

¿Sabés cómo SON?

NOVIAZGOS
VIOLENTOS

ai aulas y
andamios
e d i t o r a

¿Sabés cómo son?

Carricaburu, Virginia

¿Sabés cómo son? : noviazgos violentos / Virginia Carricaburu ; María Florencia Ojea ; coordinación general de Paula Martínez ; Laura Prol ; María Florencia Ojea. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Aulas y Andamios, 2015.

16 p. ; 21 x 15 cm. - (Salud y familia. Adolescencia)

ISBN 978-987-1597-52-9

1. Salud. 2. Sociología de la Familia. 3. Relaciones de Familia. I. Martínez, Paula, coord. II. Prol, Laura, coord. III. Ojea, María Florencia, coord. IV. Título.
CDD 306.85

La colección Salud y Familia es un conjunto de cuadernillos elaborados por profesionales de la salud de **Construir Salud** y la **Red Social UOCRA**.

Autoras >>> **Lic. Virginia Carricaburu** y **Lic. María Florencia Ojea**

Coordinación General de la colección >>> **Lic. Paula Martínez - Lic. María Florencia Ojea - Lic. María Laura Prol**

Diseño Editorial >>> **Julia Irulegui**

Ilustraciones >>> **Jorge "El Chino" Docco**

Corrección de estilo >>> **Guillermo Palmisciano**

Supervisión de textos >>> **Verónica Urbanitsch**

Agradecimientos >>> Al presidente de la Obra Social **Gerardo Martínez**. Al director médico del Sanatorio Franchín, **Dr. Gustavo Calderón**. Al director ejecutivo de la Fundación UOCRA, **Gustavo Gándara**. Al equipo editorial de Aulas y Andamios.

NOVIAZGOS VIOLENTOS

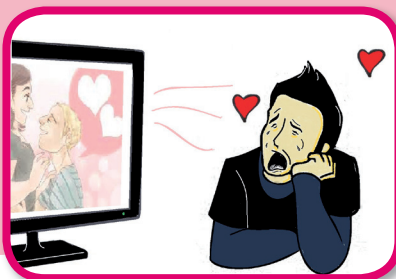
¿ESCUCHASTE HABLAR SOBRE “ESTEREOTIPOS”?

Los estereotipos son **ideas** que orientan a las personas a **pensar** o **actuar** de una manera específica y son compartidos por grupos o sociedades. El **estereotipo de género** determina que hay funciones específicas para los varones y para las mujeres y está basado en una **cultura machista**. Esto es un riesgo porque promueve ver a la mujer con menos valor que al hombre.

En las **relaciones de pareja** también pueden existir estereotipos. A veces se esperan o se aceptan actitudes o conductas del otro que **no son sanas**.

¿Cómo es tu relación? ¿Estás en un noviazgo en el que están presentes estas ideas? ¿Es un **noviazgo violento o no**?
Seguí leyendo para saber un poco más...

SI



NO

DEFINICIÓN DE VIOLENCIA en el NOVIAZGO

Es toda acción, conducta u omisión que daña al otro. Puede ser en el cuerpo, en las emociones, en lo relacionado a lo sexual, a bienes afectivos, cosas, a la libertad, entre otros tipos. Uno de los dos tiene más poder que el otro y busca controlar o dominar a su pareja.

Para lograrlo se pueden utilizar distintas estrategias que van desde el ataque a tu autoestima, insultos, chantaje, manipulación sutil hasta los golpes.

“Si tu pareja te controla, te descalifica, te grita, eso también es violencia”

gritos promete
cambios
te compara
amenazas insultos
empujones control
celos tristeza
vergüenza
aislamiento
manipulación
vacío
sexo a la fuerza

protección población desconfianza

► Mucha gente cree que es fácil darse cuenta de una relación en la que hay violencia porque hay **control, golpes, sexo a la fuerza, aislamiento, celos, gritos, desconfianza**. Pero no es sencillo darse cuenta cuando sos parte de esa pareja.

Al principio, algún **comentario incómodo, un empujón, una cachetada o un tirón de pelos** te pueden parecer como parte del juego entre los dos, pero esos maltratos pueden ser cada vez peor y terminar en algo mucho más grave.

Estar enamorados hace que no se pueda pensar con claridad y cuesta alejarse de esa persona violenta. Pensamos que podemos superar esos malos momentos y tolerar e incluso perdonar “sus arrebatos”. Sin embargo, es preciso tener en cuenta que **no se deben confundir maltrato y ofensas con amor e interés por la pareja**.

Debés analizar cómo te sentís cuando estás a su lado, si te sentís libre de comentar o hacer cualquier cosa o si tenés que cuidarte de tus comentarios y comportamientos porque temés que en cualquier momento se enoje y se ponga agresivo o agresiva.

Si estás en una relación en la que existe algo de esto, es importante que sepas que la violencia no es amor, que hay otro tipo de relación posible sin que tengas que sufrir golpes, amenazas, humillaciones.

golpes
te rebaja
cachetazo

Las siguientes frases son indicadoras de **violencia** en el **noviazgo**

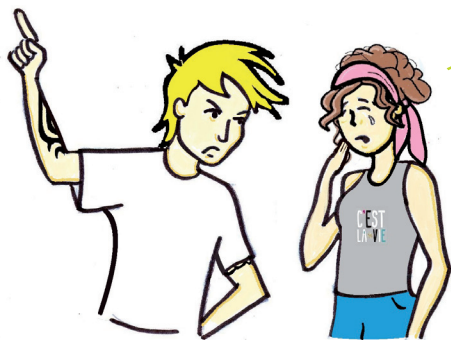
- ▲ “Sí, ya sé que **te grité**, pero es porque **no entendés**”
- ▲ “Así vestida **no salís**. Andá a ponerte algo más largo”
- ▲ “Si me dejás, **me mato**”
- ▲ “¿Qué tiene de malo que te toque?
¿No me **tenés confianza?** ¿No me querés?”
- ▲ “Será tu amigo, pero acordate que **vos sos mía**”
- ▲ “Porque me hablás así, con todo **lo que yo hago por vos**”
- ▲ “**Cuídame** porque **me perdés**, oportunidades no me faltan”
- ▲ “**Sin vos**, no puedo vivir”



“LUNA DE MIEL”

3 Después de la violencia, el agresor pide perdón, promete que no va a volver a actuar así, entonces crees que la relación ha cambiado y vuelves a confiar.

► **Importante** >>> Cuando este ciclo sucede **más de dos veces** en la relación, es probable que se trate de un **caso de violencia** que debe ser detenido y atendido. Cuantas más veces se repite este ciclo, más cortos son los tiempos entre una fase y la otra.



ACUMULACIÓN DE TENSION

1

Puede empezar con burlas sobre lo que hablás y hacés. Hay gritos y amenazas bajo la excusa de que hacés las cosas mal.

CICLO DE VIOLENCIA

EXPLOSIÓN VIOLENTA

2

Sin importar si hiciste cosas para evitar el enojo de la otra persona, llega el momento de la agresión.



¿En tu relación pasan algunas de estas situaciones?

Números que Hablan

20%

80%

de las mujeres
víctimas de violencia
dice que
la violencia
arrancó en
el noviazgo.

Según la OMS, sólo

3 de cada 10 denuncian violencia.



de las mujeres que fallecen
por femicidios tiene
entre 14 y 25 años
según la OMS.

25%

8%

de los femicidios
en Argentina en 2014
fue protagonizados
por chicas de entre
13 y 18 años.

según la OMS

30%

de las víctimas
de violencia tiene entre

15 y 19
años.

Algunas **señales de alerta**

- ▲ **Controla** todo lo que hacés y te exige explicaciones detalladas.
- ▲ Te **cela** e insinúa que andás con alguien más.
- ▲ **Revisa** tus pertenencias: tu diario, celular, correo electrónico, mensajes.
- ▲ Te **vigila y critica** tu manera de vestir.
- ▲ Te **compara** con sus ex.
- ▲ Te **desvaloriza**, te **ofende** y te **descalifica**.
- ▲ Tu pareja **decide todo** de acuerdo a su conveniencia.
- ▲ No responde si le exigís alguna explicación.
- ▲ Siempre **culpa a los demás** de estar en contra de la relación.
- ▲ **Se niega a conversar** acerca de los conflictos o los desacuerdos de la pareja.
- ▲ Te **obliga** a hacer cosas que no querés.
- ▲ **Amenaza** con dejarte cuando no hacés lo que quiere.
- ▲ **Coquetea** con otras personas delante de ti o en secreto.
- ▲ Te ha besado o acariciado **sin tu consentimiento**.
- ▲ **Te ha presionado** para tener relaciones sexuales.

¿Estas situaciones
te suenan?

¿Hay VIOLENCIA en mi noviazgo?

✗ **falso**

“Sólo los hombres adictos a drogas o al alcohol, desempleados o con problemas en su trabajo son violentos”

El consumo de alcohol o drogas puede aumentar la violencia pero no es la causa.

✗ **falso**

“Seguro que hice algo que lo provocó”

No hay provocación que justifique la violencia.

✗ **falso**

“La violencia sólo se da en hogares pobres”

La violencia se da en todos los niveles sociales, económicos y culturales.

Mitos

"Mi amor lo va a cambiar"



falso

Los comportamientos son resultados de un aprendizaje y el cambio no depende de una entrega de amor.

"Las mujeres deben ser sumisas"



falso

A las mujeres se las suele educar diciendo que deben obedecer al hombre sin cuestionar, siguiendo el estereotipo de cultura machista.

"Porque te quiero te aporreo"



falso

No se les pega a las personas que uno quiere. El amor no duele. La violencia destruye.

"Le gusta que le peguen, sino ya la hubiese dejado"



falso

Las desventajas económicas y socioculturales, el miedo, la falta de apoyo y el haber estado expuesta a violencia por largo tiempo, dificulta salir de la relación abusiva.

¿Hay violencia en mi noviazgo?

En el noviazgo la violencia es muy sutil y va creciendo poco a poco. De hecho, las personas sin darse cuenta y al vivir en un entorno violento frecuentemente aprenden a relacionarse de esta manera. Si querés saber **cómo es tu relación**, respondé las siguientes preguntas según lo sugerido en el recuadro y sumá el puntaje.

Test

- ▲ 1 ¿Amenaza con dejarte cuando no hacés lo que quiere?
- ▲ 2 ¿Sentís miedo a sus reacciones?
- ▲ 3 Aunque sea jugando, ¿alguna vez te empujó, te pegó, te torció el brazo?
- ▲ 4 ¿Se enoja cuando le dedicás tiempo a las cosas que te gustan?
- ▲ 5 ¿Expresa celos por tus amigos o tu familia?
- ▲ 6 ¿Te controla las llamadas telefónicas, los mensajes o los mails?
- ▲ 7 ¿Pretende cambiar tus decisiones?
- ▲ 8 ¿Se enoja si no le avisás que salís?
- ▲ 9 ¿Critica tu forma de vestir?
- ▲ 10 ¿Te ha descalificado delante de otros?

Respuestas:

Siempre= 2

A veces= 1

Nunca= 0

Resultados >>>

- de 10

Si tus respuestas dan **hasta 10 puntos**, lo más probable es que estés en **una relación con conductas no sanas**. Existen situaciones que pueden ser resueltas pero es necesario que se desarrollen habilidades de resolución de conflictos sin involucrar agresiones o actos violentos. **Estás en una situación para tener cuidado**. Si no logran darle un curso sano, los riesgos pueden ir en aumento.

+ de 10

Si el puntaje **supera los 10 puntos, estás en un noviazgo con serias actitudes violentas**.

Seguramente tenés sentimientos por tu pareja y estuviste creando muchos recuerdos durante la relación. Pero **es necesario que pienses en tu futuro y no en el pasado**. Seguir con esta relación puede ponerte en **situaciones de riesgo**. Estar al lado de una persona que se vincula de manera violenta no puede hacerte feliz. **Terminar la relación** sería lo más sano, y, como sabemos lo difícil que puede ser para vos, al final del cuadernillo te dejamos datos de lugares a los que te podés acercar y te van a ayudar a seguir adelante.

Recordá que **la violencia es una conducta aprendida**, previa a la formación de la pareja, y **no cambia espontáneamente** sólo por la voluntad de las personas. Se necesita la **ayuda de especialistas**.

Sea cual fuera tu puntaje, siempre estás a tiempo de salir de ese tipo de relación.

Anido, Mabel: "Violencia en la Familia... De eso no se habla". Bs. As. Lumen. 2005.

Cuadernillos y revistas del Ministerio de Educación de la Nación. Programa ESI.

Fundación para Estudio e Investigación de la Mujer (Feim), llamada "No comamos perdices-Derribando mitos para noviazgos sin violencia".

Hirigoyen, Marie-France: "El Acoso Moral. El Maltrato Psicológico en la vida cotidiana". Bs. As. Paidós. 2000.

Levy, Susana: "Patriarcado y Violencia Familiar. Desnaturalizar lo Naturalizado: una mirada alternativa en el marco de un hospital". Bs. As. 2006.

Noviazgos violentos. Documento elaborados por el Comité de Estudio Permanente del Adolescente (CEPA). Sociedad Argentina de Pediatría.

OMS/OPS 1998: Violencia contra la mujer. Un tema de salud prioritario.

Velásquez, Susana: "Violencias cotidianas". Bs.As. Paidós. 2001.

Sitios web:

http://www.cadaweb.org.ar/documentos_pdf/noviazgos_violentos_t.pdf

http://www.me.gov.ar/me_prog/esi.html

http://www.me.gov.ar/me_prog/esi/doc/lectura_lineam.pdf

<http://www.unfpa.org.ar/sitio/archivos/educacionsexual-en-familia.pdf>

<http://www.unfpa.org.ar/sitio/archivos/adolderechos.pdf>

http://www.unicef.org/uruguay/spanish/Es_parte_de_la_vida_tagged.pdf

<http://www.aapvf.com.ar/03violencia-familiar,noviazgos-violentos-02.php>

<http://www.infojusnoticias.gov.ar/nacionales/durante-el-mundial-bajo-un-50-por-ciento-la-tasa-de-femicidios-en-el-pais-7705.html>

<http://www.loveisrespect.org>

confianza **Verdad**

fidelidad

compartir brindarse

juntos respeto

El amor
no es violencia.

El amor **no duele.**

Amar es
respetar al otro.

amor

libertad

¿Sabés cómo son?

NOVIAZGOS VIOLENTOS

Datos útiles

Para consultas >>>

Llama 144 (Atiende las 24 hs todos los días)

Si estas en una situación de emergencia >>>

Llama 911 (Policía)

Llama 137 (CABA - Atiende las 24 hs todos los días)

Si quieres denunciar >>>

Comisarias de la Mujer y la Familia (Atiende las 24 hs todos los días)

Oficina de violencia doméstica de la Corte Suprema de Justicia de la Nación

Lavalle 1250 • (CABA - Atiende denuncias las 24 hs todos los días).

Podés acercarte al Equipo de Adolescencia del Sanatorio Franchin y conversar con alguno de los profesionales. Averiguá días y horarios de atención. Contactalos a través de las redes:



<http://equipoadolescenciafranchin.blogspot.com.ar/>



Equipo de Adolescencia del Sanatorio Franchin



@EAFranchin

Podés ver al equipo de Trabajo Social o a algún profesional del área psicológica en cualquiera de los Centros de Atención Primaria (CeMAP) de Construir Salud o en el Sanatorio Franchin.

Averiguá días y horarios de atención >>> 0800-222-0123 (9 a 18 hs.)

www.construirsalud.com.ar

CONSTRUIR Salud
Obra Social del Personal
de la Construcción
R.E.N.O.S.: 1-0540-8

Superintendencia de
Servicios de Salud
0-800-222-72583
www.sssalud.gov.ar

CONSTRUIR Salud
Trabajo Social

