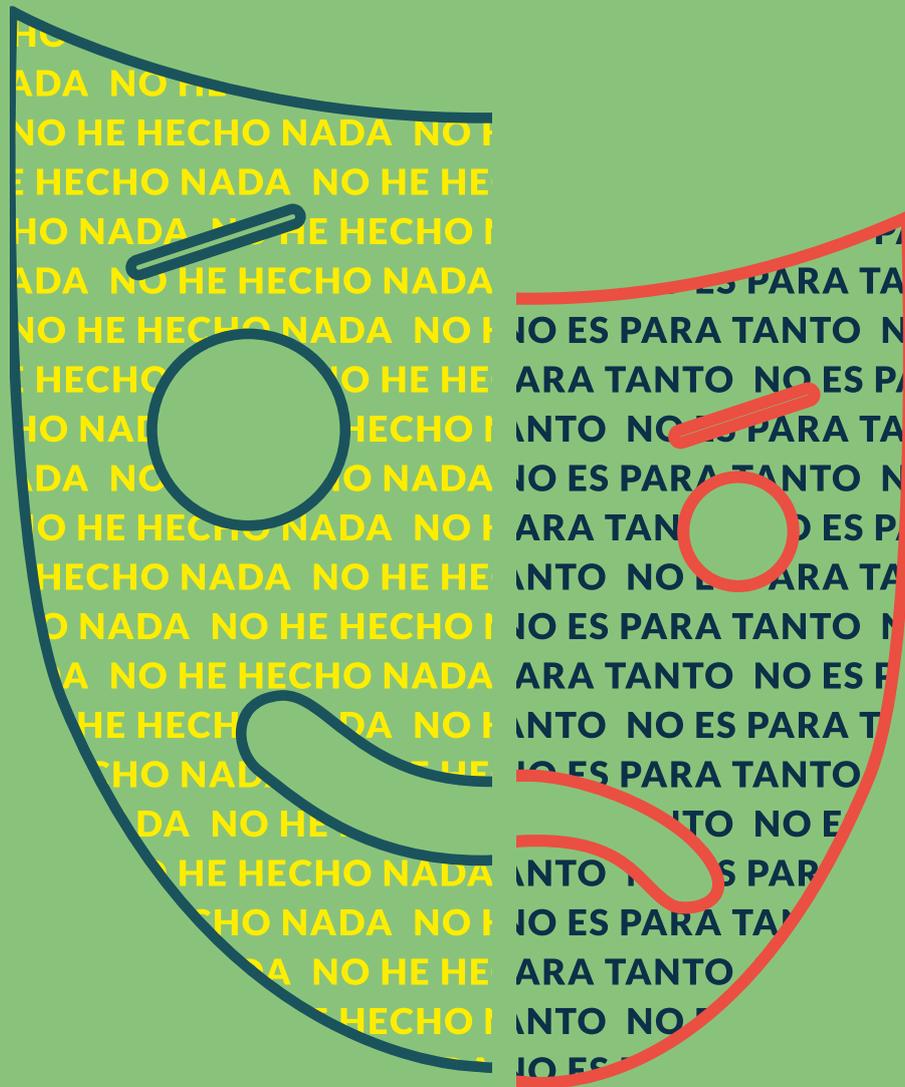


¡SI YO NO HE HECHO NADA!



DESENMASCARANDO EL ABUSO Y LA MANIPULACIÓN

"Proyecto de Prevención de violencias machistas en adolescentes" Curso 2020/2021
IES Vega del Jarama, IES Rey Fernando VI e IES Jaime Ferrán Clúa



Ayuntamiento Real Sitio
san fernando de henares



Punto Municipal
del Observatorio Regional de la
Violencia de Género



Comunidad
de Madrid

EDITA

Ayuntamiento de San Fernando de Henares · Concejalía de Igualdad
Programa Municipal de Atención Integral a la Violencia de Género
Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género (PMORVG)

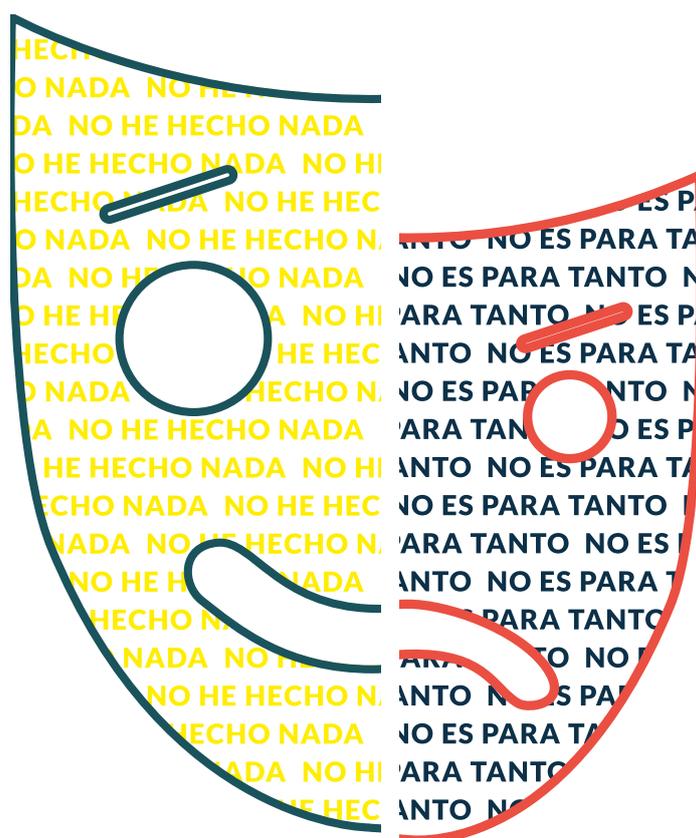
Noviembre 2020

ELABORA

Autora: Paola Fernández Zurbarán
Colabora: Laura Teresa Marcilla Jiménez
Diseño e impresión: Nacho Marugán Hernández

ÍNDICE

1. Justificación	5
2. Las causas de la violencia hacia las mujeres en el ámbito de la pareja	6
3. Los chicos que maltratan	11
4. La violencia hacia las chicas en la pareja	12
5. El papel del grupo de iguales	18
6. Propuestas de trabajo con el alumnado	18
Actividades	19
Anexo 1 • Cuestionario COADES	33





Fco. Javier Corpa
Alcalde Presidente



Leticia Martin
Concejala de Igualdad

Ayuntamiento de San Fernando de Henares en lucha contra las violencias machistas: acciones educativas en población adolescente.

En el contexto de la conmemoración del día 25 de noviembre, declarado por la Asamblea General de la ONU en 1999 'Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres', el Ayuntamiento de San Fernando de Henares presenta, un año más, un proyecto prevención de la violencia de género dirigido a la población adolescente del municipio.

Según publica el Instituto Nacional de Estadística (INE) y recogen con alarma las Asociaciones de apoyo a la Infancia y la Adolescencia, la violencia en adolescentes es una de las violencias de género que más está aumentando en nuestro país. Las mismas fuentes confirman que el número de mujeres menores de 18 años víctimas de Violencia de Género en 2019 aumentó en un 6,2% respecto al año anterior. Otro dato que debe despertar nuestras alertas es el número de hombres jóvenes menores de edad denunciados por Violencia de Género, que ha crecido un 21,4%, siendo esta la tasa que mayor subida ha experimentado. Los denunciados menores de 18 años han pasado de 103 en 2018 a 125 en 2019.

En 2020 se han publicado los resultados del estudio 'Menores y Violencia de Género' con una amplia muestra de menores entre 14 y 18 años, complementario a la Macroencuesta de violencia contra la mujer realizada en 2019 por la Delegación de Gobierno contra la Violencia de Género. Esta fuente destaca que, ellas reconocen sufrir Violencia de Género en mayor medida de lo que ellos admiten ejercerla.

Desde el Programa Municipal de Atención Integral a la Violencia de Género presentamos una nueva iniciativa de 'Prevención de las violencias machistas en adolescentes', con la activa colaboración de los tres Institutos de Enseñanza Secundaria del municipio: IES Jaime Ferrán Clúa, IES Rey Fernando VI e IES Vega del Jarama.

Atendiendo, además, a la situación sanitaria producida por la COVID 19, hemos desarrollado actividades y material didáctico que se ajusta tanto a formatos formativos presenciales como 'online', entendiendo que la situación de mayor aislamiento y restricciones a la movilidad, a la que está también obligado el segmento de población adolescente, es un factor de riesgo añadido frente a la Violencia de Género y es de vital importancia desarrollar este Proyecto en el actual curso escolar.

El Programa del Ayuntamiento de San Fernando de Henares fue pionero en la Comunidad de Madrid, y siempre ha sido motivo de orgullo para los diferentes equipos de Gobierno. Actualmente, se sigue trabajando con el mismo ahínco y, gracias al trabajo de las profesionales que integran el mismo, se desarrolla una labor transversal a través de las áreas de Igualdad, Bienestar Social y Seguridad para entre todos y todas cumplir con el compromiso de erradicar las violencias machistas, partiendo de las edades más tempranas y alcanzando a toda la población.

Para facilitar el acceso a los materiales educativos, se han insertado en los documentos en papel el escáner QR, y se invita a todas las vecinas y vecinos a entrar en la web municipal ('Área de Igualdad'), donde encontrarán el folleto preventivo destinado a familias y los materiales educativos y documentos gráficos presentados en este proyecto.

¡SI YO NO HE HECHO
NADA!

1. JUSTIFICACIÓN

La violencia de género en mujeres menores de edad es un fenómeno que está siendo objeto de creciente interés y estudio en los últimos años. Cada vez son más numerosas las familias y los y las profesionales que de una manera u otra, en su quehacer diario, tienen por delante el desafío de acompañar a mujeres adolescentes en la ardua tarea de abandonar una relación de violencia de género.

Por otra parte, queda de manifiesto la preocupación por las masculinidades que protagonizan esta forma de violencia, chicos jóvenes que establecen relaciones de dominio altamente peligrosas para sus parejas. Esta tarea está condicionada por conocimientos específicos relacionados con la violencia de género y sus manifestaciones en el noviazgo adolescente.

En este sentido **esta guía quiere poner el foco en uno de los aspectos que menos se han abordado** en el campo de la prevención y de la detección de la violencia de género en la adolescencia: **las formas de abuso y violencia psicológica de tipo manipulativo.**

DESENMASCARANDO EL ABUSO Y LA MANIPULACIÓN

2. LAS CAUSAS DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES EN EL ÁMBITO DE LA PAREJA

La violencia hacia las mujeres en general y en el ámbito de la pareja en particular, es una consecuencia de **la desigualdad entre hombres y mujeres por razones sexistas**.

Uno de los **mitos** que siguen presentes en gran parte de la ciudadanía, así como en profesionales no especializados en la materia, tiene que ver con el origen de esta violencia, siendo frecuente que sea atribuida a cuestiones de tipo individual y circunstanciales (personalidad del chico agresor, al consumo de alcohol u otras drogas, o a la marginalidad y situaciones socioeconómicas singulares del contexto particular).

Sin embargo, los principales **factores de riesgo que influyen en que se produzca violencia hacia las mujeres dentro de la pareja son de naturaleza sociocultural y se describirán brevemente a continuación:**

- **El sistema de creencias sexistas:** se trata del conjunto de actitudes y comportamientos que niega derechos y restringe las opciones, atribuyendo cualidades (características de personalidad), roles (funciones) y posiciones de autoridad o sumisión en la pareja para uno u otro sexo. Las creencias sexistas ejercen su influencia desde la transmisión de modelos diferentes de masculinidad y feminidad.

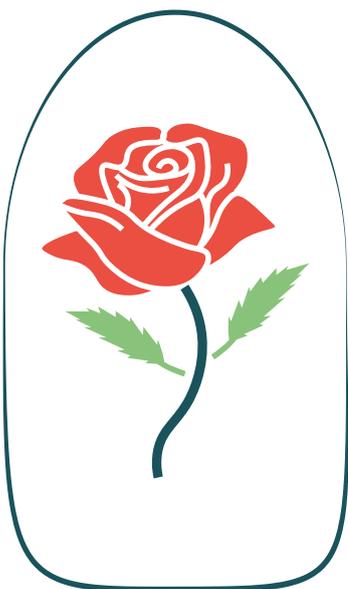
Estos modelos se concretan en la construcción de identidades estereotipadas y sexistas basadas en creencias y actitudes de autoridad y dominio del varón, así como en la dependencia y necesidad de protección de la mujer para tratar de modificar estos esquemas mentales y así prevenir este tipo de violencia. Entre las **creencias sexistas referentes a las relaciones de pareja** que se encuentran en los chicos y en las chicas adolescentes se encuentran las siguientes:

- Las chicas son, por naturaleza, más pacientes y tolerantes que los chicos.
- El afecto y el cariño son más importantes para las chicas que para los chicos.
- Las chicas están mejor dotadas que los chicos para complacer a los demás (estar atentas a lo que quieren y necesitan).
- Por su mayor sensibilidad, las chicas son más compasivas que los chicos hacia su pareja.
- Las chicas tienen mayor capacidad para perdonar los defectos de su pareja que los chicos. Las chicas tienen mayor capacidad para perdonar los defectos de su pareja que los chicos.
- Para un chico una chica frágil tiene un encanto especial.
- Las chicas poseen por naturaleza una sensibilidad superior a la de los chicos.
- La mujer que trabaja fuera de casa tiene desatendida a su familia.
- Por naturaleza, las chicas están mejor dotadas que los chicos para soportar el sufrimiento.

- Una chica debe estar dispuesta a sacrificarse por su chico.
- Un chico debe dirigir con cariño, pero con firmeza, a su chica.
- Los chicos por naturaleza son más agresivos que las chicas para resolver conflictos.
- Los chicos por naturaleza tienen más necesidades sexuales que las chicas.
- En nombre de la igualdad, muchas chicas intentan conseguir ciertos privilegios
- Las chicas se ofenden fácilmente
- Las chicas no valoran suficientemente todo lo que los chicos hacen por ellas
- Las chicas buscan ganar poder manipulando a los chicos
- Las chicas buscan comprometerse con un chico para controlarlo
- Muchas chicas, para burlarse de los chicos, utilizan su apariencia sexual para atraerlos y después rechazarlos

El sistema de creencias sexistas influye en las expectativas que cada uno de los miembros de la pareja tienen de lo que se puede esperar del otro en una relación. Teniendo en cuenta que dichas creencias subordinan el papel de la mujer al del hombre en las relaciones afectivas, el **nivel de sexismo interiorizado del chico que inicia la relación** será clave para entender porque se instaura el sistema de dominio, y la relación de violencia de género, como se explicará en apartados posteriores.

- **Mitos del amor romántico y creencias desajustadas sobre las relaciones afectivas y sexuales:** existen numerosos mitos del amor romántico, «El amor todo lo puede», «El amor verdadero está predestinado», «El amor es lo más importante en la vida y requiere entrega total» y «El amor es posesión y exclusividad», que se transmiten culturalmente, a través de cuentos y leyendas, y en los mensajes directos e indirectos que sobre el amor se difunden en el cine, la literatura o la música.



Por su especial peligrosidad nos detendremos en **el fenómeno de la Bella y la Bestia**, el cual es transmitido continuamente a través de la literatura, el cine y la televisión que consumen de manera masiva chicas y chicos, y que alimenta diversos mitos del amor romántico. Este fenómeno es especialmente peligroso ya que asocia la idea de que, a pesar del secuestro que implica para una chica (Bella), un chico maltratador (la Bestia), con la paciencia, dulzura y amor desinteresado de dicha joven, puede transformarse en una masculinidad poderosa, pero de mayor aceptación social (el príncipe en el que se transforma la Bestia al final de la historia).

Este modelo de relación está presente en las películas y series que ven las chicas y chicos adolescentes con muchísima frecuencia. Entre **los mitos del amor romántico** que se alimentan y perpetúan en las chicas adolescentes en esta historia están:

- Entrega total a la otra persona (aceptar el secuestro en el castillo de la Bestia).
- Hacer de la otra persona lo único y fundamental de la existencia (para Bella todo gira alrededor de la Bestia desde que está secuestrada). Vivir experiencias muy intensas de felicidad o de sufrimiento (alternancia de buen trato y mal trato por parte de la Bestia a Bella).
- Depender de la otra persona y adaptarse a ella, postergando las necesidades e intereses propios (Bella no puede hacer nada por ella ni para ella misma, ya que no debe molestar a la Bestia).
- Perdonar y justificar todo en nombre del amor (Bella justifica el maltrato de la Bestia al conocer su historia de supuesto sufrimiento).
- Consagrarse al bienestar de la otra persona (Bella hace el castillo un hogar más agradable en el que la Bestia se sienta mejor).
- Estar todo el tiempo con la otra persona (Bella está secuestrada y pasa todo su tiempo con la Bestia).
- Sentir que cualquier sacrificio es positivo si se hace por amor a la otra persona (Bella está dispuesta a separarse de su padre y de sus amigos y vecinos).
- Tener anhelos de ayudar y apoyar a la otra persona sin esperar reciprocidad ni gratitud (Bella es una joven inteligente, buena y bondadosa que quiere que la Bestia sea bueno).

Lo más peligroso de este fenómeno reside en el que al final de la historia, tras sufrir:

- aislamiento de sus seres queridos,
- control exhaustivo de todos sus movimientos,
- intimidaciones,
- desvalorizaciones y humillaciones,

la Bestia se transforma en un príncipe bueno, y esa es su recompensa por haber soportado la situación.

Cuanto más mitos del amor románticos tenga una chica, más probabilidades de quedarse atrapada en la relación de violencia, ya que esperará, como en el cuento, que él finalmente se transforme en el chico bueno que ella desea que sea.

Por otra parte, entre las creencias que este fenómeno alimenta y perpetúa en los chicos estarían las siguientes:

- Si me quiere me lo perdonará todo
- Si me quiere seré el centro de su vida y lo dejará todo y a todos por mí
- Si me quiere ignorará lo que otras personas opinen de mí o de mis comportamientos y actitudes
- Yo sé que es lo mejor para ella y sé cómo protegerla
- Con su amor me transformaré en un hombre de éxito admirado y respetado por todos

Cuanto más rígidas sean esas creencias más riesgo existe de que el chico sea un maltratador con su pareja.

- **Percepción de abuso y maltrato:** diversos estudios centrados en la adolescencia han puesto de manifiesto las dificultades que chicos y chicas tienen para identificar indicadores de abuso y maltrato en general. Son constantes los mensajes sociales que reciben chicas y chicos acerca del uso legítimo de la violencia o la fuerza para conseguir lo que se desea. Por otra parte, chicas y chicos están continuamente expuestos a situaciones donde de forma manipulativa las personas obtienen lo que desean, a través de mecanismos denominados persuasivos, que son formas abusivas encubiertas. Esto constituye, sin lugar a duda, uno de los más importantes factores de riesgo ante la violencia de género

El abuso, maltrato y la violencia contra la mujer se gestan en los comienzos de la relación de pareja, si bien esas actitudes y conductas no son percibidas como tal.

A continuación, se detallan algunas manifestaciones de violencia de género en sus formas explícitas y encubiertas:

CONTROLAR	DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE Le pide que cambie su manera de vestir, de maquillarse, de hablar, sus opiniones o sus gustos
	INDIRECTO, ENCUBIERTO O SÚTIL Le dice que se preocupa tanto por ella que necesita saber dónde va, con quién y qué hace en todo momento Le pone trampas para comprobar lo que ella hace. Critica en otras chicas lo que quiere criticarle a ella
AISLAR	DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE No quiere que salga con otra gente
	INDIRECTO, ENCUBIERTO O SÚTIL Critica con frecuencia a sus amigos o amigas, familiares o compañeros Intenta que se una a él para enfrentarse a los demás Desconfía con frecuencia de sus amigos o amigas, familiares o compañeros Crea situaciones tensas cuando están con otras personas que a él no le gustan
CELOS/ POSESIÓN	DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE A veces la acusa sin justificación alguna de coquetear con otros chicos
	INDIRECTO, ENCUBIERTO O SÚTIL Le dice que no podría soportar que otro la tocara Le dice que sus celos son una demostración de lo mucho que la quiere
CHANTAJE EMOCIONAL	DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE Manifiesta amenazas de suicidio si ella le plantea dejarle
	INDIRECTO, ENCUBIERTO O SÚTIL Le provoca sentimientos de lástima hacia él Le dice que le quiere tanto que no podría soportar que le dejara
INTIMIDAR	DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE Golpea o arroja objetos cuando discute con ella En ocasiones le grita y le da órdenes
AGRESIÓN FÍSICA	DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE Alguna vez durante el noviazgo le da una bofetada o comete algún tipo de agresión contra ella
MANIFESTAR CREENCIAS SEXISTAS	DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE Se burla o habla en términos insultantes sobre las mujeres en general Piensa que las mujeres son inferiores a los hombres

ESTRATEGIA DE COACCIÓN	MODO
ABUSO SEXUAL	<p align="center">DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE</p> <p>Si no quiere mantener relaciones sexuales con él la tacha de estrecha La amenaza con buscarse a otras mujeres si no accede a mantener relaciones sexuales con él La ha obligado a mantener relaciones sexuales con él en alguna ocasión</p>
	<p align="center">INDIRECTO, ENCUBIERTO O SÚTIL</p> <p>Si no desea mantener relaciones sexuales, pone en duda su amor por él</p>
DESVALORIZAR	<p align="center">DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE</p> <p>La compara con otras haciéndola sentir incómoda o humillada Le monta numeritos en público o en privado por lo que hace o dice Crítica o encuentra defectos en casi todo lo que ella hace, dice o piensa</p>
	<p align="center">INDIRECTO, ENCUBIERTO O SÚTIL</p> <p>Nunca expresa reconocimiento sobre la valía ni las cualidades de ella</p>
DOMINAR	<p align="center">DIRECTA, PATENTE O EVIDENTE</p> <p>Insiste en que le obedezca</p>
	<p align="center">INDIRECTO, ENCUBIERTO O SÚTIL</p> <p>Opina que sabe mejor que la chica lo que es bueno para ella Le trata como a alguien a quien hay que proteger y defender, diciéndole que quiere lo mejor para ella No suele expresar lo que siente, piensa o desea y sin embargo, pretende que ella sí lo haga</p>

Fuente: Andalucía Detecta. Sexismo y violencia de género en la juventud

3. Los chicos que maltratan

Como hacíamos referencia en el apartado anterior, **la presencia de muchas creencias sexistas y desajustadas sobre lo que es esperable en una relación de pareja, y la rigidez de las mismas, aumenta el riesgo de que el chico que las posea sea un potencial maltratador.** La falta de cumplimiento de las expectativas de los chicos, generadas por estas creencias e ideas, justifica que los chicos apliquen todo tipo de estrategias, incluyendo el uso de la violencia, para ver cumplidos sus deseos, para lo cual deben transformar a las chicas. El objetivo es que sus parejas se adapten a sus expectativas y creencias, y se comporten como la mujer que ellos esperan que sean.

Como quedó de manifiesto en el apartado anterior, el origen de la violencia no lo encontramos en razones como que la pareja de la chica sea más o menos agresivo, que pierda el control, o que provenga de una familia “difícil”, etc.

Estos mitos acerca de la violencia hacia las mujeres y sobre los maltratadores provocan que se ponga la atención y la intervención en aspectos que no solo no disminuyen la violencia, sino que la hacen más adaptativa. En este sentido trabajar con estrategias conductuales y de autocontrol, sin abordar el sistema de creencias sexista, solo transforma las técnicas empleadas por los chicos para hacer cumplir sus expectativas, pasando de formas más hostiles y agresivas, a formas más sutiles y manipuladoras de conseguir transformar a la chica a su antojo.

La violencia que ejerce no tiene como fin hacer daño, sino que se usa como una herramienta para instaurar su dominio y mantener su estatus en la pareja, imponiendo un modelo de relación que le da poder, comodidad y privilegios. Estas creencias están en consonancia con lo que ha aprendido, pero es importante tener en cuenta que además las quiere hacer suyas, y pretende llevarlas a la práctica, para tener una relación de pareja acorde a sus deseos y necesidades. Es por ello que el abordaje de la violencia y su prevención con los chicos debe hacerse desde una **perspectiva reeducativa, enfocada en desmontar esa ideología sexista,** ya que, de lo contrario, si nos centramos únicamente en la conducta, aprenderán formas más sutiles y encubiertas de mantener el poder dentro de su relación.

4. LA VIOLENCIA HACIA LAS CHICAS EN LA PAREJA

La violencia de género comienza a aparecer desde que se establecen las primeras relaciones de pareja, la mayoría de ellas en la adolescencia, no siempre como comportamientos agresivos (más evidentes y detectables), sino como comportamientos que favorecen la desigualdad, el dominio y el abuso. A través de la experiencia de las profesionales que trabajan con chicas víctimas, así como con población adolescente, queda de manifiesto las dificultades que tienen chicas y chicos en detectar las formas más manipulativas y sutiles de ejercer la violencia.

Es fundamental entender que, aunque la pareja no emplee conductas que se identifiquen como violencia, la presencia de conductas de desigualdad, de dominio, que busquen la sumisión de ella o que ceda siempre a los deseos de él, son las manifestaciones tempranas de que en la relación se está instaurando la violencia de género.

- **El proceso de la violencia**

La violencia de género se construye en un proceso que suele iniciarse desde el noviazgo, si bien no es fácilmente reconocible por empezar con conductas manipuladoras y no agresivas, tal como describíamos con anterioridad.

Al principio los comportamientos del chico maltratador no son de violencia, sino de ir sembrando la desigualdad e ir creando las condiciones para asentar su dominio sobre la chica. Más adelante, cuando el dominio está instaurado a través de conductas y estrategias abusivas se iniciarán las conductas de violencia psicológica y posteriormente, si él lo considerara necesario, las de violencia física.

Podemos plantear un esquema del proceso mediante el que se construye la violencia de género en las parejas.

PROCESO DE LA VIOLENCIA



Al inicio de cada relación de pareja, sus protagonistas llevan con ellos, entre otras cuestiones sus aprendizajes vitales, sus ideas sobre lo que significa ser pareja, sus mitos del amor romántico y sus creencias sexistas. Si la relación se da entre un chico y una chica, y **el joven tiene muchas creencias sexistas**, desde el inicio de la relación tratará de **instaurar el sistema de dominio**. Este sistema está constituido por tres pilares (**aislamiento, desvalorización y control**) y en la medida que las estrategias empleadas encajen con las creencias sexistas y los mitos del amor romántico de la chica, se instaurará de una manera más o menos fácil. Si el sistema de dominio se instaura de forma fácil, puede que el chico sólo tenga que emplear **estrategias abusivas**

psicológicas, ambientales y sexuales para mantenerlo. Estas formas abusivas son **formas de violencia de género de tipo manipulativo**. Puede ocurrir, sin embargo, que la chica se resista a los intentos de dominación, o que plantee más resistencias, por lo que el chico irá aumentando la hostilidad en las estrategias empleadas, pasando a las formas de violencia explícita o agresivas, que son comúnmente conocidas como **violencia física, psicológica, sexual o ambiental**.

Como hemos hecho referencia anteriormente, para instaurar dicho sistema de dominio el joven puede utilizar estrategias de tipo más sutil y manipulativa, o ser más explícito y hostil. Gracias al trabajo de prevención que desde hace más de una década se viene desarrollando en materia de igualdad y prevención de la violencia, las chicas han podido detectar con mayor facilidad las estrategias hostiles o agresivas utilizadas por chicos muy sexistas. Sin embargo, las formas manipulativas y sutiles siguen pasando desapercibidas para las jóvenes, e incluso para su entorno cercano (amistades, familiares, e incluso para el profesorado), por lo que entrenar la mirada para señalarlas y rechazarlas, se torna de vital importancia.

Las herramientas utilizadas por los chicos maltratadores para instaurar el sistema de dominio tienen una correspondencia exacta con las técnicas empleadas en el lavado de cerebro descritas en el caso de las sectas (Hirygoyen M.F.2006). Las técnicas que se emplean son de tres tipos:

- **Técnicas comportamentales. Éstas consisten en:**

- **Aislamiento** de la chica de sus redes sociales, ya sea la familia, las amistades e incluso el abandono de su formación.
- **Control**, prohibiciones y acoso psicológico para saber en todo momento con quién está la víctima, dónde se encuentra, qué hace, qué habla, que le comentan, etc.
- **Instauración** de un sistema de dependencia, que concluye con un sistemático proceso de desvalorización y humillación, que provoca tanto agotamiento psíquico como físico.

- **Técnicas emocionales.**

Estas se corresponden con las manipulaciones verbales y el chantaje emocional. En general, las herramientas de abuso emocional que utilizan los chicos maltratadores suelen **cuestionar los sentimientos de amor de las víctimas por no adaptarse a los mandatos sexistas, para reforzar su poder, pidiendo pruebas de amor constantes**. En paralelo generan miedo o ansiedad en la chica por medio de actitudes hostiles, como gestos intimidatorios o con represalias. El éxito de esta técnica está en la **combinación de amenazas y castigos con episodios de calma y demostraciones de amor**, lo que genera en las chicas víctimas de violencia de género un estado de autoculpa, confusión e inseguridad.

- **Técnicas cognitivas.**

Se utilizan a través de la denominada **“comunicación perversa”**, descrita como “falsa ilusión de comunicación”. En estos casos **el lenguaje es utilizado para impedir o dificultar el intercambio comunicativo, no para transmitir y unir**. Algunas características de la comunicación perversa que ejerce el agresor son:

- Rechazar la comunicación directa
- Usar silencios e insinuaciones para generar malentendidos y confusión
- Usar discursos contradictorios
- Emitir mensajes vagos e imprecisos
- No terminar las frases
- En el nivel verbal se dice una cosa y en el no verbal se expresa lo contrario. Existe un mensaje explícito y otro sobreentendido. El agresor niega la existencia del segundo, esta es una manera muy eficaz de desestabilizar a la chica. Si la víctima trata de aclarar sus dudas, se le tacha de entenderlo todo siempre al revés y de paranoica.
- Usar el sarcasmo, la burla, el desprecio y las descalificaciones en el registro de la comunicación no verbal: miradas despreciativas, suspiros exagerados, insinuaciones y alusiones desestabilizadoras, observaciones desagradables, críticas indirectas ocultas detrás de una broma, burlas.
- Poner a las chicas enfrentadas con otras personas mediante alusiones que siembran la duda, revelaciones de comentarios de terceras personas, o mentiras.
- Usar silencios e insinuaciones para generar malentendidos y confusión
- Las estrategias utilizadas por el agresor para desestabilizar a la chica serán:
 - Burlarse de sus convicciones, ideas y gustos.
 - Dejar de dirigirle la palabra.
 - Ridiculizarla en público.
 - Ofenderla delante de los demás.
 - Privarla de la posibilidad de expresarse.
 - Hacer broma con sus puntos débiles.
 - Hacer alusiones desagradables sin llegar a aclararlas nunca.
 - Poner en tela de juicio sus capacidades de juicio y decisión. Usar discursos contradictorios

Todas estas estrategias descritas **son formas de abuso psicológico, y por tanto son formas de violencia psicológica.**

Si tenemos en cuenta que estas estrategias se llevan a cabo en una etapa del ciclo vital como la adolescencia, caracterizada por ser un momento de cambios que implican explorar y experimentar roles y situaciones a las que se exponen por primera vez, careciendo de experiencia y donde con frecuencia aparecen dudas y confusión sobre quién soy yo, que quien quiero ser y lo que los demás esperan de mí, podemos entender como **el sistema de dominio se instaure con mucha rapidez, al servicio de las creencias altamente sexistas del chico agresor.**

El abuso o maltrato psicológico consiste en **comportamientos de hostigamiento frecuentes, recurrentes y sistemáticos contra la chica.** Es la conducta abusiva en gesto (miradas, expresiones con las manos, con la cara), palabras (bromas, chistes, comparaciones, críticas, desanimar ideas,

planes, deseos), comportamientos y actitudes (dejar de hablar, no mirar a la cara, negarse a hablar de un tema), que deterioran a la chica por su repetición e insistencia, poniendo en peligro o degradando su bienestar psicológico y emocional.

Entre las **manifestaciones manipulativas** que con más frecuencia se encuentran al inicio de las relaciones de violencia de género en la adolescencia encontramos:

1. Control.

El chico comienza controlando distintas parcelas de su vida como, por ejemplo, las amistades, el tiempo, los hobbies, etc. El control se establece en la relación de manera sutil y progresiva, de lo contrario, la chica reaccionaría negativamente al mismo.

También este control presenta dos formas de llevarse a cabo, una explícita, mediante la prohibición de hacer algo, y otra implícita, que utiliza mecanismos más sutiles para obtener los mismos resultados, y que son las que más dificultades tienen las chicas para detectar.

- **Espacios físicos.** El chico en todo momento está pendiente de dónde está la chica, con quién, qué hace, cuándo se ven, etc, bajo un aparente interés romántico y protector.
- **De relaciones a través de las redes sociales o aplicaciones de mensajería.** Mandar mensajes continuamente, pedirle selfies bajo aparente enamoramiento, o bajo estrategias de protección paternalistas, bromear con ponerse celoso de las cosas que ella puede hablar con otros chicos, o de lo que otros chicos pueden pensar de ella. Pueden pedirle la contraseña como un gesto de compromiso y confianza o para que le demuestre que no le oculta nada, e incluso darle a ella la suya bajo una falsa apariencia de igualdad en la relación.
- **Estético.** Consiste en la fiscalización de la forma de vestir, de la forma de pintarse, peinarse, etc, a través de reforzar como le parece a él que ella está más guapa, atractiva, o que cosas no le sientan bien.

2. Aislamiento.

Esta manifestación de la violencia puede desarrollarse de manera independiente o derivarse como consecuencia del control que el chico ejerce sobre ella. La finalidad es que la chica solo esté pendiente de él y sus necesidades y esté disponible el máximo de tiempo posible para él. Para ello pueden desplegar estrategias para que la chica se quede sola, sin apoyos de ningún tipo, para ver en él el único refugio posible. Esta forma de violencia que no solo aparta a la chica de su vida social, sino que va generando al mismo tiempo un sentimiento de dependencia hacia el chico. El aislamiento se centra en los focos que él considera que le quitan tiempo para él: amistades, familia y hobbies.

- **Familia.** Para boicotear las normas familiares que le impiden al chico disponer de todo el tiempo de la chica para llevar a cabo sus deseos, comienza todo un mecanismo de desprestigio sutil a la forma que madres y padres las tratan, haciéndoles sentir que la están infantilizando. En otras ocasiones, cuando la relación entre la chica y su familia está en crisis o deteriorada, ellos las refuerzan en su sentimiento de no sentirse querida.
- **Amistades.** Las amistades de ella no suelen caerle bien al chico, especialmente cuando hablamos de amistades masculinas. Por ello, comienza a quitarle valor

con bromas o comentarios sutiles, a cuestionar su verdadera amistad hacia ella, a provocar conflictos de forma manipulativa para que la propia chica se ponga en contra de sus amistades. Otra estrategia que suele ocurrir que el chico sale con las amistades de ella, si bien no se integra, por lo que la chica pasa todo el tiempo tratando de que este cómodo y ella al final empieza cansarse de ir con sus amigos y él, porque acaba cansada de intentar que se lo pase bien. Otras veces el chico siempre está con ella acompañándola, incluso en encuentros entre mejores amigas, que acaban sintiéndose invadidas o coartadas por la presencia del chico, por lo que dejan de llamar a la chica para evitar que venga él. En otras ocasiones busca excusas para evitar que ella vaya a sitios sin él, como fingir una enfermedad, malestar o problema, lo cual hace que la chica cambie sus planes y poco a poco se baja separando de su grupo de amigos.

- **Extraescolares y Hobbies.** Acompañarla a los mismos, y entretenerla con excusas para que no entre. En otras ocasiones contacta con ella antes y le dice que se encuentra mal, o que ha tenido un mal día, y que está deseando verla.

3. Desvalorizaciones en forma de consejos y bromas, humillaciones e insultos en forma de bromas o comentarios sutiles.

Esta desvalorización se puede llevar a cabo criticando los vínculos con el pasado, recuerdos, experiencias vividas, etc., bromeando sobre ellos o realizando comentarios que los infravaloran de forma indirecta. También se realizan sobre la identidad actual de la chica desde la desvalorización personal, haciéndole sentir insegura con sus comentarios “inocentes” o represión del desarrollo personal, desanimándola en sus proyectos, deseos y aspiraciones a través de consejos que él le da por su bien.

4. Manipulación emocional.

Es una estrategia de chantaje emocional que se puede manifestar haciéndose la víctima por estar muy enamorado, fingir tener problemas familiares, escolares, etc, para conseguir lo que desea, o incluso de manera seductora, premiando a la chica cuando se comporta como él quiere.

5. Indiferencia afectiva.

Se trata de una maniobra de violencia sutil donde el chico se muestra insensible o desatento ante la chica, mostrándole incluso rechazo. Posteriormente se excusará en que no le ocurría nada relacionado con ella, que lo que le pasaba era otra cosa.

6. Agresión sexual por «falso consentimiento».

Se trata de presiones, chantajes y amenazas, bajo bromas o comentarios sutiles usados con insistencia por parte del chico, para que ella mantenga relaciones con él o alguna práctica sexual determinada que él desea y ella no. Decirle si el problema es que no confía en él, o si no le parece atractivo, o bromear con tener que buscarse una amante, son estrategias sutiles que utilizadas de forma recurrente hacen que la chica acceda a mantener relaciones o prácticas sexuales que no desea.

7. Intimidación.

Se trata de acciones por parte del chico sobre el entorno inmediato, que resultan desproporcionadas y que asustan a la chica, bloqueándola por miedo a provocar sobre ellas la misma respuesta. Unos ejemplos frecuentes serían romper su propio móvil, golpear una pared o pegar una patada a un coche en presencia de la chica, ante un enfado por una situación que no tiene nada que ver con ella. Otra forma de intimidación sería dejar de hablar a algún amigo o familiar, de forma radical, por un desacuerdo, siendo la chica testigo de ello.

5. EL PAPEL DEL GRUPO DE IGUALES

En la adolescencia, la relación con amigas y amigos cumple un papel muy importante en la formación de su identidad, convirtiéndose en su **grupo de referencia**, y **siendo también el principal elemento en el que se apoyan para resolver sus dudas, confusiones y problemas**.

Las ideas que nuestros amigos y amigas tengan acerca de lo que es una relación de pareja, como se manifiesta el amor, y el respeto, sobre lo que es esperable en cada miembro de la pareja, y sobre los roles que ha de ejecutar cada uno, va a influir en la normalización de unos tipos de relaciones de pareja frente a otros. Es por ello importante ayudarlos a discernir lo que es una relación de pareja sana de lo que no lo es, y **orientarlos en cómo posicionarse para ayudar a las chicas víctimas y romper la ley del silencio frente a los chicos que maltratan**. Es por ello que el grupo clase se convierte un espacio privilegiado de reflexión y desarrollo social, donde poner en práctica de forma colectiva los aspectos abordados en esta guía.

6. PROPUESTAS DE TRABAJO CON EL ALUMNADO

A continuación, se presentan **seis fichas de trabajo**, que se pueden utilizar de manera individual. Los videos propuestos son de acceso libre, en este caso propiedad de CIMA Asociación de Mujeres Cineastas y de Medios Audiovisuales, AVON Fundación para la Mujer e Instituto Andaluz de la Mujer, si bien podrían ser sustituidos por otros donde se aborden las temáticas propuestas u otras similares.

Algunas consideraciones previas a tener en cuenta para conducir las actividades propuestas:

- **Elegir la actividad con la que nos sintamos más cómodas y cómodos**, sin importar cual, y cambiarla y adaptarla a nuestro gusto si fuera necesario.
- **Preparar una breve presentación de los contenidos** que aparecen en esta guía para apoyarnos al llevar a cabo la actividad
- **Empezar explorando las ideas previas del alumnado sobre el tema**. Para ello se puede utilizar el cuestionario **COADES (Anexo 1)**
- **Reconocer** que nosotras o nosotros tampoco sabríamos muy bien cómo actuar en algunas de las situaciones planteadas.
- **Ofrecerles** nuestro apoyo para que nos consulten cuando quieran intervenir y no sepan cómo.
- **Reforzar su papel** como buenos y buenas ciudadanas comprometidos con un mundo más justo e igualitario. El proceso de la violencia

ACTIVIDADES

1. PRIMERA VEZ
2. ABRE LOS OJOS
3. ¿COLEGAS?
4. CONVERSACIONES
5. ¡MÓJATE!
6. ESCRIBE EL FINAL

PRIMERA VEZ · ACTIVIDAD 1



Duración: 60 minutos



Materiales: Corto “Árbol”, de la campaña de prevención de violencia de género en la adolescencia. Ficha con preguntas impresa para cada uno de los alumnos y alumnas en el aula.



Objetivo principal: Entender el concepto de “consentimiento”, reflexionar sobre las estrategias sutiles para viciar y forzar el consentimiento y reconocer que constituyen una forma de abuso sexual.



Vídeo: [ENLACE AL VIDEO](#)
Reflexionar sobre las creencias que subyacen a estos procesos.

Desarrollo de la Actividad:

Previamente al visionado del corto, se debe comprobar que los y las estudiantes conocen el concepto de “consentimiento” y, en caso de no ser así, explicar el mismo. Se puede, por ejemplo, escribir su definición en la pizarra para que sirva de referencia durante el resto de la actividad.

Tras la proyección del video, se ofrecen 20 minutos a los alumnos y alumnas para que contesten a las preguntas de la ficha que se encuentra en la siguiente página.



Una vez hayan cumplimentado la ficha, se ponen las respuestas en común y se busca, especialmente, el reconocimiento de que cualquier conducta sexual que se obtenga a partir de estas estrategias de manipulación, no constituirá una relación deseada y es, por tanto, una forma de abuso sexual.



CIMA



Sugerencias y reflexiones

De cara a profundizar sobre la importancia del consentimiento y, especialmente, la ausencia del mismo, se puede debatir también en torno al lema “No es no”. ¿Siempre que no hay un “no”, es un “sí”? ¿Si en un momento determinado hay un “sí”, siempre es un “sí” deseado? ¿Qué cuesta más: decir que sí o decir que no?

También se puede usar la metáfora del consentimiento y las patatas fritas:

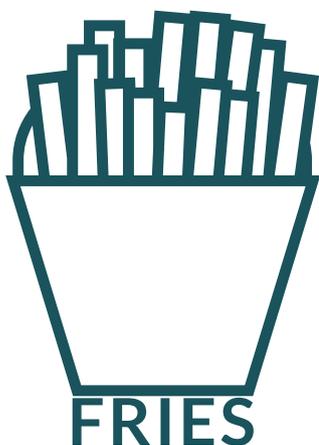
(F)reely given: “dado libremente”. Que nadie te obligue a pedir patatas si no quieres, eres tú quien se las va a tomar y para disfrutarlas, tienes que desearlas.

(R)eversible: aunque pidas patatas, si al final no tienes hambre o no te gustan, puedes dejarlas en el plato.

(I)nformed: “Informado”. Antes de pedirte patatas, miras cuánto cuestan y tienes todos los datos que necesitas para decidir si realmente las quieres.

(E)nthusiastic: “Entusiasta”. Cuando realmente estás disfrutando de las patatas que has pedido, ¡se nota!

(S)pecific: “Específico”. ¿Las quieres normales, deluxe, con queso, con mayonesa...? Hay muchos tipos de patatas, así que es importante especificar cuáles te apetecen comer.



FICHAS DE TRABAJO DEL CORTO “ÁRBOL”

1.- ¿Crees que la protagonista del video desea tener relaciones sexuales? ¿En qué partes se reconoce esto?

2.- ¿Es necesario mantener relaciones sexuales para demostrar sentimientos de amor a otra persona? ¿Qué más formas existen?

3.- ¿Consideras que la actitud del chico es adecuada? ¿Por qué? Señala frases o actitudes concretas.

4.- ¿Qué sentimientos crees que pueden despertar en la chica los comportamientos del chico?

5.- ¿Crees que existe la posibilidad de que ella acabe accediendo a tener relaciones sexuales? Si es así, ¿serían relaciones realmente consentidas? ¿y deseadas?

6.- Imagina un final alternativo para este corto. ¿Cómo te gustaría que fuera? ¿Cambiarías la actitud del chico, de la chica o de ambos?

ABRE LOS OJOS · ACTIVIDAD 2



Duración: 60 minutos



Materiales: Vídeos de la campaña “No te pierdas, sin amor no hay libertad”, Proyector y ordenador o dispositivos para visionar los vídeos. Folios, bolígrafos.



Objetivo principal: Reconocer las estrategias de manipulación que pueden aparecer en las relaciones de pareja y los cambios que producen.



Objetivo complementario: Reflexionar sobre las creencias que subyacen a estos procesos.

Vídeo 1: [ENLACE AL VIDEO](#)

Reflexionar sobre las creencias que subyacen a estos procesos.

Vídeo 2: [ENLACE AL VIDEO](#)

Reflexionar sobre las creencias que subyacen a estos procesos.

Desarrollo de la Actividad:

Visionado del primer vídeo una vez. Tras el mismo, se pregunta al grupo de clase en general si creen que la protagonista de vídeo ha sido víctima de alguna estrategia de manipulación para cambiar sus comportamientos. Se les da instrucciones a los alumnos y alumnas de prestar atención en el segundo visionado del mismo vídeo y anotar en una hoja de papel qué frases o palabras les han hecho detectar esta manipulación.

Tras la segunda proyección del vídeo, se ponen en común las palabras o frases anotadas por el alumnado (p. ej.: “renunciaré a lo que haga falta”, “no paro de ceder”, “¿será verdad que no valgo para nada?”, etc).

Se procede entonces a la proyección del segundo vídeo y se cuestiona lo siguiente a los y las estudiantes: ¿Qué correspondencias se dan entre el primer vídeo y el segundo?

¿Existe una relación entre los comportamientos del chico y las reacciones de la chica? Procuramos encontrar todos los paralelismos, qué actitudes dan lugar a qué cambios en la conducta de la pareja.

Se pide entonces que rellenen el cuestionario COADES y que posteriormente identifiquen al menos un ejemplo de cada uno de estos tres mecanismos de manipulación en el vídeo:

1. Desvalorización.
2. Control.
3. Aislamiento.



Fuente: Instituto Andaluz de la Mujer

Sugerencias y reflexiones:

Para facilitar el desarrollo de la actividad, si es necesario, se pueden volver a reproducir determinadas escenas del vídeo, para detener el debate en momentos concretos y garantizar que se reconozcan los mensajes que indican una manipulación.

Si el tiempo lo permite, se puede ampliar la actividad intentando inferir qué mitos románticos sobre el amor han influido en esta pareja. Por ejemplo:

- Solo existe un amor verdadero.
- El amor todo lo puede.
- Los celos son una muestra de amor.
- La pareja es más importante que el resto de relaciones, etc.



¿COLEGAS? · ACTIVIDAD 3



Duración: 60 minutos



Materiales: Cortometrajes de la campaña “Cambiá el trato”. Aula espaciosa, fichas con guiones de actuación.



Objetivo principal: Crear espacios donde ensayar, mediante el teatro y el roleplay, reacciones alternativas ante las violencias cotidianas que permitan romper el pacto de silencio y denunciar estas conductas por parte de los iguales.

Objetivo complementario: Fomentar las habilidades sociales, entrenar la comunicación asertiva y compartir las preocupaciones y dificultades que puedan tener con respecto a estas situaciones.



Vídeo 1: [ENLACE AL VIDEO](#)
Reflexionar sobre las creencias que subyacen a estos procesos.

Vídeo 2: [ENLACE AL VIDEO](#)
Reflexionar sobre las creencias que subyacen a estos procesos.

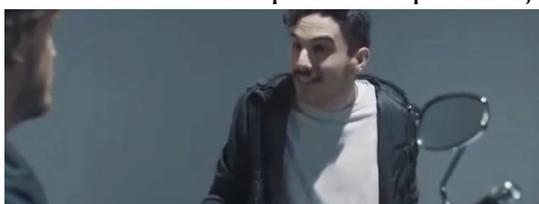
Desarrollo de la Actividad:

Fomentar las habilidades sociales, entrenar la comunicación asertiva y compartir las preocupaciones y dificultades que puedan tener con respecto a estas situaciones.

Tras la segunda proyección del vídeo, se ponen en común las palabras o frases anotadas por el alumnado (p. ej.: “renunciaré a lo que haga falta”, “no paro de ceder”, “¿será verdad que no valgo para nada?”, etc).

Posteriormente, se dan indicaciones sobre cómo realizar una actividad de teatro interactivo. Por turnos, dos personas voluntarias representan las escenas sugeridas en los guiones (en la página siguiente). Cada escena se representa dos veces. En la primera ocasión, no se permite intervenir al público. En la segunda representación, se anima al público a dar una palmada cuando quieran cambiar algo de la escena. La persona que dé la palmada sale a escena a sustituir a uno de los dos personajes y puede modificar su actuación a su antojo para buscar un final más satisfactorio.

Idealmente, se guiará a los y las participantes a que lleguen a finales alternativos donde se actúe para detener las conductas de dominación o control y se recriminen estos comportamientos abiertamente ante las personas que los ejercen.



Fundación AVON



Sugerencias y reflexiones:

De manera adicional, para entender las dificultades que pueden tener las personas jóvenes a la hora de intervenir activamente en este tipo de situaciones, se puede plantear un debate sobre las siguientes cuestiones:



- ¿Nos resulta difícil decirle a un amigo que está haciendo algo mal? ¿Por qué?
- ¿Qué reacciones nos preocupa que pueda tener un amigo cuando le decimos que no nos gusta cómo se comporta?
- ¿Qué es lo peor que puede pasar si detenemos este tipo de conductas? ¿Qué es lo peor que puede pasar si dejamos que las personas sigan actuando de esta manera?
- Si somos conscientes de que alguien ejerce violencia y no intervenimos de ninguna manera, ¿de qué lado estamos?

“No se puede ser neutral en situaciones de injusticia.”

GUIONES PARA LA DIMÁNICA DE TEATRO

Propuesta de escena N°1 - La llamada.

Dos amigos han quedado.

Cuando el segundo amigo llega, el primero está hablando por teléfono con su novia y escucha cómo le está haciendo demasiadas preguntas, ejerciendo conductas de control y aislamiento. En la representación inicial de las escenas, el amigo no hace nada para recriminar esta actitud a su colega. Por el contrario, le apoya y le dice que entiende que no se fíe de su novia.

Frases que podría decir el amigo n°1:

- (a su novia) ¿Con quién has quedado? ¿Está ese amiguito tuyo que siempre te da like en instagram? ¿Y a qué hora vas a volver a casa? Llámame en cuanto llegues. Mándame una foto para que vea quienes estáis ahí.
- (con su amigo) No te puedes fiar de nadie, como te despistes te engañan a la primera de cambio.
- (con su amigo) Yo no sé por qué tiene que quedar tan a menudo con otra gente, luego no tiene tiempo para estar conmigo.
- (con su amigo) No me fío un pelo de ese amigo que tiene. No me deja leer sus conversaciones de WhatsApp, si no tuviera nada que ocultar me las enseñaría sin problema.

Frases que podría decir el amigo n°2:

- Ya tío, a mí me puso los cuernos mi ex. No dejes que te tome por tonto.
- Pues yo le diría que si no se fía de ti como para enseñarte lo que habla con otra gente, mejor que no estéis juntos.
- A mí tampoco me molaría que mi novia quedase con otros chicos. Todos sabemos que los chicos y las chicas no pueden ser amigos, siempre hay algo más.

Propuesta de escena Nº 2 - El Calentón

Un amigo está relatando las intimidades de lo que hizo con su pareja el último fin de semana. Abiertamente presume de haber tenido relaciones sexuales y que, a pesar de que su pareja le pidió que parara en un momento determinado, él consiguió convencerla para que continuara. El otro amigo escucha atentamente. En la primera representación de la escena, en lugar de indicar que esto constituye un abuso sexual, porque todos tenemos el derecho a parar y cambiar de opinión, apoya a su amigo en su relato, ridiculiza el abuso sufrido por la novia del primero y perpetúa una serie de estereotipos de género erróneos sobre las relaciones sexuales y el deseo.

Frases que podría decir el amigo nº1:

- Con lo que me ha costado tener la casa sola el fin de semana, y
- ¿Ahora va ella y cambia de idea? No puedes jugar así con las ilusiones de una persona. Si has dicho que vas a hacer algo, tienes que hacerlo.
- Si me hubiera dicho que no desde el principio, vale, pero es que ahí... en medio del asunto... pues no me puedes pedir que pare, yo ya tengo que terminar lo que he empezado.
- Seguro que en el fondo ella también quería seguir. Estaba súper excitada, solo que a las chicas les da vergüenza reconocerlo y luego fingen que se arrepienten.

Frases que podría decir el amigo nº2:

- Si es que, en el fondo, todas las tías son iguales. Te calientan para luego dejarte con las ganas.
- Claro tío, si a ella no le apetece seguir, pues vale, pero al menos a ti tiene que terminarte, tiene que hacer algo para que no te quedas a medias.
- Es que, ¿para qué tienes novia si no? Si no puedes tirártela cuando te apetece, para eso mejor estar soltero.
- ¿Sabes yo como convengo a mi novia de que haga todo lo que yo quiero? Le digo que mi ex me lo hacía siempre. Aunque sea mentira, pero así ella accede a todo lo que le pida para no sentirse inferior.

CONVERSACIONES · ACTIVIDAD 4



Duración: 60 minutos



Materiales: Conversaciones impresas, rotuladores rojos.



Objetivo principal: Reconocer e identificar las estrategias de victimización y culpabilización que se usan a menudo en pareja para manipular a la otra persona. Aprender a detectar las señales de estas formas de control y a marcar límites ante las mismas.

Objetivo complementario: Reflexionar sobre la dificultad que existe a la hora de identificar estas señales cuando se viven en primera persona y fomentar las habilidades necesarias para hacer respetar las propias decisiones frente a estas estrategias de manipulación.

Desarrollo de la Actividad:



Por grupos de 3 o 4 personas, se reparten las fichas impresas con las conversaciones de WhatsApp y rotuladores o bolígrafos rojos con los que puedan señalar las estrategias de manipulación y hacer anotaciones al margen de la ficha sobre las conductas que observan y las reflexiones que extraen de estas situaciones.

Posteriormente, se ponen en común entre toda la clase las impresiones y conclusiones a las que hayan llegado, procurando identificar todos los ejemplos de manipulación posibles.

Sugerencias y reflexiones:



Si la actividad funciona bien, se puede invitar también a los y las estudiantes a que escriban otros ejemplos de conversaciones por WhatsApp o redes sociales donde una persona se vale de la manipulación o el chantaje emocional para obtener aquello que desea. Por ejemplo, pueden representar conversaciones similares donde se intente convencer a la otra persona para practicar sexting, donde se intente cambiar su forma de vestir o se presione para conseguir las contraseñas de sus cuentas privadas.

Además, de manera paralela, se pueden usar las siguientes preguntas para abrir debate y generar conciencia sobre por qué estas conductas son más difíciles de identificar para la víctima:

- ¿Por qué la chica acaba accediendo a lo que le pide el novio?
- ¿Creéis que ella se ha dado cuenta de que la estaban manipulando?
- ¿Qué emociones generan este tipo de conversaciones? ¿Cómo se siente la persona a la que le escriben todo esto?
- ¿Resulta fácil poner límites? ¿Con qué personas nos cuesta más hacerlo?

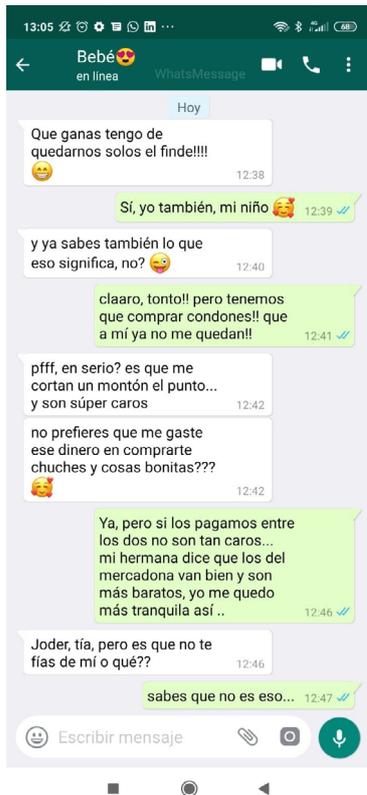
“Ven antes el humo los que están fuera, que el fuego los que están dentro”.

Es decir, que normalmente resulta más fácil identificar estas conductas “desde fuera”. Podemos reconocer cuándo les ocurre a los demás más rápidamente que cuando nos ocurre a nosotros y nosotras, porque nos cuesta mantener la objetividad con las cosas que nos tocan de cerca y vivimos “desde dentro”. No obstante, cuanto más sepamos al respecto, más posibilidades tendremos de reconocer y evitar la manipulación.

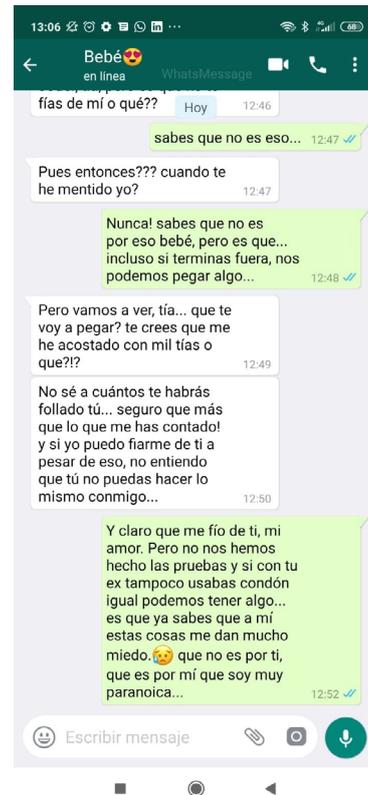
CONVERSACIONES POR WHATSAPP

Imprimir y trabajar sobre las imágenes de las siguientes páginas:

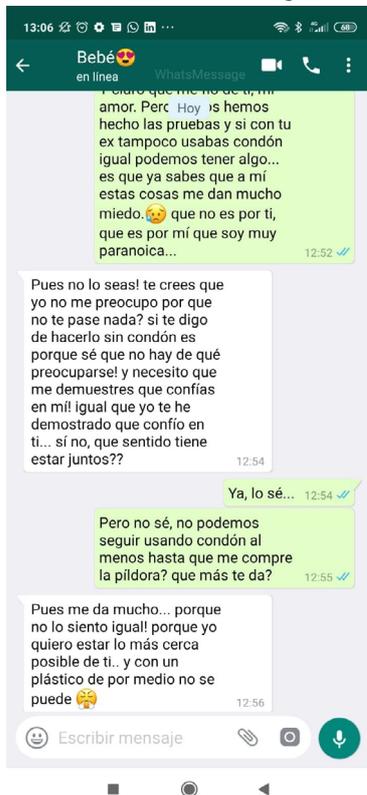
Los preservativos 1/4



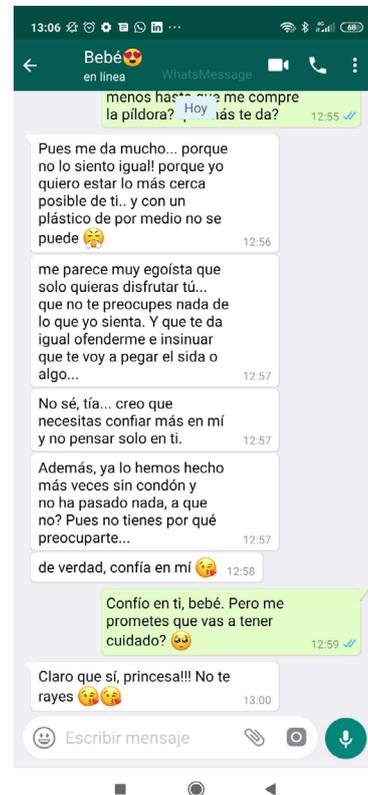
Los preservativos 2/4



Los preservativos 3/4

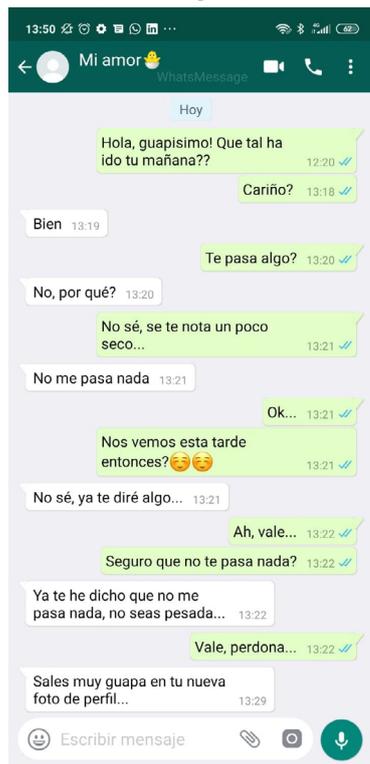


Los preservativos 4/4

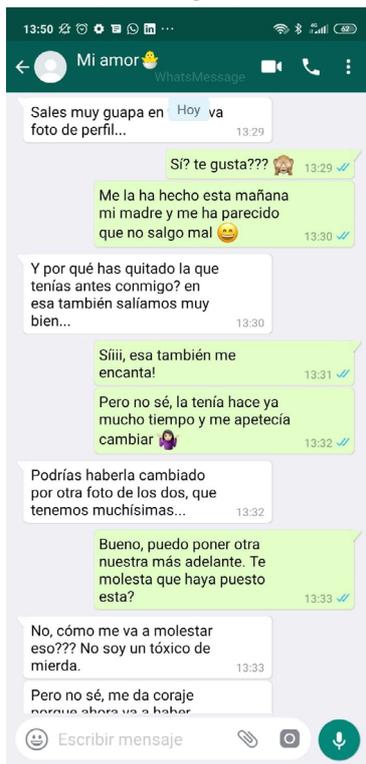


LA FOTO DE PERFIL

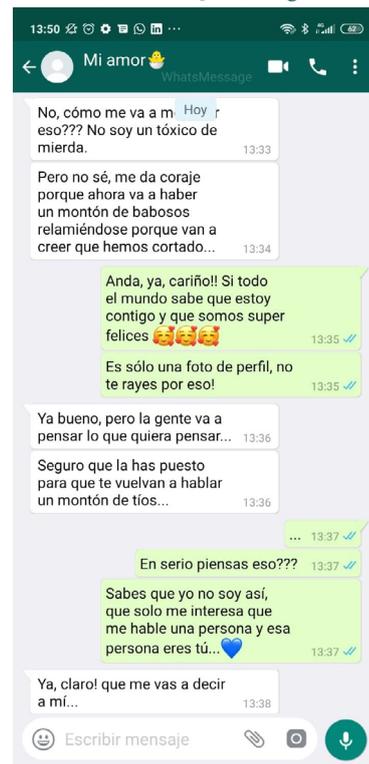
La foto de perfil 1/6



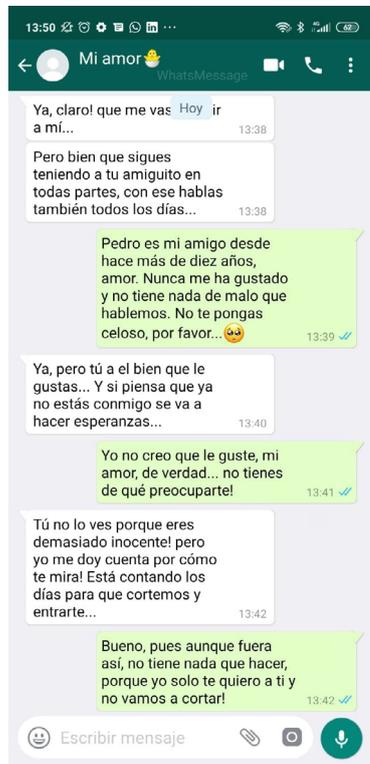
La foto de perfil 2/6



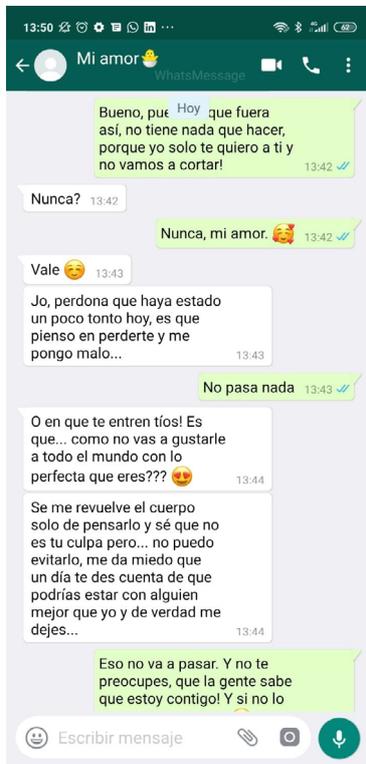
La foto de perfil 3/6



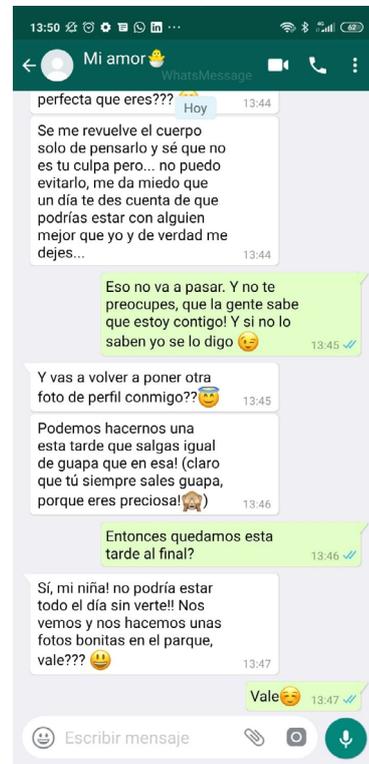
La foto de perfil 4/6



La foto de perfil 5/6



La foto de perfil 6/6



¡MÓJATE! · ACTIVIDAD 5



Duración: 60 minutos



Materiales: Cuestionario y bolígrafos.



Objetivo principal: Aumentar la consciencia sobre la cantidad de conductas que pueden constituir una estrategia sutil y manipulativa de control, desvalorización y/o aislamiento. Aprender a diferenciarlas entre sí y visibilizar lo difíciles que son de reconocer, precisamente por su sutilidad.

Objetivo complementario: Ofrecer alternativas de buen trato, poner en valor las conductas de cuidados en pareja y fomentar la elección de parejas que muestren su afecto de forma saludable.

Desarrollo de la Actividad:



Se facilitará a cada alumno y alumna el cuestionario de trabajo de las siguientes páginas, y se les pedirá que indiquen de manera individual si consideran que esas conductas comportan una muestra de buen o mal trato, así como que intenten identificar (en caso de considerarlo mal trato) de qué tipo de estrategia se trata.

Posteriormente se ponen en común los resultados, buscando llegar al consenso de que todas esas conductas son dañinas. Se puede ampliar la actividad abriendo un debate sobre si han sufrido en primera persona o presenciado como testigos ese tipo de comportamientos alguna vez.

Cuestionario de conductas:

Instrucciones:

1. Lee la conducta descrita en la primera casilla con atención
2. Indica aquí si es un ejemplo de buen trato (V) o de mal trato (X).
3. Si consideras que es una forma de mal trato, señala a qué tipo pertenece: **Control (C), Aislamiento (A) o Desvalorización (D).**

BUEN TRATO (V)
MAL TRATO (X)

CONTROL (C)
AISLAMIENTO (A)
DESVALORIZACIÓN (D)

1. Hacer que su pareja se sienta tonta mediante gestos, miradas o el tono de voz.

2. Hacer planes para ambos o tomar decisiones importantes sin contar con su pareja.

3. Cambiar los planes con su pareja a última hora o sin consultarle.

4. Burlarse de las opiniones de su pareja o hacerla sentir inexperta.

5. Ignorar los sentimientos de su pareja, haciéndole creer que exagera o que es demasiado sensible.

6. Insistir mucho a su pareja, hasta convercerla de algo que sabe que en realidad no quiere hacer

7. Recomendar sobre en qué debería gastar el dinero su pareja con mucha frecuencia o insistencia

8. Pedir a menudo dinero prestado a su pareja y tardar mucho en devolverlo o poner excusas para no hacerlo.

9. Desanimar a su pareja de sus estudios, distraerla con frecuencia o insinuar que sus estudios no son importantes.

10. Quejarse de que su pareja se relacione con su familia o amistades, acusándola de que les dedica más atención que a la relación de pareja.

11. A través de comentarios o bromas, hacer sentir a su pareja insegura de lo que siente, piensa, dice o desea hacer.

12. Querer saber al detalle todos horarios, citas o actividades de su pareja, bajo el pretexto de que se preocupa por ella.

13. Argumentar para “darle la vuelta a la tortilla” y hacer que su pareja se sienta responsable de los comportamientos injustos hacia ella.

14. Enfadarse repentinamente y usar frases bruscas o desagradables sin razón aparente.

15. Interrumpir a su pareja mientras habla, dejar de responderle por largos periodos o darle una vuelta a sus palabras.

16. Considerar que tiene que proteger a su pareja porque es inocente o inexperta y no puede valerse por sí misma.

17. Leer los mensajes de su pareja o escuchar sus conversaciones telefónicas.

18. Negarse a expresar sus sentimientos o a hablar de los problemas para resolverlos.

19. Poner excusas para justificar su conducta (“yo no quería”, “ha sido culpa de...”, “es que tengo muchos problemas”, etc.).

20. Incumplir los acuerdos a los que ha llegado con su pareja sobre cosas que sabe que para ella son importantes.

21. Poner en duda la fidelidad de su pareja y pedirle pruebas de amor constantemente (p. ej. La contraseña de sus redes sociales).

22. Decir cosas como “sin ti no sé que haría” o “si me dejases me suicidaría” cuando su pareja se enfada o se plantea dejar la relación.

ESCRIBE EL FINAL • ACTIVIDAD 6



Duración: 45 minutos



Materiales: Ficha y bolígrafo. Para realizar la actividad complementaria también serán necesarias cartulinas y rotuladores



Objetivo principal: Identificar las conductas de desvalorización cuando se disfrazan de bromas o parecen comentarios inofensivos y planificar posibles formas de intervención en caso de presenciarlas.

Objetivo complementario: Aprender a diferenciar el límite entre una broma que se acepta de buen grado y una conducta que menosprecia o ridiculiza a la persona hacia la que se dirige.

Desarrollo de la actividad:



Se presenta el caso: un supuesto en el que una amiga está siendo desvalorizada por su pareja en frente de un grupo de amigos (del que hipotéticamente formarían parte los y las alumnas durante la actividad). El final de la historia está incompleto y requiere que cada persona lo continúe de la forma que considere más positiva. La actividad se puede hacer de manera individual o por grupos, para favorecer el debate sobre las formas más idóneas de proceder.

Posteriormente, se comparten las opciones que ha desarrollado cada persona o cada grupo y se vota cuál o cuáles de ellas serían más recomendables en una situación así.

Caso práctico

Lorena y Felipe llevan saliendo unos meses. Antes, Lorena quedaba sobre todo con otro grupo de amigos del instituto, pero desde que está saliendo con Felipe ya no va apenas con ellos y, en cambio, queda mucho con los amigos de Felipe (es decir, vosotros y vosotras). Esta noche, todos habíais quedado en casa de Rocío para ver una película. La película resulta ser un poco rara y difícil de seguir y Felipe empieza a hacer bromas a Lorena insinuando que ella no va a ser capaz de enterarse de la trama. “Si quieres, te hago un croquis después para que te enteres” - le dice - “que sé que estas cosas ti te cuestan”. Mientras dice esto, guiña un ojo, haciendo ver que lo hace de broma. Pero Lorena, cuando le hace la misma broma por tercera vez, le pide que pare y que le deje ver la película tranquila.

Felipe se burla de su reacción, le dice que no sabe apreciar un chiste. Y que además es verdad que ella es algo más lenta. “¿Os acordáis de aquella vez que Lorena se quedó en blanco cuando la profesora le hizo esa pregunta tan sencilla?” - recuerda Felipe.

-Eso fue porque no estaba prestando atención, no porque sea tonta - responde Lorena.

Pero Felipe sigue poniendo ejemplos de veces que Lorena hizo o dijo algo “tonto” delante de todo el mundo, como intentando demostrar que tiene razón.

A Lorena se la ve claramente disgustada, pero Felipe no parece darse cuenta o no le importa.

¿Qué harías tú en esa situación?

Sugerencias y reflexiones:



Para ampliar la actividad, se puede pedir a los y las estudiantes que representen en una cartulina un cómic con dos situaciones distintas: una en la que una persona haga una broma inofensiva a su pareja y otra en la que, justificándose en que “es una broma”, se desarrolle una situación de desvalorización.

Antes de comenzar con la creación del cómic, es recomendable hacer una lluvia de ideas entre toda la clase para que entiendan qué elementos pueden ayudarnos diferenciar la primera situación de la segunda, por ejemplo:

- La intención con la que se hace un comentario determinado.
- La insistencia o la frecuencia con la que se repiten ese tipo de comentarios.
- La reacción de la persona que los recibe.
- Si se respeta o no la dignidad de la persona con esos comentarios.
- Si se respeta o no el deseo de la otra persona de cambiar de tema.
- Si los comentarios se realizan en la intimidad o en público.

ANEXO 1 • CUESTIONARIO COADES

Cuestionario COADES (Control, Aislamiento y Desvalorización) (Paola Fernández Zurbarán 2020)

Da tu opinión sobre los comportamientos, actitudes y mensajes que un chico tiene con su novia o con la chica con la que tiene un rollo:

<i>Comportamientos, actitudes y mensajes</i>	<i>BUEN TRATO</i>	<i>MAL TRATO</i>	<i>Elige alguna de estas opciones</i>
1) Hacerle sentir tonta mediante el tono de voz, la mirada o los gestos			Control Aislamiento Desvalorización
2) Tomar decisiones o hacer planes para los dos sin consultarlo con ella			Control Aislamiento Desvalorización
3) Cambiar los planes que ella había hecho			Control Aislamiento Desvalorización
4) Hacerle sentir tonta o inexperta en sus opiniones			Control Aislamiento Desvalorización
5) Ignorar los sentimientos de ella, haciéndole sentir que exagera, o que es demasiado sensible			Control Aislamiento Desvalorización
6) Insistir mucho hasta convencerla de hacer algo que sabe que ella en principio no desea			Control Aislamiento Desvalorización
7) Recomendar con mucha frecuencia en que gastar su dinero, o pedírselo prestado, tardando mucho en devolvérselo			Control Aislamiento Desvalorización
8) Querer saber horarios, sus citas o sus actividades diciéndole que es que se preocupa por ella y por eso le gusta saber todo			Control Aislamiento Desvalorización
9) Poner pegadas a que salga o se relacione con su familia o amistades, diciendo que parece que para ella son más importantes que él			Control Aislamiento Desvalorización
10) Desanimarla de sus estudios, distraerla con frecuencia o poner en duda que en realidad vaya al instituto a aprender			Control Aislamiento Desvalorización
11) A través de comentarios o bromas, ponerla en duda o hacerla sentir insegura de los que dice, siente o desea hacer			Control Aislamiento Desvalorización

12) Darle la vuelta a la situación haciéndole responsable de los comportamientos injustos de él hacia ella

Control
Aislamiento
Desvalorización

13) Enfadarse o hacer comentarios bruscos por sorpresa y sin que se sepa la razón

Control
Aislamiento
Desvalorización

14) Interrumpirla, no responderle o darle la vuelta a las palabras de ella

Control
Aislamiento
Desvalorización

15) Considerar que es ella es inocente o inexperta y que necesita ser cuidada y protegida

Control
Aislamiento
Desvalorización

16) Leer sus mensajes, y escuchar sus conversaciones telefónicas

Control
Aislamiento
Desvalorización

7) No expresar sus sentimientos, y no querer hablar de los problema para resolverlos

Control
Aislamiento
Desvalorización

18) Poner excusas para justificarse ("Yo no quería", "No me di cuenta", "Ha sido culpa de ", "Tengo muchos problemas", "No estoy bueno de la cabeza" ...)

Control
Aislamiento
Desvalorización

19) No cumplir los acuerdos a los que habían llegado en cosas que para ella son importantes

Control
Aislamiento
Desvalorización

20) Poner en duda su fidelidad y pedirle pruebas de amor constantemente (contraseñas de redes sociales, mantener relaciones sexuales cuando él desea, pedirle que no se relacione con algunas personas que a él no le caen bien, o con quien dice sentirse mal,...)

Control
Aislamiento
Desvalorización

21) Insinuar que va a tener que abandonar la relación o que va tener un "lio" con otra chica porque no encuentra en ella lo que él desea

Control
Aislamiento
Desvalorización

22) Decirle "Sin ti no sé qué hacer", "Si tú no estás me pasará algo", "sin ti me suicidaría" cuando ella demuestra que está enfadada por algo que él le ha hecho y piensa que a lo mejor ella quiere dejar la relación

Control
Aislamiento
Desvalorización

23) No valorar o no dar importancia a las tareas o actividades que ella realiza no mostrando interés por las cosas que ella hace

Control
Aislamiento
Desvalorización

BIBLIOGRAFÍA

AMURRIO, M (Investigadora principal) (2008): Violencia de género en las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes en Bilbao, Universidad del País Vasco, Bilbao.

AMURRIO, M.; LARRINAGA, A.; USATEGUI, E. y DEL VALLE, A. (2010): “Violencia de género en las relaciones de pareja de adolescentes y jóvenes de Bilbao”, Zerbitzuan,

BOSCH; FERRER, y ALZAMORA (2006): El laberinto patriarcal, Antrophos, Barcelona.

BOSCH Y FERRER. Nuevo mapa de los mitos sobre la violencia de género en el siglo XXI, *Psicothema* 2012. Vol. 24, nº 4.

BOCH, FERRER, NAVARRO Y FERREIRO. Focad. Intervención con perspectiva de género en mujeres víctimas de violencia machista.

CANTERA, Itziar, ESTÉBANEZ, Ianire y VÁZQUEZ, Norma (2009): Violencia contra las mujeres jóvenes: la violencia psicológica en las relaciones de noviazgo, Servicio de Mujer del Módulo Psicosocial de Deusto-San Ignacio, Emakunde, Bilbao.

DE MIGUEL, Verónica: Percepción de la violencia de género en la adolescencia y la juventud, Delegación del Gobierno para la Violencia de Género, Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, Centro de Publicaciones, Madrid.

DE LA PEÑA, Eva (2007): Fórmulas temáticas para la Igualdad n.º 5, Fundación Mujeres, Proyecto NEMESIS, Mancomunidad de Municipios Valle del Guadiato.

DÍAZ-AGUADO, M^a José y CARVAJAL, Isabel (dirs.) (2011): Igualdad y prevención de la violencia de género en la adolescencia, Universidad Complutense de Madrid y Ministerio de Igualdad, Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, Centro de Publicaciones, Madrid.

DÍAZ-AGUADO, M^a. José (dir.) (2013): Evolución de la adolescencia española sobre igualdad y la prevención de la violencia de género, Delegación del Gobierno para la Violencia de Género, Madrid.

En el laberinto... manual de uso de la campaña #no te pierdas sin libertad no hay amor. Instituto Andaluz de la Mujer.

Proyecto Detecta. Informe Total. Fundación Mujeres.

ESTÉBANEZ, Ianire y VÁZQUEZ, Norma (2013): La desigualdad de género y el sexismo en las redes sociales, Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco, Bilbao.

FERRER, Victoria; BOSCH, Esperanza y NAVARRO, Capilla (2010): “Los mitos románticos en España”, *Boletín de Psicología*, n.º 99.

FERRER, Victoria y BOSCH, Esperanza (2013): “Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa”, *Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, vol. 17.

Guía de actuación contra la violencia de género en el ámbito educativo. Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales.

HERRERA, EXPOSITO Y MOYA. Violencia de género: influencia del sexismo y el poder en las relaciones de pareja. Universidad de Granada.

Intervención con adolescentes que viven o ejercen relaciones afectivo-sexuales abusivas u otras manifestaciones de violencias machistas. Ayuntamiento de Barcelona.

Jóvenes, género y violencias: hagamos nuestra la prevención. Guía de apoyo para la formación de profesionales. Universitat Rovira i Virgili.

LUZÓN, José María (coord.) (2011): Estudio Detecta Andalucía, Instituto Andaluz de la Mujer, Sevilla.

OLIVA. A (COORD) ET COL. Instrumentos para la evaluación de la salud mental y el desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven. Junta de Andalucía, Consejería de Salud.

PESCADOR, E. MASCULINIDADES Y POBLACIÓN ADOLESCENTE. Disponible en http://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/gizonduz_dokumentuak/eu_def/adjuntos/masculinidadesypoblacionadolescente.pdf

RUIZ REPULLO,C. La construcción social de las relaciones amorosas y sexuales en la adolescencia. Diputación de Jaén.

RUIZ REPULLO,C. Modelos de atracción en la adolescencia: ¿el triunfo de identidades hegemónicas?. Universidad Pablo de Olavide.

RUIZ REPULLO, C. Voces tras los datos: una mirada cualitativa a la violencia de género en adolescentes. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería de Igualdad y Políticas Sociales.

Protocolo de actuación ante casos de violencia de género en el ámbito educativo. Consejería de Educación. Junta de Andalucía.

Violencia de género en población adolescente. Guía para profesionales de la educación. Excma. Diputación de Alicante. Unidad de Igualdad.

SI TU HIJA NECESITA AYUDA ACUDE AL

CONCEJALÍA DE IGUALDAD CONCEJALÍA DE BIENESTAR SOCIAL

Avda. Irún s/n 1ª Planta
91 674 00 14
91 672 69 47

Lunes a viernes, de 9:00 a 14:00 h.
Martes y jueves, de 15:00 a 20:00 h.



CENTRO DE CRISIS 24 HORAS PARA LA ATENCIÓN A MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL

900 869 947 / Whatsapp 602 224 417
A disposición de las víctimas y sus familias
24 horas y 365 días al año

SI NECESITAS AYUDA PARA TU HIJO

**Programa “Xicos que hablan”
PROYECTO LUZ CASANOVA
91 445 41 69**



SITUACIONES DE EMERGENCIA 24H

POLICÍA LOCAL
Plaza de España s/n
91 671 90 92