

Ficha I

Cuando nos encontramos con otras personas, todos tenemos una serie de derechos (como el derecho a decidir con quién nos relacionamos, a decir que no o a que nos traten con respeto).

1. Amplia la relación con otros ejemplos:

2. Indica una situación en que la conducta de otros te haya privado de algún derecho de este tipo.

3. ¿Cuál fue tu respuesta ante esta situación?

Ficha I

Existen distintas formas de reaccionar ante situaciones en las que otras personas amenazan nuestros derechos. Algunas reaccionan pasivamente, otras asertivamente y un tercer grupo lo hace de forma agresiva.

La primera respuesta (y la más común en muchas ocasiones) significa evitar un conflicto o una confrontación, ignorar la situación, huir de ella o ceder ante la otra persona.

Otra forma de reaccionar ante estas situaciones es comportándonos de forma asertiva, es decir, defendiendo los propios derechos sin ansiedad, expresándonos honesta y abiertamente, sin negar los derechos de los demás.

La tercera forma de responder es siendo agresivos, lo que supone reaccionar de forma violenta atacando a la otra persona física, psicológica o verbalmente.

4.- ¿Cómo definirías tu, el término violencia?

5.- Busca la definición en el diccionario o utiliza internet. Compara ambas definiciones. ¿Coinciden? ¿Cuál te parece más completa?

Ficha I

El término “violencia” suele ir acompañado de otras palabras (adjetivos) que lo califican o determinan circunscribiendo su significado a situaciones más concretas, así es fácil escuchar o leer frases en las que aparecen: “violencia interpersonal”, “violencia doméstica”, “violencia contra la mujer”, “violencia de género”, “violencia psicológica”, violencia sexual, violencia física, etc.

Busca el significado de cada una de ellas y anótalos a continuación:

Violencia interpersonal:

Violencia doméstica:

Violencia psicológica:

Violencia contra la mujer:

Violencia sexual:

Violencia de género:

Violencia machista

Ficha I

¿Alguna de estas definiciones son coincidentes? En caso afirmativo señala cuales.

En las definiciones anteriores ¿hay alguna que incluya a todas o a una parte de las demás? Si es así, cítala y explica su significado.

Los diferentes tipos de violencia que has descrito anteriormente ¿afectan a todas las personas, hombres y mujeres por igual?

Ficha I

A continuación te pedimos que completes el siguiente cuadro indicando si consideras que los actos descritos son o no violencia, y en caso afirmativo, indiques te tipo de violencia crees que se produce.

| SITUACIÓN | SI | NO | TIPO DE VIOLENCIA |
|--|----|----|-------------------|
| Llegar tarde y no avisar. | | | |
| Impedir a la pareja ver a sus amistades | | | |
| Controlar el móvil de la pareja | | | |
| Insultar a la vecina por mancharte la ropa | | | |
| Una discusión de tráfico con otra persona | | | |
| No dirigir la palabra a la pareja | | | |
| Agresión de un hijo a su madre | | | |
| Agresión de un hijo a padre | | | |
| No aceptar el requerimiento amoroso de otra persona. | | | |
| Administrar la economía doméstica | | | |
| Obligar a la pareja mantener una relación sexual | | | |
| Expresar tu desagrado por una comida | | | |
| Controlar el dinero de la pareja | | | |
| Dar una bofetada a tu hija | | | |
| Darle una bofetada a tu pareja | | | |

Ficha I

Mayoritariamente las situaciones anteriores corresponden a dos de los tipos de violencia que has definido anteriormente. Agrúpalas en este recuadro:

| | |
|--|--|
| | |
| | |

Ficha II

En ocasiones hemos oído a otras personas e incluso leído en algún medio de comunicación cómo se justificaban actos de violencia de género recurriendo a la disculpa de los celos patológicos, la falta de cultura, la depresión y otras causas.

Completa esta encuesta respondiendo verdadero o falso (contesta con sinceridad, no vamos a preguntarte lo que has elegido) sólo queremos reflexionar sobre algunos mitos que siguen vigentes y que suponen un verdadero lastre para la erradicación de la violencia de género. En gris figura nuestra respuesta, analizadla y discutidla en grupo.

1. A las mujeres maltratadas les gusta el maltrato o son tontas o consiguen algo a cambio, si no, se marcharían de casa o se separarían. (V/ F)

- ✓ A nadie le gusta ser maltratado/a. Muchas mujeres que sufren maltrato no se van de casa porque no cuentan con medios económicos, les falta autoestima y se enfrentan a amenazas de su maltratador. Y EL MIEDO PARALIZA.

2. Los casos de maltrato son casos aislados y puntuales, no es algo que deba alarmarnos socialmente. (V/ F)

- ✓ Lo casos de maltrato no son casos puntuales, son un problema muy grave a nivel social. CADA AÑO MÁS DE TRES MILLONES DE MUJERES SON MALTRATADAS.

3. Los malos tatos son incidentes por pérdida de control momentáneo. (V/ F)

- ✓ El maltrato no se produce por una pérdida de control momentáneo. QUIEN MALTRATA UNA VEZ, LO VOLVERÁ A HACER.

4. Las mujeres maltratadas pertenecen a familias que tienen problemas económicos, sociales o son de determinados grupos étnicos. (V/ F)

- ✓ La violencia de género afecta a todo tipo de mujeres, independientemente del nivel de estudios, edad, clase social, raza, etc. CUALQUIER MUJER ES VULNERABLE DE SER MALTRATADA.

Ficha II

5. Sólo el maltrato físico es peligroso. (V/ F)

- ✓ No sólo el maltrato físico es peligroso. LA VIOLENCIA PSICOLÓGICA PUEDE TENER TANTAS CONSECUENCIAS Y PUEDE SER INCLUSO PEOR QUE LA VIOLENCIA FÍSICA.

6. Los maltratadores suelen ser personas que están mal de la cabeza y/o abusan del alcohol. (V/ F)

- ✓ Los maltratadores no son enfermos mentales, ni alcohólicos. EL MALTRATADOR NO SUELE MANIFESTAR VIOLENCIA FUERA DE CASA Y EN MUCHOS CASOS NO SE SUELE SOSPECHAR DE ÉL.

7. Con el tiempo el maltratador puede cambiar y la situación de maltrato desaparecer. (V/ F)

- ✓ Las situaciones de maltrato con el tiempo no mejoran, sino que se agravan y se hacen más peligrosas. CUANTO ANTES SE ROMPA CON EL MALTRATO MEJOR.

8. Es imposible romper con una relación de maltrato. (V/ F)

- ✓ No es imposible romper con una relación de maltrato. LA MUJER DEBE TENER CONFIANZA EN SÍ MISMA, BUSCAR AYUDA Y DENUNCIAR AL AGRESOR.

9. Es mejor que la mujer que sufre maltrato aguante por sus hijos/as porque es preferible que los niños/as tengan un padre a su lado. (V/ F)

- ✓ Las mujeres nunca deben aguantar el maltrato, haya o no hijos/os de por medio. LOS NIÑOS/AS SE CONVIERTEN EN UNA VÍCTIMA MÁS DEL MALTRATADOR Y LAS SECUELAS PSICOLÓGICAS LES AFECTARÁN DE POR VIDA, REPITIENDO COMPORTAMIENTOS VIOLENTOS O SIENDO VÍCTIMAS DE ELLOS.

10. El maltrato es un asunto privado del entorno familiar y nadie debe inmiscuirse. (V/ F)

- ✓ El maltrato es un hecho social y no un asunto privado. EL ORIGEN DEL MALTRATO SE ENCUENTRA EN LA DESIGUALDAD ENTRE HOMBRES Y MUJERES.

Ficha II

II. Si una mujer es maltratada es porque algo habrá hecho. (V/ F)

✓ El agresor busca excusas que justifiquen su violencia pero NINGÚN ACTO JUSTIFICA LA VIOLENCIA.

Como resumen de lo anterior podríamos concluir que la preocupación por la violencia de género ha alcanzado un gran protagonismo en los últimos años, no sólo en España, sino a escala internacional. Las razones de esta situación son numerosas. En primer lugar constituye una de las violaciones de los Derechos Humanos más extendida en el mundo convirtiéndola en un problema de primer orden. De hecho, según Naciones Unidas, una de cada tres mujeres sufrirá alguna forma de maltrato a lo largo de su vida.

Además, es una manifestación de la desigualdad histórica vivida entre hombres y mujeres siendo un obstáculo para lograr la igualdad, la paz y el desarrollo de una sociedad democrática. Asimismo, no sólo es un delito sino un problema social que puede afectar a cualquier mujer sin importar edad, educación, clase social, ingresos, país de origen o cultura. Tiene unas consecuencias devastadoras para las mujeres que lo sufren (a parte del daño inmediato) y repercute también a los menores del entorno familiar como víctimas directas o indirectas de ella.

Tras la puesta en común y la discusión ¿a qué conclusiones habéis llegado? ¿Coinciden con las expuestas en los dos párrafos anteriores? ¿Qué añadiríais?

Ficha III

María y Luisa son amigas desde que estudiaron juntas en la universidad. Ambas son jóvenes y están casadas. María está preocupada porque Luisa no le devuelve las llamadas ni los mensajes de teléfono. La última vez que hablaron, hace una semana, el marido de Luisa, tras una discusión le había dado un par de bofetadas. No es la primera vez que el marido de Luisa tiene un comportamiento violento hacia su mujer.

Por fin y después de muchos intentos consigue hablar con ella:

María: ¡Hija, me tenías preocupada! ¿Por qué no me has devuelto las llamadas? Te llamé al trabajo y me dijeron que estabas mala e ibas a faltar unos días, pero no supieron decirme lo que te pasaba.

Luisa: Nada, unos mareos

María: Y por unos mareos ¿has estado sin ir una semana a trabajar? ¿No estarás embarazada?

Luisa: No... es que con los mareos... me caí y me hice unas magulladuras en la cara...y no me apetecía que me vieran así en el "curro".

María: ¿Qué te ha dicho el médico? ¿Por qué no me llamaste? Habría ido a estar contigo.

Luisa: No he ido al médico, tampoco era para tanto; ya, casi, ni se nota. Mañana o pasado volveré al trabajo y Juan, mi marido, me dijo que no hacía falta que llamase a nadie, que ya estaba él para cuidarme. Se ha portado muy bien. Me llama todos los días varias veces para saber cómo estoy y esta semana, me ha enviado flores dos veces.

María: ¡Me alegro! Porque la última vez que hablamos, te había dicho de todo menos bonita y al final, la cosa no acabo muy bien que digamos. Te dio una bofetada.

Luisa: No que va... yo que exageré. Un empujón, pero porque fue a salir y yo estaba en medio. Además que tenía razón, que fue culpa mía. Me puse el vestido verde, ese escotado, que ya sabes que no le gusta porque dice que todos los hombres me miran. Pero que no lo hace por eso, estoy segura de que no quiere que me lo ponga porque no me sienta bien y no quiere que haga el ridículo. Está tan pendiente de mí, de lo que hago, de lo que me pongo, de con quién hablo... y yo soy una desagradecida que no tengo en cuenta lo nervioso que está con su trabajo y encima no me doy cuenta y llevo la contraria ... pobre.

María: Pobre tu, hija, que ahogo. No te deja ni respirar. Mándalo a hacer gárga-

ras de vez en cuando. ¡Qué plomo de hombre! Y encima con la mala leche que tiene y lo malo que me sabe que te corrija en todo cuando salimos juntos, si el petardo es él.

Luisa: Oye deja a mi marido en paz y métete en tus cosas. Lo que pasa es que tienes envidia de lo que se preocupa por mí.

María: Chica que es sólo un comentario, una forma de hablar. Llamo a las demás, te pasamos a buscar, nos tomamos algo por ahí y nos reímos un rato juntas.

Luisa: No, no, déjalo. Que no puedo.

María: ¡Y qué tienes que hacer? Después de una semana sin salir, te conviene despejarte un rato.

Luisa: No de verdad, que si me llama Juan se enfadará si no estoy en casa y le digo que ha salido con vosotras..

María: ¡Ni que estuvieras secuestrada! Oye, no te pasará nada más y no me lo quieres contar. ¡No te habrá hecho nada!

Luisa: ¡Por qué lo dices? No me gustan esas sospechas, no me pasa nada. Ya me lo dice Juan que no hacéis más que meteos donde no os llaman y malmeter. Y que no me convienen amigas como vosotras. Tengo que colgar que viene Juan.

María: Te paso mañana a buscar y vamos juntas al trabajo.

Luisa: No, es mejor que lo dejes y no me llames. Si eso... ya te llamaré yo. Pero déjame en paz que estoy muy bien con Juan y no necesito nada de vosotras.

¿Qué te sugiere la lectura de la historia anterior? ¿En qué situación, crees que se encuentra Luisa? ¿Qué frases o qué detalles te hacen pensar en eso?

Ficha III

Es frecuente que dentro de la pareja la violencia se presente en un primer término como un abuso psicológico. Este abuso se suele manifestar como un intento de anular la personalidad de la mujer a través de los continuos ataques a su autoestima: ¡No sabes hacer nada! ¡Todo lo haces mal! ¡Te pones y me pones en ridículo ante todo el mundo! ¡Gracias a que yo lo arreglo! ¡No me queda más remedio que castigarte para corregir tus errores! ¡Lo hago por tu bien, me lo tienes que agradecer!

El hombre aparece como salvador y pasa a controlar las actividades de su pareja, su forma de vestir, amistades e incluso los contactos con la familia lo que lleva a una total disminución de la autonomía y de la capacidad de decisión de la mujer y a un completo aislamiento, en el que la única referencia es el propio maltratador.

Una mujer sin autoestima, aislada y controlada pierde la esperanza de cambiar de situación. Además, al tener como único referente a su maltratador, aumenta la sumisión (dependencia) y el miedo. Esto afianza la posición del hombre y hace más difícil que la mujer rompa la relación.

Este proceso no aparece de forma espontánea sino que nace y crece con el paso del tiempo en un ciclo que comprende tres fases bien diferenciadas:

Acumulación de tensión: el hombre se enfada con la mujer sin motivo aparente, la culpabiliza de todo lo que ocurre, aparecen los insultos (violencia verbal) y puede producirse algún maltrato físico de manera aislada. Suele ser en este momento en el que el agresor comienza el trabajo de aislamiento de su víctima de amistades y familia. En esta fase la mujer aún puede controlar la situación.

Explosión: la tensión ha ido en aumento y se produce un estallido de la violencia, con agresiones de todo tipo: físicas, psicológicas y sexuales. Es en este periodo cuando mujer suele pedir ayuda y denunciar.

Luna de miel: el hombre pide perdón (arrepentimiento) y utiliza estrategias de manipulación afectiva (regalos, flores, promesas de cambio, etc.) La mujer que el cambio es posible (vuelve con el agresor, retira las denuncias) e incluso puede llegar a creer que es culpable de lo ocurrido. Pero esta situación es sólo transitoria hasta que se vuelve a la primera fase del ciclo.

Ficha III

El ciclo de la violencia se puede romper en el momento en que la mujer se reconoce como víctima, reúne el valor suficiente y pide ayuda. Es fundamental que en este momento crucial para ella no se encuentre sola y tenga a su alrededor el apoyo necesario para hacer frente a su situación.

1. Ahora que conoces cómo funciona el ciclo de la violencia, analiza el relato de María y Luisa, y señala que frases, palabras o detalles del texto se corresponden con las diferentes fases de ese círculo.

2. 016 ¡DÍGAME!

A lo largo de la Unidad hemos hablado de la necesidad de romper el ciclo de la violencia y de pedir ayuda para salir del abismo del maltrato, pero ¿Dónde acudir? ¿Quién puede informarnos? Tanto el Ministerio de igualdad, como las Comunidades autónomas y los Ayuntamientos tienen servicios específicos de asesoramiento, atención y ayuda (incluso las 24 horas para situaciones de emergencia). Recaba información (directamente en tu Ayuntamiento o Comunidad autónoma) o bien a través de medios de difusión o internet y haz un esquema con los datos obtenidos y las características de los distintos medios puestos a disposición de la ciudadanía en este aspecto.

Ministerio de igualdad:

Comunidad autónoma:

Ayuntamiento

Ficha IV

Lee con atención el siguiente texto:

“¡Hoy he recibido flores! No es mi cumpleaños o ningún otro día especial; tuvimos nuestro primer disgusto anoche y él dijo muchas cosas crueles que me hicieron daño.

Pero sé que está arrepentido y no las dijo en serio, porque él me mandó flores hoy.

No es nuestro aniversario ni ningún otro día especial; anoche me lanzó contra la pared y comenzó a pegarme. Parecía una pesadilla, pero de las pesadillas despiertas y sabes que no son reales; me levanté esta mañana dolorida y con golpes por todos los lados...

Pero yo sé que está arrepentido, porque él me mandó flores hoy.

Y no es el día de San Valentín o ningún otro día especial; anoche me golpeó y amenazó con matarme; ni el maquillaje o las mangas largas podían esconder los moratones y golpes que me ocasionó esta vez. No pude ir al trabajo hoy, porque no quería que se dieran cuenta.

Pero yo sé que está arrepentido, porque él me mandó flores hoy.

Y no era el día de la madre o ningún otro día; anoche él me volvió a golpear, pero esta vez fue mucho peor. Pero si lo dejo, ¿qué voy a hacer? ¿Cómo podría, yo sola sacar adelante a los niños? ¿Qué pasará si nos falta el dinero? ¿Le tengo tanto miedo! Pero dependo tanto de él, que temo dejarlo.

Pero yo sé que está arrepentido, porque él me mandó flores hoy.

Hoy es un día muy especial: Es el día de mi funeral. Anoche, por fin, logró matarme.”

En este desalentador relato se vuelven a repetir las fases que ya conoces del Ciclo de la violencia. Repásalas.

Sin embargo el final se puede (y se debe) modificar y ser otro muy distinto. Plantea una estrategia para romper el ciclo y luego escribe una carta a la mujer del relato con los pasos a seguir para salir de él (puedes utilizar el material e información recogido en la ficha anterior), titúlala “Carta a una mujer maltratada”.

Ficha IV

Los maltratadores encuentran muchas veces amparo y justificación en nuestro silencio (¡El silencio nos hace cómplices!), escribe una carta, titulada esta vez “Carta a un maltratador” en la que desenmascaras sus mentiras y pongas de manifiesto tu apoyo a la víctima, así como los pasos que debe seguir para cambiar su modo de actuar.

**Lo peor de la gente mala,
es el silencio
de la gente buena (Gandhi)**

