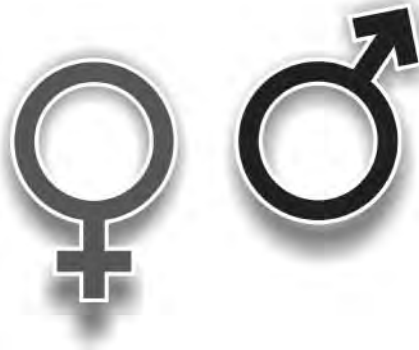


# Educación y prevención en violencia de género en adolescentes

**Ana M<sup>a</sup> Fernández González.** Psicóloga Especialista en Psicología Clínica. Colegiada nº CL-266  
Máster en Terapia de Conducta Y Experta en Educación y Prevención en materia de Violencia de Género.  
Práctica privada



## RESUMEN

Los adolescentes no poseen las estrategias adecuadas para la identificación, comprensión y reacción hacia la violencia de género en sus relaciones porque conviven modelos de comportamiento igualitarios con modelos de relaciones desiguales reforzados por estereotipos sexistas fuertemente arraigados. La contradicción entre los discursos de igualdad y las prácticas de desigualdad hacen estragos entre la población adolescente, que está en formación.

Prevenir la violencia de género significa contribuir a una nueva socialización donde aportemos otras ideas y valores que consideremos deseables y más convenientes sobre el amor, los modelos amorosos y los modelos femeninos y masculinos que consideramos atractivos.

El objetivo y reto para los años venideros es que tanto las chicas como los chicos adquieran las capacidades básicas para su desarrollo humano integral, *en especial, las chicas el logro de la autonomía personal y emocional, y los chicos el desarrollo de la ética del cuidado, la expresión emocional y la empatía para la convivencia.*

## ABSTRACT

Adolescents do not have the appropriate strategies to identify, comprehend and react towards gender-based violence in their relationships because models of equality between sexes coincide with models of unequal behaviour reinforced by sexist stereotypes which are deeply settled. This contradiction between messages of equality and unequal sexist practices drives adolescents crazy, since they are still in a process of learning.

Preventing gender-based violence means contributing to the structure of a new society where alternative ideas and values are brought forward about what is to be considered desirable and convenient when speaking about relationships based on love, on the idea of love itself and on female and male models that may be considered attractive in general.

The aim and challenge for the coming years is that girls as well as boys become able to acquire the basic capacity for their essential development as human beings, *in particular, that girls succeed in the achievement of emotional and personal independence, and boys in the development of sympathy towards others, emotional expression and empathy.*

# prolepsis

## MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL. FUNDAMENTACIÓN

La adolescencia es una etapa de transición entre la infancia y la madurez que tiene gran relevancia en la vida de un ser humano. Supone el momento del desarrollo del pensamiento abstracto; las capacidades intelectuales, así como el modo de pensar en general, sufren grandes variaciones. Ello permite al adolescente analizar más profundamente la realidad, criticarla, y adquirir el sentido de su propia identidad.

Se trata de una etapa muy positiva desde el punto de vista del aprendizaje de relaciones humanas y el desarrollo de habilidades sociales. La inclinación sexual no sólo tiene la vertiente de la satisfacción erótica sino también la de la necesidad de afecto.

Es la época en la que el individuo empieza a construir su proyecto de vida. Por tanto el futuro de un país democrático, como es el nuestro, depende de que ese proyecto esté elaborado en el respeto a los Derechos Humanos y basado en el principio de igualdad entre hombres y mujeres.

De ahí la importancia de que el adolescente aprenda comportamientos que respeten dicha igualdad. Entre nuestros jóvenes conviven modelos de comportamiento igualitarios con modelos de relaciones desiguales reforzados por estereotipos sexistas fuertemente arraigados. Convivencia fruto de la existencia de mensajes contradictorios, que en última instancia provocan actitudes de tolerancia hacia situaciones de riesgo de violencia psicológica, dejando seguir su curso a la escalada de la violencia hasta su última expresión: la violencia física y sexual.

La cultura y entorno social en el que vivimos nos transmiten en ocasiones una idea del

amor ligada al sufrimiento, y al mismo tiempo se nos enseña explícitamente que violencia y amor son dos conceptos opuestos. En este sentido, prevenir la violencia de género significa contribuir a una nueva socialización donde aportemos otras ideas y valores que consideremos deseables y más convenientes sobre el amor, los modelos amorosos y los modelos femeninos y masculinos que consideramos atractivos.

Si pensamos que las niñas y los niños tienen que tener gustos, tendencias y conductas desiguales porque son diferentes sexualmente, les perjudicaremos en su desarrollo integral como personas, ya que induciremos a la formación de una identidad complementaria e incompleta.

Por tanto el objetivo y reto para los años venideros es que tanto las chicas como los chicos adquieran las capacidades básicas para su desarrollo humano, y en especial las chicas el logro de la autonomía personal y emocional, y los chicos el desarrollo de la ética del cuidado, la expresión emocional y la empatía para la convivencia.

La violencia contra las mujeres es un grave conflicto que requiere de un esfuerzo grande y especial para erradicarlo, esfuerzo intelectual, emocional, económico, político, cultural, institucional y personal, un esfuerzo de todas y todos. Para ello tendremos que transformar costumbres, modos y maneras enquistadas de relación, creencias falsas, mitos, y lenguajes despectivos respecto a las mujeres.

### OBJETIVO GENERAL

- Conseguir los adolescentes respeto por la pareja y unas relaciones igualitarias que promuevan la erradicación de cualquier tipo de discriminación y violencia, atendiendo en especial a la violencia de género.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Sensibilizar a los adolescentes en el tema de la violencia de género.
- Favorecer la reflexión crítica para promover la modificación de actitudes y rechazar las conductas violentas.
- Formar e informar para la detección precoz de situaciones de violencia de género y su denuncia.
- Identificar relaciones amorosas sanas e insanas.
- Desmitificar el amor romántico.

## COLECTIVO

El proyecto está enfocado para trabajar de dos modos posibles:

- Indirectamente formando al profesorado que impartirá a los adolescentes-alumnos los contenidos del mismo.
- Directamente con los adolescentes de edades comprendidas entre 14 y 18 años que cursen sus estudios en los niveles de 3º y 4º de E.S.O., y 1º y 2º de bachillerato.

Criterios de inclusión:

Fácil acceso a los adolescentes a través de los centros educativos.

Adolescentes que establecen sus primeras relaciones de pareja.

## ESTRUCTURA DE LAS SESIONES

- Un total de 10 sesiones de 2 horas de duración cada una.
- La primera parte dedicada a una breve exposición teórica de los conceptos
- La segunda trabajo práctico en grupo y puesta en común.

## DESARROLLO DE LAS SESIONES

### 1ª SESIÓN. Sociedad y violencia de género. El patriarcado

En la Prehistoria, y en algunas regiones todavía a principios de los tiempos modernos, la familia era matricéntrica y la mujer lideraba el poder político, económico y religioso. ¿Qué factores explican, pues, la pérdida del poder femenino y la sustitución de la familia matriarcal por la patriarcal?

Con la aparición de la agricultura el hombre se vuelve sedentario y comienza a acumular bienes, construyendo un entorno que considera propio. El hombre necesita ayuda para defender el territorio y trabajar las tierras, por lo que busca mujeres que le puedan dar muchos hijos fuertes para trabajar.

Así se describe un momento de nuestra historia donde las mujeres comenzaron a ser convertidas en objetos y pasaron a ser considera-



# prolepsis

das simplemente como seres reproductores, acompañantes, el apoyo no visible de los hombres. Actualmente expresado como... *"detrás de todo gran hombre hay una gran mujer"*.

La relación entre sexos ha estado estructurada desde siempre por la división del trabajo, como así apunta la antropología y revalida la sociología. La mujer ha asumido el rol de cuidadora, ocupándose de los hijos y tareas domésticas, y el hombre el rol de proveedor y protector. Se institucionaliza esta diferenciación, y a su vez, esta situación provoca unos estereotipos del comportamiento femenino y masculino, con rasgos psicológicos diferenciados y desarrollo de características adecuadas a ellos. A partir de la especialización de cada género en esas funciones, se explica un mayor desarrollo de capacidades sociales y guerreras en los hombres, así como un mayor desarrollo de capacidades domésticas en las mujeres.

La mujer fue considerada imperfecta por naturaleza, menos valiosa y por tanto inferior al hombre, y se suponía que toda mujer debía de estar sometida a éste. Y esta subordinación parecía formar parte del orden natural. La realidad masculina –realidad sexista- implicaba un sistema de creencias por el que lo que pensaban y hacían los hombres constituía "la norma" y en el que las mujeres aparecían como no-hombres, como varones mutantes.

De este modo, y a lo largo de los siglos, se ha ido gestado el PATRIARCADO como forma de organización familiar, y generalizándose como estructura básica de la sociedad, dominando la producción, el consumo, la política, el derecho y la cultura. Se caracteriza por la autoridad de los hombres sobre las mujeres y sus hijos, impuesta desde las instituciones. El hombre se otorga el derecho de mandar basándose en la supuesta superioridad biológica y social que se ha impuesto de proveedor y protector.

Poco a poco la cultura y todos los pilares que la sustentan fortalecen esta diferenciación y jerarquización de las posiciones sociales entre los dos géneros.

## Agresividad y violencia

La agresividad está presente en nuestra estructura filogenética y su función primordial es contribuir a la defensa de los intereses vitales del individuo y de la especie.

La violencia en términos generales se entiende como un ejercicio de fuerza de parte de instituciones, grupos o individuos sobre otros grupos o individuos con un propósito instrumental (obtener algo) y/o con un propósito expresivo (poner de manifiesto el poder y las convicciones del ejecutor de la fuerza). Por tanto es una conducta aprendida y específica de los seres humanos, ajena en muchos aspectos a los determinantes biológicos. *Es el resultado de la interacción de factores biológicos y de aprendizaje: el sistema nervioso es moldeado por la experiencia y las influencias ambientales.*

Cierto es que nacemos con un conjunto de adaptaciones filogenéticas (patrones de comportamiento y predisposiciones para el aprendizaje) que orientan la estructura básica de nuestro comportamiento social en distintos aspectos. Pero comportamiento innato no quiere decir necesariamente determinación y, por tanto, falta de libertad; las adaptaciones filogenéticas nos orientan en determinadas situaciones a comportarnos previsiblemente. Pero gracias a la corticalización del cerebro, el ser humano es capaz de controlar la esfera de sus emociones e instintos por medio de su conciencia, y por tanto es responsable de sus actos.

## Crisis del patriarcado

Hay una serie de factores que han influido e influyen en la crisis del patriarcado:

Métodos anticonceptivos y aborto. Con ellos la mujer adquiere el control de su fertilidad y de la conducta sexual.

Divorcio y uniones libres. Se forman familias monoparentales y la mujer no necesita del varón para criar a sus hijos. El compromiso de pareja no es "hasta que la muerte os separe", se forman nuevas parejas y conviven hijos y padres sin consanguinidad.

Movimientos sociales como el feminismo y los homosexuales gays y lesbianas. Se forman parejas del mismo sexo, con hijos biológicos (por inseminación y madres de alquiler) o adoptados.

Interculturalidad, entendida como los procesos de interacción sociocultural cada vez más intensos y variados en el contexto de la globalización económica, política e ideológica.

Revolución tecnológica de las comunicaciones y los transportes que favorecen que la mujer "salga de su casa y conozca el mundo".

Estudios superiores, junto con una formación profesional con la que la mujer iguala e inclu-

so mejora su rendimiento respecto al varón.

Incorporación de la mujer al trabajo fuera de casa, asumiendo responsabilidades de dominio público, económico y político.

Leyes igualitarias.

Educación de sexos desde la igualdad.

## **2ª SESIÓN. Explicación de los siguientes conceptos:**

Sexo y género

Violencia de género

Estereotipos de género

Roles de género

Identidad sexual

Identidad de género

Valor de la igualdad. Derechos humanos básicos. Todas las personas tienen la misma valía por el hecho de ser personas; los mismos derechos, sin condicionamiento de género.

## **3ª SESIÓN. El proceso de socialización**

La socialización es un proceso mediante el cual el individuo asimila las pautas culturales



# prolepsis

de la sociedad en que vive. La educación añade unos componentes críticos que exigen del individuo una actitud inteligente y analítica. Los agentes de socialización principales son la familia y la escuela, pero cada día cobran más fuerza los medios de comunicación. Además en este proceso también intervienen las instituciones políticas, religiosas y administrativas, así como el medio laboral.

## Familia y escuela

Coeducar, tanto en igualdad de derechos como de oportunidades, supone que las actitudes y valores tradicionalmente considerados como masculinos o femeninos puedan ser aceptados y asumidos por personas de cualquier sexo, y que tanto en la escuela como en la familia se tengan en cuenta los derechos y las necesidades de las niñas.

Así, durante la infancia conviene que tanto las niñas como los niños ensayen distintos roles y situaciones, y que expresen sentimientos como llorar, reír, mostrar cariño, ser dulces, rebelarse, y también aprendan las habilidades domésticas necesarias para la autonomía y el desarrollo personal. Ello implicaría un cambio muy significativo en la construcción de la identidad masculina, aliviando al varón de la ansiedad que supone el hiperdesarrollo del yo exterior (hacer, lograr, etc.) y la represión de la esfera emocional. Y también se suprimiría la conducta violenta incorporada culturalmente en la identidad masculina.

En la adolescencia, además de reforzar los aspectos señalados en la infancia, sería importante incidir en una orientación profesional no sexista, y en una educación afectivo-sexual integral que ayude a vivir la propia sexualidad y las relaciones amorosas de una forma placentera e igualitaria.

## Medios de comunicación

Los medios de comunicación deben ofrecer modelos positivos y evitar imágenes violentas que nos presentan personajes que consiguen sus objetivos utilizando la fuerza y opresión; así mismo ha de producirse una transformación en la imagen que ofrecen de las mujeres y, en especial, la publicidad. Este medio, presenta a las mujeres a través de tópicos tradicionales o estereotipados basados en la juventud, éxito, belleza..., que se convierten en modelos a imitar; es importante que se transmita una visión real del papel que las mujeres desempeñan en la actualidad. Los medios de comunicación no sólo son transmisores de información, sino también creadores de opinión, favoreciendo el debate público y el cuestionamiento de actitudes machistas.

## **4ª SESIÓN. Tipos de violencia. Consecuencias.**

El maltratador es fundamentalmente un controlador, por ello es conveniente definir el maltrato como un proceso. Este concepto es lo que diferencia la agresión (definida por la lesión que provoca) del maltrato (que implica y requiere continuidad). Por lo tanto, el maltrato siempre es habitual. La continuidad en el tiempo es lo que permite que la relación configure dependencia, y ésta mantiene a su vez el desequilibrio.

El *proceso de maltrato* consiste en los mecanismos que el violento pone en marcha para hacerse con el control de la vida de la mujer. Y las formas de maltrato son auténticas formas de control. Podemos diferenciar los siguientes tipos de maltrato:

**Maltrato psicológico.** Son aquellas conductas que producen en las víctimas desvalorización y sufrimiento emocional; su objetivo es minar la autoestima. Tiene una función de control, ya que la víctima llega a creer que

no vale para nada y que es culpable del fracaso de la relación, así el maltratador se asegura que permanezca más tiempo bajo su poder.

Maltrato físico

Maltrato sexual

Maltrato económico

### Piropo: ¿acoso sexual o halago?

Los piropos están basados en la concepción masculina de que una mujer siempre está a la disposición de quien quiera entrometerse, como ocurre con un bien público. El “halago sexual”, los piropos y los silbidos en la calle, los toqueteos, las caricias y los “abordajes verbales”, en realidad no tienen nada que ver con el hecho de que los hombres sientan y expresen una atracción sexual; tienen que ver, en cambio, con la expresión de poder y desprecio de estos hombres con respecto a las mujeres.

### El ciclo de la violencia

Se establece un proceso cíclico entre una agresión y otra, y cada ciclo tiene tres fases:

*Tensión.* El maltratador va acumulando tensión por todo aquello que en la relación no es como él considera que debe ser. Se trata de una serie de tácticas coercitivas con el objeto de aislar a la mujer de las posibles redes de apoyo y hacerla dependiente del propio agresor (tanto en lo económico como en lo afectivo).

*Explosión de ira.* Es una reacción intensa de fuerza, de dominio, destinada a asustar y establecer de nuevo el control. Suele ser una agresión física y/o el uso de amenazas graves. En algunos casos el maltratador también puede destruir objetos comunes o propios de la mujer. Esta explosión no tiene nunca una causa real, aunque el maltratador siempre la encuentra en algún acto de la mujer (por ejemplo no tener la cena preparada o la camisa manchada).

*Arrepentimiento.* Es una fase de manipulación afectiva, un proceso que utiliza el agresor para mitigar el sentimiento de culpa y para evitar que la relación termine. Esta etapa también se llama de “luna de miel” porque el maltratador comienza a hacer regalos y promete a la mujer que todo va a cambiar, que está muy arrepentido de lo que ha hecho y que nunca volverá a repetirse. Una vez que se ha mitigado el sentimiento de culpa y el riesgo de ruptura, la tensión comienza de nuevo.

Y además, al plantear la mujer la ruptura y no llevarla a cabo, pierde credibilidad y aumenta su vulnerabilidad ante los ojos del agresor que la ve más manipulable.

A medida que pasa el tiempo esta progresión se va modificando:

- La fase de “tensión” se hace más corta y se intensifican las estrategias del agresor.
- En la fase de “explosión” las agresiones son más severas y desmedidas respecto a las causas que el agresor esgrime para justificar su conducta.
- La fase de “arrepentimiento” se hace cada vez más corta hasta desaparecer.

Es decir, el maltratador no va a cambiar; sólo son estrategias que duran un tiempo y que él emplea para que la mujer no rompa la relación.

### Consecuencias del maltrato

La mujer víctima de malos tratos puede experimentar:

*Victimización:* resignarse a sufrir sin buscar soluciones.

*Culpabilidad:* preguntarse si habrá hecho algo que haya contribuido a la agresión.

*Vergüenza:* por lo que la sociedad o el entorno piensen.

# prolepsis

*Miedo:* a contarlo o a denunciarlo.

*Rabia:* estallidos de ira al ser consciente del atropello del que está siendo objeto.

*Baja autoestima:* deterioro de la imagen personal; dudas sobre la validez de su propio criterio, qué es lo importante para ella.

*Tristeza:* relacionada con la pérdida de la autoestima, de la esperanza, de la confianza en sí misma.

*Estado confusional* respecto de las cosas que quiere, y que le deja más a merced de la voluntad del agresor.

*Indefensión aprendida:* un sentimiento de impotencia ante la situación de maltrato que le lleva a quedar inmovilizada y bloqueada como consecuencia de creer que "haga lo que haga no puede evitar dicha situación".

*Habitación a la situación de maltrato:* la exposición repetida a cualquier grado de violencia afecta y disminuye la conciencia crítica de percepción y de rechazo a la misma, distorsionando el umbral de tolerancia y constituyendo una especie de anestésico ante la violencia.

*Depresión, Ansiedad, Estrés:* problemas de alimentación, de sueño, de estudio, crisis de angustia, trastornos psicósomáticos, estrés postraumático, etc.

*Aislamiento:* soledad y dificultad para mantener nuevas relaciones de pareja.

## 5ª SESIÓN. Mitos y falsas creencias sobre el agresor y la violencia hacia la mujer

*Lo que ocurre dentro de una pareja es asunto privado; nadie tiene derecho a entrometerse.* No es un asunto privado ya que es un delito contra la libertad y la seguridad de las personas.

*El maltrato hacia la mujer es algo raro y aislado.* El maltrato es la mayor causa de lesiones a mujeres, prevalece sobre la violencia callejera o accidentes de tráfico.

*Cuando una mujer dice no quiere decir sí.* Algunos chicos todavía creen que las chicas

no son capaces de manifestar sus deseos sexuales, y por ello consideran que las tienen que obligar y forzar. Cuando una mujer dice NO, es que no quiere y punto.

*El maltrato a las mujeres ocurre principalmente en familias de bajos recursos económicos.* No es cierto, es un fenómeno que se da en todas las clases sociales y económicas.

*El consumo de alcohol y/o drogas es la causa de las conductas violentas del maltratador con su pareja.* El consumo de alcohol no es la causa de la conducta violenta; la intención de castigar a la mujer la tiene el agresor, el alcohol desinhibe la expresión de ese castigo.

*Quien bien te quiere te hará llorar.* Quien bien te quiere te hará feliz, y tendrá en cuenta tus sentimientos, opiniones y necesidades.

*Si se tienen hijos/as hay que aguantar los malos tratos por el bien de ellos.* Ante una relación de pareja sembrada de violencia la opción más responsable hacia el bienestar de los hijos/as es alejarlos de esa situación, puesto que ser testigos de violencia puede tener consecuencias graves sobre su salud física y emocional, y su personalidad. Los hijos también son considerados siempre víctimas.

*Los hombres que agreden a sus parejas están locos.* La locura, por definición, conlleva no tener contacto con la realidad, no percibir la realidad, no darse cuenta de lo que se hace, y éste no es el caso de los agresores. Sólo un 5% de los hombres que maltratan a sus parejas presentan graves trastornos psicopatológicos. Sin duda una persona que para autoafirmarse maltrata a otras tiene dificultades para canalizar su malestar y frustración; pero esto no significa que no sea responsable de sus actos.

*Los hombres que agreden a sus parejas son violentos por naturaleza.* Es muy frecuente



que los hombres que maltratan a sus parejas no sean violentos con otras personas. Incluso es frecuente que en el resto de sus relaciones sociales sean amables y respetuosos. Por tanto no es que no puedan controlar su ira, sino que deciden descargarla agrediendo a personas sobre las que se sienten con derecho para actuar así.

*Los hombres que abusan de sus parejas fueron maltratados en su infancia.* Haber sido testigo de violencia en la familia de origen se relaciona con los roles de víctima y agresor que se establecen en las parejas, asumiendo que la violencia se transmite de generación en generación. Sin embargo la relación entre estas dos cuestiones no es de causa-efecto, no todos los hombres que maltratan a sus parejas han sido testigos de violencia o han sido maltratados, y viceversa.

*Un hombre no maltrata porque sí; la mujer habrá hecho algo para provocarle.* Esta creencia supone afirmar que la mujer es la responsable del comportamiento violento del hombre, o por lo menos que no hay víctimas, que tanto ella como él se agreden mutuamente. En este sentido existe también la creencia de que la mujer agrede verbalmente y el hombre físicamente, que la única diferencia está en la forma de ejercer la violencia. Esto no es cierto: la mujer maltratada reprime su rabia e intenta evitar las agresiones adoptando comportamientos totalmente pasivos como el de someterse a los deseos del hombre, darle la razón y no cuestionarle. La cuestión fundamental es que el hombre agresor vive como provocación que la mujer tenga y exprese sus propios deseos y opiniones y se comporte según los mismos. Los agresores basan su autoestima en su capacidad para controlar y dominar y por lo tanto, sólo se sienten satisfechos cuando consiguen la sumisión. De todos modos nadie tiene derecho a pegar, insultar o amenazar a otra persona, sea cual sea la excu-

sa que se ponga para ello. La conducta violenta sólo es responsabilidad de quien la ejerce.

*Si una mujer es maltratada de forma habitual la culpa es suya por seguir viviendo con ese hombre.* Esta falsa creencia responsabiliza a la mujer de la situación de malos tratos y por lo tanto culpabiliza a la víctima. Son múltiples las razones por las que una mujer sigue viviendo con su agresor:

- La situación de debilidad psicológica y escasa o ninguna autoestima.
- La dependencia emocional; la violencia es cíclica y los maltratadores combinan periodos de "luna de miel" con los de tensión aguda.
- El miedo a la soledad y/o temor al futuro sobre todo si hay menores dependientes; en muchas ocasiones no tienen dónde ir, ni creen tener alternativa.
- La resistencia a reconocer el fracaso de la relación, en especial cuando sus expectativas de vida se han centrado en la pareja y en la familia.
- La mitificación amorosa ("seguir queriendo" a la pareja) hace que sólo se desee parar la violencia, no acabar con la relación.
- La culpa irracional que puede generar la situación de maltrato prolongado.
- El miedo a las amenazas de agresión, persecución u hostigamiento si intenta romper, ya que muchas mujeres que se enfrentan a las amenazas e intentan marcharse sufren un incremento de la violencia.
- Las amenazas de maltrato o secuestro referidas a los hijos o contra otros miembros de la familia.
- El Síndrome de Adaptación Paradójica a la Violencia Doméstica, propuesto por Andrés Montero Gómez: mujeres de diferente cultura y clase social comparten la reacción paradójica de desarrollar un vínculo afectivo cada vez más fuerte con sus agresores, llegando al punto de asumir las excusas-justificaciones esgrimidas por el agresor tras cada maltrato, y de aceptar sus arrepentimientos, retirar las

# prolepsis

denuncias policiales si las hay, o detener procesos judiciales en marcha al declarar a favor de sus agresores antes de que sean condenados. El vínculo emocional con el maltratador es en realidad una estrategia de supervivencia para las víctimas de abuso e intimidación.

## Frente a los mitos algunas realidades

Ana Meras Lliebre, en un artículo sobre prevención de la violencia de género en adolescentes, dice que debemos saber y aprender:

Que las parejas pueden tener diferencias y dificultades, que es lo normal, e incluso lo saludable es que discutan para gestionar los

conflictos, pero en ningún caso es normal la agresión, ni física, ni sexual, ni psicológica.

Que el respeto y la valoración mutua es un prerequisite para el amor, siendo lo primero exigible en toda relación humana y lo segundo deseable.

Que la agresión es una acción que realiza quién la ejerce, siempre en todo caso porque siente que puede y tiene derecho a hacerlo.

Que la agresión no produce una reducción en el nivel de tensión existente, sino al contrario, la incrementa y es igualmente controlable por la chica que por el chico.



Que tras un acto de agresión la relación va empeorando, pues para mantener su consistencia interna las agresiones serán más repetidas, crueles y duraderas.

Que la víctima se sentirá culpable y aceptará la definición que de sí misma hace el agresor para poder disculparlo. Esto ayudará igualmente a pensar que ella provocó ese nerviosismo que él no puede contener, y que no es extraño que las parejas discutan, se insulten y se peguen alguna vez.

Que los hombres que agreden no son enfermos y por lo tanto no se curan.

Que no tiene ningún mérito soportar la violencia física y verbal de una pareja que no sabe amar y no se hace responsable de sus actos. Que el correcto manejo de la agresividad refuerza la autoestima propia y del otro, nos afirma como personas y produce serenidad y bienestar.

Que el amor es un hecho no un supuesto.

## 6ª SESIÓN. Relaciones afectivas

### El aprendizaje del amor

No se enseña cómo debe ser una relación; lo aprendemos por observación de las relaciones entre adultos, en casa, en la TV, en el cine, en los libros y en las canciones...

Los jóvenes de hoy en día han sido socializados en un contexto cultural propio de la estructura patriarcal donde se reproducen las ideas y valores sobre el amor, los modelos amorosos y los modelos femeninos y masculinos de atractivo de dominación masculina, ideas y valores que orientan sus relaciones afectivas y sexuales y/o de pareja: "el chico siempre se muestra como el más fuerte y el que manda", "las chicas se ocupan de dar cariño y de apoyar". La chica tiene una idea más romántica del amor, pensando que existe una persona muy especial que encontrará, "el príncipe azul". Debemos ser conscientes de que éstos son estereotipos de género.

### Amor romántico y príncipe azul

Las atribuciones culturales de lo que se considera masculino y femenino recibe el nombre de *roles de género*; se trata de comportamientos aprendidos (cómo pensar, sentir y actuar) a los que deben ajustarse las personas según sea su sexo biológico.

En la estructura social llamada patriarcado (en la que hemos sido educados) se considera superior al varón (rol masculino), al que se le atribuyen unos privilegios consecuencia de esta "superioridad", como son el poder y control sobre la esposa y los hijos. El varón tiene derecho a imponer su voluntad en la relación de pareja y la mujer tiene el deber de obedecer (rol femenino); si no es así, el varón puede utilizar cualquier método coercitivo para conseguir su objetivo; de este modo se justifica la

violencia de género. La relación de pareja, por tanto, en el patriarcado, es desigual, el varón tiene una postura de dominancia frente a la de la mujer que es de sumisión. Ello ha influido en la construcción del sentimiento de amor romántico.

El *amor romántico* implica un contrato de exclusividad y de dependencia: "yo soy todo para ti, tú eres todo para mí"; incluye la creencia de que necesitamos del otro para ser felices. Al comienzo de una relación esto parece cierto debido al fenómeno del enamoramiento, pero a medida que transcurre el tiempo ese enamoramiento desaparece y si las personas no son capaces de construir un sentimiento de amor basado en el respeto y la confianza (es el único AMOR) se frustran y reaccionan:

- Los varones con violencia, exigiendo lo que consideran les corresponde por derecho (dedicación exclusiva).
- Las mujeres con depresión y baja autoestima (al sentirse despreciadas/anuladas y "no poder vivir sin un hombre que las proteja", el príncipe azul).

### Características de la relación sana versus insana

Una relación sana es aquella en la que una persona está a gusto con su pareja porque ambos se tratan con respeto. ¿Qué es tratar con respeto?:

Las opiniones de ambos *son igual de importantes*, aunque sean diferentes.

Organizar cosas y divertirse juntos.

Dedicar tiempo a las amigas y amigos de cada cual individualmente.

Tener confianza para hablar de cualquier tema con la pareja y escucharle.

La pareja se comporta igual en público que en privado.

Resolver los conflictos hablando, sin imponer la voluntad propia.

# prolepsis

Sentirse libre para hacer y decir lo que cada uno quiere, sin miedo a la desaprobación o el ridículo por parte del otro.

Compartir cosas con otras personas, amig@s, familia, y no sólo con la pareja (mensaje para la chica: él es uno más, no el único ni el centro de tu vida). Es importante pasar tiempo con otras personas para tener una vida más satisfactoria; pero también es perjudicial no tener momentos de intimidad con la pareja.

Para evitar que un chico no falte al respeto a una chica, ésta tiene que quererle mucho a sí misma (buena autoestima). *¿Cómo se quiere una mucho a sí misma?*

Si te equivocas, no seas dura contigo misma, es normal cometer errores.

No te culpes de los errores de la pareja, aunque él diga que ha sido por tu culpa.

Aprecia las cosas positivas que tienes, aunque él sólo te critique. Dale importancia a las cosas que te gustan, aunque no le gusten a él. Haz siempre lo que creas que es mejor para ti, aunque él no esté de acuerdo.

No dejes de hacer las cosas que hacías antes de estar con él. No dejes de ver a l@s amig@s con quienes estabas antes de estar con él.

Es normal que en las parejas existan conflictos pero hay que diferenciarlos del maltrato. Los conflictos surgen en ocasiones y se resuelven hablando y buscando soluciones. No hay que temer a los conflictos, ayudan a consolidar una relación sana. En cambio, si es maltrato se dará de forma repetida y empeorará con el tiempo; se reconoce porque el chico querrá llevar siempre la razón e imponer su criterio sin respetar el de la chica.

## Señales de violencia en una relación insana

Violencia física:

Empujones, golpes, bofetadas, tirones de pelo, pellizcos

Heridas, mordeduras, palizas, quemaduras  
Fracturas, apuñalamiento, asesinato

Violencia psicológica:

Control y vigilancia constante  
Cambios de humor sin lógica  
Desaprobación continuada en público y/o en privado. Exigencia de obediencia  
Manipulación, intimidación  
Interferencia en la toma de decisiones de la  
Control de las relaciones sociales  
Insultos, desprecios, humillaciones, amenazas, coacciones.

Violencia sexual:

Obligar a tener relaciones sexuales utilizando o no la fuerza física poniendo en práctica toda clase de artimañas: acusar a la pareja de anticuado/a; poner en duda sus sentimientos o su amor por él/ella.

Cuando una persona toca cualquier parte del cuerpo de la otra sin su consentimiento.

Obligar a realizar diferentes tipos de actos sexuales que la pareja no quiere o que considera humillantes.

Las conductas violentas sexuales van desde la presión de la pareja y/o el grupo para que una persona mantenga relaciones sexuales, a los abusos, la explotación sexual, la incitación a la prostitución,... hasta la violación.

Ferreira, Graciela B. en el capítulo 4 "Novias maltratadas" de su libro *Hombres violentos, mujeres maltratadas: aportes a la investigación y tratamiento de un problema social*, describe un exhaustivo listado de comportamientos en los varones abusadores.

IMPORTANTE para la chica que está padeciendo maltrato:

El único responsable de que te trate mal es él. Nunca pienses que tú puedes ser la culpable de que te trate mal.

Él, con su comportamiento, demuestra una idea incorrecta sobre el amor.

No olvides que "el maltrato" es un delito que está castigado por la Justicia.

Al finalizar la relación con un chico violento hay muchas posibilidades de que él no acepte la ruptura. Debes estar preparada para soportar estas situaciones. Busca apoyo en las personas más cercanas.

### Celos

Son un sentimiento que aparece en las personas cuando se sienten inseguras o piensan que pueden perder algo que quieren. El sentimiento en sí, no es malo, lo negativo es cuando cualquier conducta de la pareja les hace sentir celos y pretenden que la otra persona cambie y se adapte a su deseo.

*Celar* quiere decir "cuidar", no aprisionar a una persona. Los celos no son una demostración de amor, representan un abuso de poder. Posesividad, control, prohibiciones, amenazas, encubren una baja autoestima, inseguridad y desconfianza que tienen que ver con la historia del sujeto y no con lo que haga o no haga su pareja. Por eso, aunque consiga dominarla o encerrarla no deja de manifestar sus celos, distorsionando situaciones o haciendo acusaciones desde su imaginación.

### *Mensaje para la chica:*

No permitas que NADIE CONTROLE TU VIDA, tú eres libre para pensar y hacer lo que quieras. No consentas ninguna de estas situaciones:

- Que no quiera que vayas demasiado "sexí" para no despertar el interés de otros chicos.
- Que quiera que vayas seductora cuando estás con él para levantar la envidia de los otros chicos. NO ERES EL TROFEO DE NADIE.

*...un sentimiento de amor basado en el respeto y la confianza (es el único AMOR)*

## **7ª SESIÓN. Nuevos modelos de feminidad y masculinidad. Habilidades sociales para una convivencia sana y relaciones igualitarias hombre-mujer**

### Nueva forma de ser hombre

Ofrecer modelos alternativos de masculinidad no significa presentar un tipo definido de chico "el joven igualitario", el nuevo modelo correcto de ser hombre al que todos los varones entre 14 y 25 años deben aspirar, si no que se trata de flexibilizar los roles de género

de tal manera que se permitan distintas formas de ser hombre sin tener que limitarse a la hegemónica (el ideal de masculinidad tradicional); es decir, construir una identidad de género que favorezca el desarrollo de todo el potencial de la persona, sin los condicionamientos y/o determinantes de su sexo.

*Directrices educativas* para cambiar los elementos del modelo masculino hegemónico que pueden favorecer el desarrollo de actitudes violentas en la relación hombre-mujer:

- Introducir la expresión del cariño y la ternura en la vida de los hombres.
- Modificar el papel de héroe protector.
- Modificar las relaciones de complicidad que se establecen entre los hombres. Son relaciones en las que no se cuestiona al otro, sino que se promueve un apoyo incondicional ("los hombres nos defendemos entre nosotros" es el clásico mensaje del corporativismo sexista masculino).
- Modificar la creencia de que para ser un "hombre de verdad" hay que triunfar en algo en la vida.
- Partir de una situación de fracaso real, o la vivencia de poder fracasar como hombre en

# prolepsis

las expectativas que la masculinidad hegemónica asigna, para reconstruir la masculinidad hacia patrones más igualitarios.

## La nueva feminidad y las chicas malas

El proceso de cambio en las chicas no se limita al empleo de la violencia y a las conductas de riesgo, también están ganando autonomía en el amor y en el sexo; esperar a ser elegidas es cosa del pasado. Ahora son muchas las chicas que toman la iniciativa y adoptan un modelo directo de aproximación sexual y muchos chicos viven esta nueva feminidad con desconcierto.

En un momento histórico en el que lo masculino y lo femenino están en proceso de redefinición son las chicas las que más límites y barreras están rompiendo para alcanzar una vida propia y plena. Los viejos estereotipos de feminidad y de masculinidad resultan hoy ineficaces e irreales, pero su permanencia social obedece a la necesidad de mantener la diferenciación entre mujeres y hombres.

En consonancia con esto cobra sentido que los chicos recurran a la violencia como elemento de diferenciación de las chicas; y que las chicas malas, las que se enfrentan al modelo de feminidad impuesto tradicionalmente (cuidado y reproducción de la especie) realicen conductas de riesgo y actúen de forma violenta para diferenciarse de las buenas chicas, las futuras madres-trabajadoras-cuidadoras, las estudiosas.

Esta ambivalencia en la actual feminidad se refleja en las relaciones de noviazgo. Algunas jóvenes no consideran grave la violencia psicológica ejercida por sus parejas, ni tan siquiera violencia. Justifican estas conductas violentas como algo propio de los chicos, "los chicos son así", minimizando

su gravedad, al creer que su amor los cambiará. Y consideran los celos "parte del amor", no como lo que son, prácticas de acoso y de manipulación emocional.

Ello es debido a que han sido educados por unos padres que en ocasiones les trataban amorosamente y en otras les gritaban, pegaban y amenazaban con la pérdida de su amor. Por ello es imposible para estas/os adolescentes imaginar una relación amorosa sin cierta dosis de sentimiento hostil, porque es lo que han visto e interiorizado como normal desde la infancia. Estas experiencias afectivas tempranas y mantenidas en el tiempo, con altos niveles de ambivalencia respecto al binomio amor-violencia, generan en los adolescentes la creencia de que "en el amor la violencia y la resignación son partes esenciales del mismo".

## Habilidades sociales para una convivencia sana

El ejercicio de expresar los propios sentimientos y escuchar los ajenos disminuye el riesgo de utilizar la violencia como forma de expresión y solución de conflictos. Para ello los jóvenes han de aprender las habilidades básicas de empatía, escucha activa y asertividad.

**8ª SESIÓN. Visionado de una película que trate del tema de la violencia de género, a elección de los adolescentes.**

**9ª SESIÓN. Comentario, análisis y discusión de roles y estereotipos de género en la película visionada.**

**10ª SESIÓN. Análisis de la letra de canciones que traten temas de violencia de género, elegidas por los adolescentes, y de un poema que aborde el concepto de amor desde la igualdad.**

**METODOLOGÍA Y MATERIAL**

- Discusioness en grupo y puesta en común.
- Visionado de una película sobre violencia de género.
- Análisis de la letra de canciones sobre violencia de género.
- Aplicación del Cuestionario CAGV de M<sup>a</sup> José Díaz Aguado (2002).

**TEMPORALIZACIÓN**

- El proyecto se llevará a cabo a lo largo de un período de cinco semanas durante el curso escolar, en dos sesiones semanales de dos horas de duración cada una.
- Se abordará un punto en cada sesión.

**BIBLIOGRAFÍA**

Álvarez, A. (2002). "Guía para mujeres maltratadas". Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha.

Amurrio, M. y otras (2008). "Conclusiones del Informe Violencia de Género en las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes de Bilbao". Ayuntamiento de Bilbao. Área de Igualdad, Cooperación y ciudadanía, en colaboración con el Departamento de sociología de la Universidad del País Vasco.

De la Peña Palacios, E.M. (2007). "Fórmulas para la Igualdad nº 5". Edita Mancomunidad de Municipios Valle del Guadiato. Elabora Fundación Mujeres.

Del Olmo, M.L., Corán, M., y Pérez, M-L. (2008). "Guía de Prevención de la violencia de género en adolescentes". Ayuntamiento de Boadilla del Monte. Concejalía de la Mujer, Formación y Empleo.

Ferreira, Graciela (1992). "Hombres violentos, mujeres maltratadas: aportes a la investigación y tratamiento de un problema social". Buenos Aires: Editorial Sudamericana.

Lena Ordóñez, A., González Suárez, A., Fernández Fernández, A.B., Blanco Orviz, A.G., Fernández García, A.I., Suárez Suárez, A.M., Silva Hermida, E., Rubio Fernández, M.D., y Mier Corteguera, M. (2007). "Ni ogros ni princesas. Guía para la educación afectivo-sexual en la E.S.O.". Instituto Asturiano de la Mujer, Consejería de Salud y Servicios Sanitarios y la Consejería de Educación del Principado de Asturias.

Martínez Cáceres, A. (2009). "Prevenir la violencia cambiando la forma de ser hombre entre los jóvenes". Revista de Estudios de Juventud, nº 86, 177-194.

Meras Lliebre, A. (2003). "Prevención de la violencia de género en adolescentes". Revista de estudios de juventud, nº 62, 143-150.

Rubio Castro, A. (2009). "Los chicos héroes y las chicas malas". Revista de Estudios de Juventud, nº 86, 49-63.

Simón Rodríguez, M.E. (2006). "Violencia de género, ¿un conflicto de todos y todas?". Foro sobre violencia contra las mujeres. Ayuntamiento de Córdoba. Delegación de Igualdad. Córdoba 9-11 marzo.

Simón Rodríguez, M.E. (2006). "Convivencia y relaciones desiguales". En Carmen Rodríguez Martínez (coord.), "Género y currículo. Aportaciones del género al estudio y práctica del currículo" (pp. 153-168). Madrid: AKAL

Universidad de Salamanca. Material proporcionado en el Curso de "Experto en Educación y Prevención en Violencia de Género", 2009-2010.

Urruzola, M.J. (2005). "No te lées con los chicos malos. Guía no sexista dirigida a chicas". Fuente: Educar en Igualdad.

Urruzola, M.J. (2006). "Prevenir la violencia sexista es posible". Foro sobre violencia contra las mujeres. Ayuntamiento de Córdoba. Delegación de Igualdad. Córdoba 9-11 marzo.

Urruzola, M.J. (2007). "Guía para chicas 2. Cómo prevenir y defenderte de agresiones". Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería de la Presidencia. Junta de Andalucía.