de minimización:** En esta fase, el agresor resta importancia a la agresión, justificándola “por el bien” de la relación o de la mujer. Lo describe como una reacción a algo que ella ha hecho o dicho que él debe corregir. En esta fase la mujer tiende a sentirse culpable de la situación.
- **Fase de reconciliación o luna de miel:** En esta fase, el agresor crea una ficción en la que finge arrepentirse y promete cambiar. Utiliza estrategias de manipulación psicológica (regalos, victimismo, disculpas). La mujer tiende a creer que el agresor puede cambiar y se siente confusa. A medida que la violencia se incrementa y la relación avanza, esta fase tiende a desaparecer y los episodios violentos suceden con mayor frecuencia.

**LA VIOLENCIA APARECE DE FORMA GRADUAL. ADEMÁS, EL CICLO INCLUYE LA FASE DE “LUNA DE MIEL” O RECONCILIACIÓN, QUE CONFUNDE A LA MUJER O ADOLESCENTE Y LA HACE CREER QUE EL CAMBIO EN EL AGRESOR PUEDE SER POSIBLE.**

## LA INDEFENSIÓN APRENDIDA.

Como hemos visto, la violencia hacia la mujer se ejerce de forma impredecible e intermitente. Esta violencia discontinua, gradual y que sigue el ciclo de la violencia produce en las mujeres lo que se conoce como **indefensión aprendida** Seligman (1975, 1981), que ayuda a explicar por qué las mujeres y adolescentes permanecen junto a sus agresores, además de contribuir a explicar algunos de los cambios psicológicos que ellas padecen.

- Cuando una persona es sometida a acontecimientos incontrolables puede generar un estado psicológico donde la **respuesta de reacción o huida queda bloqueada**. Este es el caso de la violencia, que se presenta entremezclada con otros momentos de tranquilidad o cariño y donde la mujer no encuentra relación entre su comportamiento y los castigos a los que se ve sometida.
- Por ello, la mujer aprende que está completamente indefensa porque, haga lo que haga, el maltrato es imprevisible y continuará.
- La imposibilidad de controlar la agresión produce en la mujer una alta respuesta emocional (frustración, depresión, sentimientos de incompetencia), que afecta a su motivación, además de bloquear su capacidad para resolver la situación, lo que finalmente se traduce en pasividad.
- Por tanto, la mujer o adolescente piensa que no tiene control en absoluto sobre la situación, aprendiendo erróneamente a quedar pasiva ante cualquier suceso impredecible y temiendo un siguiente castigo.
- Esta indefensión le hace pensar además que no tiene capacidad para cambiar esa situación por la que está pasando, ya que nada de lo que haga servirá para solucionarlo, a pesar de existir claras oportunidades para ayudarse a sí misma.

**SI ABRIMOS LA JAULA A UN ANIMAL AL QUE HEMOS MALTRATADO DURANTE MUCHO TIEMPO DE FORMA INTERMITENTE Y QUE TEME NUESTRO SIGUIENTE CASTIGO OBSERVAREMOS QUE EN LUGAR DE ESCAPAR SE QUEDA PARALIZADO EN LA JAULA.**

## LAS ESTRATEGIAS DEL AGRESOR

Además, el agresor utiliza una serie de estrategias de persuasión, de control o de castigo, cuyo objetivo principal como ya hemos visto es seguir manteniendo el control sobre la mujer o adolescente, al mismo tiempo que hacerla dudar de la realidad o de sí misma. Estas estrategias pretenden además cuatro objetivos necesarios para poder controlar a la mujer:

- Aislarla y separarla de su red de amigos/as, familia o apoyo
- Atribuir la culpa de la situación a ella o hacerla dudar de sí misma
- Hacer impredecibles los actos de él
- Justificar los actos de él

### **ENTRE LAS MÁS ESTRATEGIAS COMÚNMENTE DESCRITAS ENCONTRAMOS \*:**

- Dominación (*Aquí mando yo*).
- Aislamiento (*No quiero volver a verte rodeada de esas que se llaman tus amigas*).
- Inducción de culpa (*No sabes hacer nada*).
- Expresar junto a la agresión o castigo, palabras de arrepentimiento (*Sabes que todo esto lo hago por ti... lo hago para protegerte de ellos/ver como reaccionan*).
- Favorecer en la mujer o adolescente el sentimiento de incapacidad e indefensión (*¿Para qué vas a estudiar, si no sirves para nada?*).
- Expresión patológica de celos (*Si tengo celos es porque te quiero*).
- Hacer “Luz de gas” (forma de violencia psicológica que consiste en presentar información falsa para hacer dudar a la mujer de su memoria o de su percepción) (*Todo está en tu cabeza, ¿te imaginas cosas!*).
- Mostrar, de forma conjunta a las estrategias anteriores, pequeños gestos de cariño.

\* Fuente: Bosch y Ferrer (2002)

***¿QUÉ HACER COMO PADRES, MADRES O FAMILIARES?***



## ¿POR QUÉ PREVENIR DESDE TAN JÓVENES?

La adolescencia es un periodo en el que las y los menores aprenden pautas de comportamiento que posteriormente se consolidan en la vida adulta. En la actualidad, una vida social acelerada, y una mayor inclusión de las y los menores en la vida social por parte de las familias ha provocado que algunos comportamientos y roles sociales comiencen a más temprana edad. Sin embargo, no debemos olvidar que la adolescencia, es un periodo vulnerable dónde todavía no se han desarrollado todas las competencias y habilidades sociales y de protección para la vida.

### **ALGUNOS DE LOS MOTIVOS PARA PREVENIR DESDE LA ADOLESCENCIA TEMPRANA SON:**

- El inicio de las relaciones emocionales y sexuales se ha adelantado a los 13-14 años.
- En estas relaciones, las y los menores reproducen estereotipos de género y sexismo transmitidos por adultos y medios de comunicación.
- El ritmo de vida social ha propiciado un mayor número de relaciones sociales y mayor número de parejas.
- Además, el uso constante de las nuevas tecnologías contribuye a una mayor exposición de la vida privada de las adolescentes, así como a un mayor control de esta privacidad por parte de otros.
- La sociedad y los medios de comunicación transmiten una imagen hiper-sexualizada de las niñas, que ellas admiten y reproducen.
- Se educa a las menores en la dependencia emocional, que es un factor de riesgo para comenzar relaciones emocionales que pueden desembocar en violencia hacia la mujer.
- Por su parte, se educa a los menores en la baja tolerancia a la frustración (Ej. dar todo lo que piden) y en la inmediatez (Ej. nuevas tecnologías, no esperar para conseguir algo), que puede contribuir a una gestión de los conflictos emocionales más deficiente.
- Además, vivir y/o mantener una relación emocional adolescente en la que esté presente la violencia, puede normalizar y convertir en habitual algo que en absoluto lo es.
- Estas relaciones adolescentes pueden convertirse en un antecedente y factor de riesgo de episodios más graves en la adultez.
- Además de todo ello, existe un repunte de violencia hacia la mujer en edad adolescente. De hecho, 1 de cada 4 adolescentes declara sufrir violencia por parte de sus parejas o ex-parejas (Fundación Anar, 2015).

**LA EDAD DE INICIO DE RELACIONES SENTIMENTALES Y SEXUALES SE HA ADELANTADO A LA ADOLESCENCIA TEMPRANA.**

## ¿CÓMO ACTUAR COMO PADRES Y MADRES O FAMILIARES?

A diferencia de otras violencias, la violencia hacia la mujer se caracteriza por algunas condiciones que hacen compleja su comprensión y detección. Son las siguientes:

- La violencia ocurre en muchas ocasiones en la intimidad de la pareja, lo que dificulta para la mujer contrastar lo que le está ocurriendo con otros puntos de vista externos.
- Cuando la violencia se hace pública se justifica o se camufla.
- Se ejerce de forma discontinua, intermitente, alternándose con gestos humanos y de cariño.
- La mujer o adolescente sufre abuso, maltrato o agresiones por parte de alguien de la que espera recibir amor, apoyo y respeto.
- La mujer o adolescente tiene sentimientos hacia el agresor.

Como padres, madres y familiares, debemos tener en cuenta estos aspectos “invisibles” de la situación, intentando desentrañar si pudieran estar dándose. También hemos de ser conscientes de que la adolescente tiene sentimientos hacia el agresor, por lo que cualquier intento de separación rápida debe ser discutido y valorado, tanto por el efecto contraproducente en la menor, como por las posibles consecuencias por la pérdida de control por parte del agresor.

### **PODEMOS ACTUAR EN TRES LÍNEAS Y MOMENTOS DIFERENTES:**

- Intentar prevenir antes de que ocurra.
- Detectar precozmente, si sospechamos que puede estar ocurriendo.
- Mantener una comunicación fluida con los adolescentes, en todo momento.

Para cualquiera de estas líneas, el éxito de las pautas y recomendaciones que presentamos dependerá del clima familiar, del periodo evolutivo de la menor, del grado de comunicación establecido en la familia y de las expectativas de padres/madres y la adolescente. En cualquier caso, debemos ser realistas y asumir que el trabajo educativo que hayamos realizado previamente como padres/madres nos hará confiar en conseguir nuestro objetivo de acercarnos en un momento así a la menor para poder ayudarla.

La forma más eficaz de prevenir la violencia hacia la mujer es la educación en igualdad y en valores, a cualquier edad. Además, existen pautas de prevención generales que se pueden poner en práctica **de forma previa**, como parte de un estilo educativo general en la familia y específico contra la violencia hacia la mujer:

#### ***PAUTAS GENERALES:***

- Ser modelos. Ser buen ejemplo.
- Estar disponibles para sus hijas/os.
- Aportar un ambiente de seguridad donde la adolescente sienta que puede comunicarse.
- No utilizar la confrontación (Intentar equilibrar normas y ambiente de seguridad en casa).
- Tener en cuenta el periodo evolutivo en que se encuentran sus hijas/os.
- Aceptar que en la adolescencia, los padres/madres pierden peso ante el poder de influencia de los iguales (compañeros/as de instituto, amigos/as, etc.)

#### ***PAUTAS ESPECÍFICAS PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER:***

- No educar en la dependencia emocional a sus hijas (Ej. que su valoración no dependa de otros ni de su belleza ni que sea un hombre quien diga si ella ha hecho algo bien o no).
- Educar en la tolerancia a la frustración a sus hijas e hijos (Ej. no dar todo lo que piden, que no sean el centro de atención constantemente, dialogar con ellos sobre sus emociones de enfado o frustración).
- Educar en el respeto y no en la violencia como medio para resolver los conflictos.
- Contribuir en la educación de sus hijas/os a la reducción del sexismo (Ej. criticar mensajes sexistas en medios de comunicación, defender la presencia de las mujeres en cualquier ámbito, etc.).
- Transmitir valores de igualdad a hijos e hijas (Ej. que hombres y mujeres tienen los mismos derechos y obligaciones).
- Fomentar una educación afectivo/sexual en sus hijos e hijas basadas en el respeto y la autonomía (Ej. enseñar a nuestras hijas que las relaciones sexuales han de ser deseadas por ambos en la pareja y no deben realizarse obligadamente, ser críticos con los mitos del amor romántico transmitidos por medios de comunicación, novelas y películas, etc.).
- En el caso de las chicas, educar en la valoración de una misma, trabajar con ellas que no son menos que ningún chico, que tiene los mismos derechos y que no debe centrar todo su tiempo en su pareja cuando la tenga, así como respetarse a sí misma.
- Enseñar que el machismo causa daño.

## ¿CÓMO DETECTAR QUE UNA ADOLESCENTE ESTÁ EN RIESGO?

¿Y si creemos que ya pudiera estar ocurriendo? No es sencillo detectar una relación de violencia. Además de aprender a detectar cómo son las primeras manifestaciones de la violencia en la pareja, algo que vimos en la primera parte de esta guía, hay ciertos indicadores en la menor que pueden informarnos o alertarnos de que algo está ocurriendo. Pueden ser comportamientos, expresiones y actitudes que pueden acercarnos a la idea de que la adolescente se encuentra en una relación violenta.

Ante todo, como padres/madres o familiares debemos estar atentos a los **cambios**. Un conjunto de cambios producidos en su comportamiento o en su forma de relacionarse pueden ser indicadores de qué algo está ocurriendo.

Sin embargo, no debemos dejarnos llevar por la urgencia. Que muchos de estos cambios o indicadores estén presentes no asegura de que la adolescente esté sufriendo violencia. Sólo una evaluación más profunda, un acercamiento y sobre todo hablar con ella de forma calmada podrán confirmar esta situación.

Algunos de los indicadores de que la adolescente puede estar en una relación violenta son los siguientes:

### **RELACIONADOS CON HÁBITOS Y RUTINAS:**

- Cambios en sus comunicaciones a través de PC, portátil o Smartphone.
- Cambios en el grado de comunicación con la familia o amigos/as.
- No se relaciona igual con compañeros/as y tutores en clase.
- Deja de tener contacto con amigas habituales o mejores amigas.
- Se aísla o pasa mucho tiempo en su habitación.
- Cambios en la forma de vestir y arreglarse.
- No duerme bien, tiene insomnio o duerme más de lo habitual.
- Disminuye su rendimiento académico.
- Ha perdido la iniciativa por nuevas actividades.

### **RELACIONADOS CON FÍSICO Y ESTADO DE ÁNIMO:**

- Cambios repentinos en el estado de ánimo.
- Desconfianza hacia si misma o los demás.

- Cambios en el peso.
- Somatizaciones (dolores de cabeza, dolores musculares, problemas estomacales, etc.).
- Cambios en su postura física, se muestra más asustadiza y replegada.
- Cambios en su comunicación no verbal.
- Ha perdido confianza en sí misma.
- Irritabilidad o tensión.
- Está pendiente de agradar a los demás y no enfadarlos.

#### ***RELACIONADOS CON EL CHICO Y CON EL GÉNERO:***

- Miente, oculta o minimiza los posibles problemas con su pareja.
- Discute con padres constantemente a causa de su pareja.
- Rompe con él y se reconcilia reiteradamente.
- Cambia sus gustos y aficiones por los de él.
- Se pone a la defensiva si alguien lo critica a él.
- Expresa que los celos son una muestra de amor verdadero.
- Se comunica constantemente con él a través de las nuevas tecnologías, mostrando dependencia.
- Justifica desigualdades entre hombres y mujeres.

**ANTE UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA MACHISTA HACIA LA MUJER, LO SUCEDIDO NO ES CULPA NI DE LA CHICA NI DE SUS PADRES/MADRES.**

## CÓMO DETECTAR QUE UN CHICO PUEDE ESTAR REALIZANDO ABUSO, AGRESIÓN O MALTRATO?

Por otra parte, algunos indicadores pueden ayudarnos a detectar comportamientos de agresión por parte de un chico adolescente. Como padres, madres y familiares habremos de estar atentos a este tipo de comportamiento, porque podrían estar informando de un patrón de potencial agresor:

- No tiene normas de uso de internet y pasa mucho tiempo conectado.
- La llama o comunica con ella en exceso.
- Tiene baja tolerancia a la frustración.
- Se tiene constancia de que no se comporta de igual forma en público o privado respecto a ella.
- Se ofende rápidamente.
- Es celoso.
- Justifica situaciones de violencia de mujeres.
- Hace comentarios ante noticias de violencia.
- Muestra conductas sexistas (manifiestas o sutiles).
- Tiene amigos que ejercen abuso o violencia.

### **COMPORTAMIENTOS QUE PUEDEN ESTAR INDICANDO QUE EL CHICO EJERCE VIOLENCIA HACIA LA ADOLESCENTE:**

- Controla lo que ella hace o dice.
- Crítica todo lo que hace o dice.
- Le exige explicaciones por cualquier comportamiento.
- La controla (a través de las nuevas tecnologías), vigila o sigue por la calle.
- Es celoso.
- La acusa de ser infiel o de coquetear con otros.
- Rompe con ella y se reconcilian reiteradamente.
- Trata de aislarla.

- La insulta.
- Bromea con los defectos de ella.
- Impone reglas sobre la relación (Ej. con quien puede ella salir o no, horarios de vuelta, etc.).
- La compara con otras chicas para humillarla o dejarla en mal lugar.
- Se muestra victimista o triste si ella no cede a sus deseos.
- La humilla o denigra en público.
- La amenaza con abandonarla si no cede a sus deseos.
- La acusa de “castradora” o posesiva.
- La amenaza con suicidarse si ella lo abandonara.
- La fuerza a tener relaciones sexuales.
- Tiene cambios de humor bruscos y repentinos.
- Se indigna ante comentarios de amigos/as de ella.
- Habla mal de las mujeres como colectivo, las humilla o se burla de ellas.
- Monta discusiones por cosas insignificantes.
- La alecciona constantemente o se muestra paternal con ella.
- Pretende anular o controlar las libres decisiones de ella.
- Le niega o evita que ella se relacione con sus amigos/as o familia.
- Se enfada si habla con otro chico.
- Controla o revisa su teléfono, redes sociales o mensajes.
- Exige y conoce sus claves de acceso.
- Difunde su vida privada entre conocidos o a través de redes sociales.
- La trata con indiferencia, la ignora o la castiga a través del silencio.
- Controla el dinero o le limita disponer de su propio dinero.
- La descalifica como administradora de dinero.

## ¿CÓMO PUEDO ACERCARME A LA CHICA QUE SE ENCUENTRA EN RIESGO? ¿CÓMO LA ESCUCHO?

Antes de considerar acercarnos a la adolescente y enfrentarnos a una conversación tan trascendente, tenemos que recordar que somos padres, madres y que por tanto somos y debemos ser figuras de confianza y cercanía para la menor. Es imprescindible darnos cuenta de que abordaremos un tema extremadamente delicado que afecta a la adolescente en lo más íntimo y emocional, y que provocará quizás reacciones que no serían las más deseables para nosotros como padres/madres. Podrían darse tres casos:

Que ella lo cuente y solicite ayuda.

Que ella reconozca que tiene un problema, pero no solicite ayuda.

Que ella no sea consciente de que es un problema y no quiera ayuda. Asimismo debemos tener en cuenta que podemos sentirnos:

- Incomodos/as porque nos identifiquemos o “empaticemos” demasiado con el sufrimiento de la menor.
- Con miedo a ofender o preguntar por áreas privadas.
- Con incredulidad hacia la menor.
- Con sentimientos de impotencia, culpa o miedo.
- Frustrados y cercanos a la pérdida de control.
- Con mucho desconocimiento sobre la magnitud real del problema.
- Con prejuicios y con ideas sexistas. Esto es algo normal que debemos aceptar y no culparnos por ello.
- Negando el problema.

Es fundamental que –aunque la situación requiera una respuesta rápida por nuestra parte- mantengamos la calma. Estando tranquilos podremos ayudar de mejor manera a la adolescente y tendremos una visión más clara del momento.

### ***¿Y SI NO QUIERE CONTARME LO QUE LE ESTÁ OCURRIENDO?***

Llegado el momento de preguntar abiertamente a la adolescente, podemos encontrarnos con distintos “frenos” que pueden impedir que ella cuente qué le ocurre. Son barreras relacionadas con el agresor, la familia o ella misma y que han de tenerse en cuenta para intentar tranquilizar a la chica sobre ellas. Las vemos en el siguiente apartado.

## BARRERAS E INCONVENIENTES PARA QUE LA CHICA CUENTE QUÉ LE SUCEDE.

### **BARRERAS RELACIONADAS CON EL AGRESOR.**

- Posibles represalias por parte del chico.
- Amenazas (*como me dejes te mato*) o chantaje emocional (*voy a cambiar*).
- Compasión o lástima por el agresor (*Estará solo, ¿qué será de él?*).
- Por su culpa el agresor tendrá consecuencias negativas (Denuncias, juicio, etc.).
- Percepción de que la violencia que el agresor ejerce es justificada.

### **BARRERAS RELACIONADAS CON LA FAMILIA.**

- La violencia es un asunto privado de pareja y la familia no debe saberlo.
- Temor a la reacción de la familia (*culpa, rechazo, castigo*).
- La mujer o adolescente teme que en su familia no la crean.
- La familia espera que la mujer o adolescente “aguante” en esa relación y no la rompa.
- La mujer o adolescente tiene miedo a perder su independencia.
- La estrategia de aislamiento a la que va sometiendo el agresor a la adolescente hace que la comunicación de los padres y madres con ella sea más difícil y limitada.

### **BARRERAS RELACIONADAS CON ELLA MISMA.**

- Miedo a una posible separación del agresor por dependencia emocional.
- Miedo a estar sola (*mejor mal acompañada*).
- Creencia de control de la situación, de que es temporal o de que pueden “cambiar” al agresor.
- Sentirse culpable o avergonzada por su situación.
- Pasividad/indefensión aprendida/baja autoestima.
- Se encuentra en el ciclo de la violencia.
- La falta de experiencia en relaciones de pareja saludables les lleva a pensar que el control o el abuso son “normales”.
- No identifican el comportamiento como una forma de violencia hacia la mujer.

## LO QUE AYUDA Y LO QUE NO AYUDA.

<i>LO QUE AYUDA</i>	<i>LO QUE NO AYUDA</i>
Hacer escucha activa de lo que nos cuente. Hacerla sentir escuchada.	Dar por hecho la situación.
Respetar sus ritmos, su silencio y su momento actual. Ser pacientes.	Dar respuestas rápidas y precipitadas.
Decirle que nos tiene si nos necesita. Mostrar apoyo incondicional.	Pensar que lo que está ocurriendo son problemas privados de pareja y que no os corresponde a vosotros intervenir.
Dejar claro que lo que le está ocurriendo es un posible delito, por lo que es imprescindible actuar.	Presionarla y amenazarla con no ayudarla si no termina inmediatamente la relación.
Aclararle, si es menor de edad, que como padres y madres deberéis actuar y ella deberá acatar vuestras decisiones	Ser paternalistas y excesivamente protectores
Transmitir interés, confianza y seguridad. Garantizar la confidencialidad de lo que nos cuente.	Criticarla o juzgarla por haber tenido esa relación o por su situación actual
Comprender que la menor tiene sentimientos hacia su agresor, pero intentar hacer ver que quien quiere no daña.	Hablar mal de su pareja, si ella no lo ha hecho previamente
Juzgar la acción, pero no a la persona agresora.	Juzgar a la persona agresora.
Dejar claro nuestro profundo rechazo hacia la violencia sin dudas y sin titubear.	Caer en mitos y estereotipos sexistas.
Ayudar a valorar alternativas. Motivarla a proponer sus propias soluciones.	Tomar decisiones que ella debería tomar.
Armarse de paciencia, conociendo que el proceso puede ser largo.	Evitar caer en el miedo y el enfado y el enfrentamiento directo con el agresor.
Mostrar comprensión y creerla sin ninguna duda.	Desconfiar de lo que nos cuenta.
Si ha decidido terminar con la relación, ayudarla a elaborar un plan para dejar la relación y superarlo.	Rescatarla de forma inmediata de esa relación en contra de su voluntad

**ES IMPORTANTE RESPETAR EL RITMO DE LA MUJER ADOLESCENTE Y COMPRENDER EN QUÉ FASE DEL CICLO DE VIOLENCIA PUEDE ENCONTRARSE EN ESE MOMENTO.**

## ¿Y LUEGO? EVALUAR LA SITUACIÓN. RECOMENDACIONES.

Evaluar la gravedad, intensidad y posible solución para la situación hará que nos planteemos todavía más preguntas. Aquí tenemos algunas que nos pueden ayudar a situar el caso.

- ¿Hay riesgo inminente para la mujer o adolescente?
- ¿En qué punto de la escalera de la violencia se encuentra?
- ¿En qué fase del ciclo de violencia está?
- ¿Quién más conoce la situación?
- ¿En qué grado ha afectado a la menor esta situación, cual es la gravedad de sus consecuencias?
- ¿La adolescente y el agresor van al mismo centro de estudios o conviven en cualquier otro espacio?
- ¿Ella quiere abandonar la relación?
- ¿Ella quiere denunciar los hechos?

En función de las respuestas a estas preguntas, nuestro “plan” de actuación deberá encaminarse hacia una u otra dirección. De esta manera, la evaluación de la situación dependerá de: el riesgo, la gravedad de las consecuencias sufridas, el punto en que se encuentra la violencia en la relación, las demandas de la menor y nuestras propias demandas como padres y madres.

Si bien no existen “planes de actuación” estandarizados y protocolizados en el caso de relaciones adolescentes, trataremos de dar una serie de recomendaciones que de forma individual o en conjunto puedan ser útiles de acuerdo a la situación específica.

### **RECOMENDACIONES**

- Preguntar a la menor cómo pueden ayudarla. Que ella ofrezca sus propias alternativas.
- Informarse sobre la violencia hacia la mujer en general y sobre qué recursos tienen a su alcance.
- Informar también a la adolescente sobre todos los recursos disponibles en la ciudad y online.
- Evitar decir que todo se va a solucionar de forma sencilla, porque el proceso será largo y dificultoso.
- En este periodo adolescente, la información obtenida de amigas y compañeras puede resultar muy útil, y también pueden ser colaboradoras que pueden influirla y convencerla a mantenerse firme y alejada del agresor. Sírvaselas para ello.
- Cuando la víctima decida romper el vínculo con el agresor, es importante ayudarla a distanciarse de él y a romper el vínculo emocional.

- Valorar la denuncia de los hechos, consensuándolo siempre con la menor, conociendo que la denuncia puede tener efectos indeseados sobre ella (Ej. revictimización, tener que contar de nuevo lo sucedido, etc.)
- Denunciar los hechos, aún en contra de la voluntad de la adolescente, cuando exista riesgo claro e inminente para la menor y sea la única solución para protegerla.
- En cualquier caso, no denunciar no significa dejar de buscar recursos o poner solución y elaborar un plan de acción.
- Algunas pautas para un **plan de acción y un plan de emergencia** pueden ser:
  - Crear una red de apoyo de familiares, compañeros/as de estudios y amigos/as.
  - Comunicar a toda su red de apoyo (amigos/as, familiares) la situación por la que está atravesando, y la violencia a la que está siendo sometida.
  - Si la adolescente está escolarizada, comunicar al centro (siempre de forma consensuada con la menor) la situación para que tutores y dirección tomen las medidas oportunas.
  - No descuidar las nuevas tecnologías como medio por el que el agresor puede seguir en contacto e influir a la adolescente.
  - Cambiar el número de móvil y/o bloquear al agresor en teléfono y redes sociales.
  - Grabar teléfonos en la agenda a los que recurrir en caso de riesgo.
  - Adoptar precauciones como instalación de APPS de geo-localización, o ser acompañada al volver a casa por amigas/os, o frecuentar lugares diferentes).
  - Buscar ayuda psicológica para la menor. Ello servirá para recuperar áreas afectadas (autoestima, desórdenes emocionales, trastornos del sueño y alimentarios, sentimientos de culpa, dependencia emocional, etc.).
  - Informar a la chica de que es posible que sufra recaídas una vez haya roto la relación (Ej. tener ganas de verlo, llamarlo, pensar que le ha hecho daño o todo es por culpa de ella).
  - Tranquilizarla en este sentido y liberarla de presión.
  - Avisar a la menor que el agresor efectuará estrategias de acercamiento (Ej. promesas de cambio y mostrarse complaciente y pacífico).
  - Si ya se ha abandonado la relación, no darle otra oportunidad al agresor y bajo ningún concepto, verse a solas con él.
  - Compartir una agenda de contactos de familiares o amistades en los que se puede confiar y activos en todo momento (tanto en la agenda telefónica, como en sus propias casas en caso de riesgo inminente).
  - Realizar actividades de ocio incompatibles con la dinámica de pensar en el agresor.
  - Reorientarse de nuevo hacia sus motivaciones vitales (estudios, aficiones, etc.).

### **RECUERDE:**

- Nada justifica, bajo ningún concepto, la violencia de cualquier tipo hacia la mujer.
- La violencia de género es una situación de riesgo hacia la mujer, y un delito. No debe ser considerado un asunto privado que atañe sólo a una pareja.
- Una mujer no es culpable de las situaciones de violencia.
- Salir de una relación violenta es un proceso largo y complejo.
- Acompañe a la mujer o adolescente presencialmente, pero también emocionalmente en todo este proceso.
- La mejor forma en que puede ayudar a la menor es estar siempre alerta, pero en calma.
- Debemos armarnos de paciencia y comprender que, aunque lo deseáramos, en algunos casos la relación no podrá romperse inmediatamente.
- Tenga en cuenta que la chica sigue teniendo sentimientos por el agresor.
- Las opiniones del entorno de la adolescente deben ir en la misma línea y ser consistentes en el tiempo.
- Recuerde que la mayoría de adolescentes superan con éxito las dificultades si madres y padres están disponibles para ayudarlas.
- Actúe con discreción y prudencia, pero sin titubeos, pero al mismo tiempo respete el ritmo y el proceso de la menor.
- No pierda de vista que la protección de la adolescente es lo primero.

## ¿A DÓNDE DIRIGIRME?

### **EN SITUACIÓN DE EMERGENCIA: 112.**

### **MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD**

- 016-online@msssi.es
- <http://www.violencia de género.msssi.gob.es>
- Teléfono Atención a Víctimas de Malos tratos por Violencia de Género: **016**

### **CENTRO MUJER 24 HORAS ALICANTE/TORREVIEJA**

- <http://www.sinmaltrato.gva.es/donde-acudir-centro-mujer-24h>  
Teléfono: **900580888**

### **EN NUESTRA CIUDAD, CALLOSA DE SEGURA PUEDE DIRIGIRSE A:**

- **Guardia Civil** (C/ Hermanos Parra, 26-Callosa de Segura, Alicante)  
Teléfono: **965310185**
- **Policia Local** (C/ La Carcel, 2-Callosa de Segura, Alicante)  
Teléfono: **965310132**
- **Concejalía de Servicios Sociales** (C/Carmen García Sorribes, 9-Callosa de Segura, Alicante)  
Teléfono: **965312430**
- **Centro de Salud** (C/ Paseo Enrique Tierno Galvan, 19)  
Teléfono: **966904300**  
Urgencias: **966904305**

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Agencia para los Derechos Fundamentales UE, (2014). *Primera Macro Encuesta a Nivel Europeo sobre violencia de género*. Comisión Europea.
- Bosch, E., Ferrer, V.A. (2002). *La voz de los invisibles: las víctimas de un mal amor que mata*, Madrid, Ediciones Cátedra.
- Bosch, E., Ferrer, V.A. (2012). *Nuevo mapa de los mitos sobre la violencia de género en el Siglo XXI*. *Psicothema*, 24(4), 548-554.
- Cabrera-Perona, V. y Antón, M.A. (2017). *Informe técnico. Programa Responsables*. Prevención de la violencia de género en la adolescencia temprana. Barcelona: Fundación Obra Social La Caixa.
- Comisión para la investigación de malos tratos a mujeres (2005). *¿Qué hacer si mi hija ha sido maltratada?* Madrid: Ayuntamiento de Madrid
- Dirección General de la Mujer (2010). *Guía de actuación contra la violencia de género en el ámbito educativo*. Comunidad Autónoma de la Región de Murcia
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1998). *Manual de violencia familiar*, Madrid: S. XXI.
- FAD-Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud (2015). *¿Fuerte como papá? ¿Sensible como mamá? Identidades de género en la adolescencia*.
- Ferrer, V.A., Bosch, E., Ramis, M.C., Torres, G., y Navarro, C. (2006). *La violencia contra las mujeres en la pareja: creencias y actitudes en estudiantes universitarios*. *Psicothema*, 18(3), 359-366.
- Fundación Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo, ANAR (2015). *Informe Anual*. ANAR: Madrid
- Glick y Fiske (1997). *Hostile and benevolent sexism. Measuring ambivalent sexist attitudes toward women*. *Psychology of women quarterly*, 21(1), 119-135. DOI: 10.1111/j.1471-6402.1997.tb00104.x
- Hernando, A. (2007). *La prevención de la violencia de género en adolescentes. Una experiencia en el ámbito educativo*. *Apuntes de psicología*, 25(3), 325-340.
- Heise, L.L. (1998). *Violence against women: an integrated ecological framework*. *Violence Against Women*, 4, 262-290.
- Instituto Andaluz de la Mujer (2014). *El novio de mi hija la maltrata ¿Qué podemos hacer? Guía para padres y madres con hijas adolescentes que sufren violencia de género*. IAM. Consejería de Igualdad y Políticas Sociales. Junta de Andalucía

- Instituto Nacional de Estadística (INE, 2014). *Estadística de Violencia Doméstica y Violencia de Género Año 2014*. Ministerio de Economía y Competitividad.
- Lorente, M. (2009). *¡Me alegro de reconocerte! Juventud, identidad y violencia de género*. Revista de Estudios de Juventud, 86, 15-28
- Luzón, J.M., Ramos, E., Recio, P. y de la Peña, E. (2010). *Andalucía previene. Sexismo y violencia de género en la juventud*. Informe de investigación. Instituto Andaluz de la Mujer.
- Medina, J. (2002): *Violencia contra la mujer en la pareja: investigación comparada y situación en España*. Valencia, Tirant lo Blanch.
- Muñoz Rivas, M., Graña, J.L., O'Leary, K.D. y González, M.P. (2009). *Prevalence and predictors of sexual aggression in dating relationships of adolescents and young adults*. Psicothema, 21 (2), 234-240.
- OMS/OPS (Organización Mundial de la Salud/ Organización Panamericana de la Salud) (2014). *Respuesta a la violencia de pareja y a la violencia sexual contra las mujeres*. Directrices de la OMS para la práctica clínica y las políticas: Washington (DC): División de Salud Familiar y Reproductiva; División de Salud y Desarrollo Humano.
- ONU (Organización Naciones Unidas) (1994). *Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la Mujer*. 23 de febrero de 1994.
- Price, E.L. y Byers, S.E. (1999). *The attitudes towards dating violence scales: development and initial validation*. Journal of Family Violence, 14, 351-375
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Walker (1979). *The battered women*. Harper & Row: Nueva York

PROGRAMA DE PREVENCIÓN  
DE  
VIOLENCIA DE GÉNERO

NO LO LLAMES AMOR...



Si te pide contraseñas como prueba de amor.

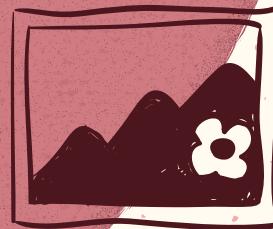


Si controla dónde estás en todo momento.

Si controla tu manera de vestir.



Si accede a tus datos o fotos.



Excmo. Ayuntamiento  
Callosa de Segura



Concejalía de  
**igualdad**  
Callosa de Segura



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES  
E IGUALDAD