



CUADERNOS CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Nº1

CONCEPTOS BÁSICOS



Edita: Ayuntamiento de Salamanca
©Área de Bienestar Social. CIAM

Diseño y Maquetación: Bárbara Bejarano
Impresión: Gráficas Valle
Depósito legal: S-150-2020



La lucha contra la violencia de género es una asignatura pendiente. Cada año mueren en nuestro país decenas de mujeres víctimas de esta lacra que deja a niños y niñas sin madre y familias destrozadas.

Esta lucha debemos afrontarla desde la unidad de las instituciones y de la sociedad civil, y desde el cumplimiento del Pacto de Estado contra la Violencia de Género.

Desde el Ayuntamiento de Salamanca tenemos un compromiso con las víctimas, a las que queremos apoyar y acompañar para que puedan rehacer sus vidas. También trabajamos para promover la igualdad y prevenir las situaciones de violencia, en colaboración con las asociaciones de mujeres.

El ejemplar que tiene en su mano es el primero de la colección **‘Cuadernos contra la Violencia de Género’**, una iniciativa que ponemos en marcha desde el Ayuntamiento, en el marco de las actuaciones financiadas a través del Pacto de Estado contra la Violencia de Género, para dar a conocer esta realidad y contribuir a su erradicación, desde el fomento de la igualdad de oportunidades. Estos cuadernos se publicarán de manera semestral y cada número irá destinado a un grupo específico de la población, si bien este primero tiene un carácter general.

Deseo que este cuaderno sirva como arma en la lucha contra la violencia de género que debemos combatir todos y todas, desde la unidad de las instituciones y de la sociedad civil. Si queremos una sociedad sin violencia, más justa y libre, en la que prime la igualdad de oportunidades, debemos superar nuestras diferencias y aportar personalmente nuestro granito de arena.

Carlos García Carbayo
ALCALDE DE SALAMANCA



ÍNDICE

I. DEFINICIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO

- a. Organización de Naciones Unidas
 - i. Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer
 - ii. Conferencia Mundial de las Mujeres
- b. Unión Europea
 - i. Comisión Europea
 - ii. Comité de Ministros del Consejo de Europa
 - iii. Convenio de Estambul
- c. España

2. TEORÍAS Y MODELOS EXPLICATIVOS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

- a. Teoría del Aprendizaje Social
- b. Modelo ecológico
- c. Teoría de los recursos
- d. Teoría del intercambio
- e. Teoría del estrés
- f. Teorías feministas

3. TIPOLOGÍA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

- a. Violencia física
- b. Violencia psicológica
- c. Violencia sexual
- d. Violencia patrimonial y económica
- e. Violencia social o de control
- f. Violencia en las TIC's
- g. Violencia de género por poderes
- h. Violencia vicaria

4. PROCESO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

- a. Ciclo de la violencia
- b. Escalera de la violencia
- c. Laberinto patriarcal



INTRODUCCIÓN

La violencia contra las mujeres es una manifestación del sistema social basado en las relaciones de género que, a lo largo de la historia, ha defendido que social y culturalmente, hombres y mujeres deben tener o tienen distintas cualidades y roles.

Roles estereotipados que asignan la dominación, el control y el poder a los hombres, y por contraposición, la obediencia, la sumisión y la dependencia a las mujeres, situándolas en una situación de subordinación respecto a los hombres.

A partir de esta construcción social del género y de los atributos asignados a cada uno de los sexos, se han creado relaciones estructurales de desigualdad entre hombres y mujeres, siendo la violencia de género su expresión más extrema y el ámbito familiar el espacio privilegiado para perpetuar ese orden establecido.

Ubicar la violencia de género dentro del ámbito familiar y por tanto privado permitió que fuera un problema silenciado y negado, sin consideración política, social y jurídica, pero la violencia de género, en cualquiera de sus formas, atenta contra los derechos fundamentales de las mujeres: la vida, la salud física y psicológica, la libertad, la seguridad... y es por ello que no es una cuestión privada, sino un grave problema que afecta a toda la sociedad.

Hay que enfocar la lucha y erradicación de la violencia de género de un modo integral y multidisciplinar, empezando por los procesos de socialización y educación que promueven y perpetúan estereotipos de género y prejuicios sexistas.

Recogiendo las palabras del Secretario General de Naciones Unidas: "Lo más grave es que la violencia contra las mujeres y las niñas persiste sin disminución en todos los continentes, todos los países y todas las culturas, con efectos devastadores en la vida de las mujeres, sus familias y toda la sociedad. La mayor parte de las sociedades prohíben esa violencia, pero en la realidad, frecuentemente se encubre o se tolera tácitamente".

Por ello resulta fundamental dar una respuesta efectiva y coordinada a las dudas y preguntas de la sociedad, conocer el proceso de violencia, cómo se

genera y mantiene, sus efectos y consecuencias, lo que ayudará a entender los sentimientos, comportamientos y actitudes de una mujer maltratada; establecer más y mejores relaciones personales y sociales con mujeres víctimas, así como derribar mitos y prejuicios que impiden avanzar en la erradicación de esta lacra social.

Este monográfico pretende ser una herramienta útil y eficaz que mejore y amplíe el conocimiento y formación así como el apoyo que se viene ofreciendo a las mujeres víctimas de violencia de género a través de la comprensión de la realidad en que se encuentran inmersas y las necesidades que tienen.

Para ello se aborda la violencia de género de una forma integral desde los puntos que tienen una causa directa o indirecta en la violencia de pareja hasta los actores implicados en ella, convirtiéndose en material para encontrar de forma sencilla y rápida respuesta a aquellas cuestiones que puedan surgir y a las que en ocasiones se proporcionan respuestas erradas, equivocadas o vagas.

El objetivo principal que se persigue es aquel de favorecer la comprensión del fenómeno de la violencia de género y del proceso que lleva a la mujer víctima a actuar como lo hace, con el fin de mejorar el apoyo que se le ofrece desde el entorno social, personal y profesional en el que convive.

A este primer número le seguirán otros que forman parte de una serie destinada a sensibilizar, formar e informar a la ciudadanía, los y las profesionales, las familias y todas aquellas personas interesadas en luchar contra la forma más extrema de desigualdad: la violencia de género.

Tendremos así cuadernos en los que se aborde la violencia de género desde la óptica profesional: educación, sanidad, cuerpos y fuerzas de seguridad del estado, juzgados, tejido empresarial...; pero también colectivos y situaciones específicas como menores, hijos e hijas de mujeres víctimas de violencia de género, padres-madres y familias, diversidad funcional, inmigración, minorías étnicas, mujeres mayores, orientación sexual, redes sociales...

DEFINICIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO

Existen diferentes formas y tipos de violencia contra las mujeres, afecta a todos los contextos: social, personal, laboral, doméstico, salud, educación... y es la expresión más grave de discriminación y desigualdad de la mujer.

Se hace por ello necesario precisar qué se entiende por violencia contra la mujer y para ello vamos a conocer las definiciones que nos aportan los distintos organismos internacionales y nacionales.

ORGANIZACIÓN DE NACIONES UNIDAS

A) Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer

En 1992, el Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer (Comité CEDAW) elaboró la Recomendación General Nº 19 que fue recogida en la Declaración de la Conferencia Mundial de Derechos Humanos de Viena en 1993 por el Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Derechos Humanos (ACNUDH), donde en su artículo 1 define la violencia contra la mujer:

“Por violencia contra la mujer se entiende todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada”.

En su artículo 2 se recogen los actos que se consideran violencia contra las mujeres:

a. *“La violencia física, sexual y psicológica que se produzca en el familia, incluidos los malos tratos, el abuso sexual de las niñas en el hogar, la violencia relacionada con la dote, la violación por el marido, la mutilación genital femenina y otras prácticas tradicionales nocivas para la mujer, los actos de violencia perpetrados por otros miembros de la familia y la violencia relacionada con la explotación;*

b. *La violencia física, sexual y psicológica perpetrada dentro de la comunidad en general, inclusive la violación, el abuso sexual, el acoso y la intimidación sexuales en el trabajo, en instituciones educacionales y en otros lugares, la trata de mujeres y la prostitución forzada;*

c. *La violencia física, sexual y psicológica perpetrada o tolerada por el Estado, dondequiera que ocurra”.*

B) Conferencia Mundial de las Mujeres

La IV Conferencia Mundial de las Mujeres celebrada en Beijing en 1995 considera la violencia contra las mujeres

“Una manifestación de las relaciones de poder históricamente desiguales entre mujeres y hombres, que ha conducido a la dominación masculina, a la discriminación y a impedir el pleno desarrollo de la mujer”.

Recoge además, que la violencia contra las mujeres se produce

“en todas las sociedades, en mayor o menor medida, las mujeres y las niñas están sujetas a malos tratos de índole física, sexual y psicológica, sin distinción en cuanto a nivel de ingresos, clase y cultura”.

Tanto la Plataforma de Acción de Beijing como en la revisión de la IV Conferencia Mundial de las Mujeres que se hizo en 2000 (Beijing +5) se recogen las formas de violencia contra la mujer y abarca: quebrantar los derechos humanos de las mujeres en situaciones de conflicto armado, inclusive la violación sistemática, la esclavitud sexual y el embarazo forzado; esterilización forzada, aborto forzado; la utilización forzada o bajo coacción de anticonceptivos; selección prenatal en función del sexo e infanticidio femenino; los crímenes de honor; los crímenes racialmente motivados y los ataques con ácido. Se reconoció asimismo la particular vulnerabilidad de mujeres pertenecientes a minorías: ancianas y desplazadas; mujeres indígenas o miembros de comunidades de personas refugiadas y migrantes; mujeres que viven en zonas rurales pobres o remotas, o en instituciones correccionales.

UNIÓN EUROPEA

A) Comisión Europea

En 1999 la Comisión Europea elaboró el manual sobre igualdad de trato entre hombres y mujeres “100 palabras para la igualdad”, donde define la violencia contra las mujeres:

Violencia de género, sexista o sexual

“Todo tipo de violencia ejercida mediante el recurso o las amenazas de recurrir a la fuerza física o al chantaje emocional, incluyendo la violación, el maltrato a mujeres, el acoso sexual, el incesto y la pederastia”

Violencia doméstica o violencia en la familia

“Toda forma de violencia física, sexual o psicológica que pone en peligro la seguridad o el bienestar de un miembro de la familia; recurrir a la fuerza física o al chantaje emocional; amenazas de recurso a la fuerza física, incluida la violencia sexual, en la familia o el hogar. En este concepto se incluyen el maltrato infantil, el incesto, el maltrato de mujeres y los abusos sexuales o de otro tipo contra cualquier persona que conviva bajo el mismo techo”.

B) Comité de Ministros del Consejo de Europa

En la Recomendación del Comité de Ministros del Consejo de Europa a los Estados Miembros sobre la Protección de la Mujer contra la Violencia aprobada el 30 de abril de 2002 se da un paso más en la distinción

entre violencia doméstica y violencia de género o contra las mujeres, señalando lo siguiente:

“La violencia contra las mujeres o violencia de género incluye lo siguiente, aunque no se limita:

a. *Violencia que se produce en la familia o la unidad doméstica, incluyendo, entre otros, la agresión física y mental, el abuso emocional y psicológico, la violación y abusos sexuales, incesto, violación entre cónyuges, compañeros ocasionales o estables y personas con las que conviven, crímenes perpetrados en nombre del honor, mutilación genital y sexual femenina y otras prácticas tradicionales perjudiciales para la mujer, como son los matrimonios forzados;*

b. *Violencia que se produce dentro de la comunidad en general, incluyendo, entre otros, la violación, abusos sexuales, acoso sexual e intimidación en el trabajo, en las instituciones o cualquier otro lugar, el tráfico ilegal de mujeres con fines de explotación sexual y explotación económica y el turismo sexual;*

c. *Violencia perpetrada o tolerada por el Estado y sus oficiales.*

d. *Violación de los derechos humanos de las mujeres en circunstancias de conflicto armado, en particular la toma de rehenes, desplazamiento forzado, violación sistemática, esclavitud sexual, embarazos forzados y el tráfico con fines de explotación sexual y explotación económica”.*

MUJER

C) Convenio de Estambul

En 2014 España ratificó el Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra la mujer y la violencia doméstica, hecho en Estambul en 2011, en el que se condena toda forma de violencia contra la mujer y reconociendo, en su preámbulo:

“Reconociendo que la realización de jure y de facto de la igualdad entre mujeres y hombres es un elemento clave de la prevención de la violencia contra la mujer;

Reconociendo que la violencia contra la mujer es una manifestación de desequilibrio histórico entre la mujer y el hombre que ha llevado a la dominación y a la discriminación de la mujer por el hombre, privando así a la mujer de su plena emancipación;

Reconociendo que la naturaleza estructural de la violencia contra la mujer está basada en el género, y que la violencia contra la mujer es uno de los mecanismos sociales cruciales por los que se mantiene a las mujeres en una posición de subordinación con respecto a los hombres;

Reconociendo con profunda preocupación que las mujeres y niñas se exponen a menudo a formas graves de violencia como la violencia doméstica, el acoso sexual, la

violación, el matrimonio forzado, los crímenes cometidos supuestamente en nombre del «honor» y las mutilaciones genitales, que constituyen una violación grave de los derechos humanos de las mujeres y las niñas y un obstáculo fundamental para la realización de la igualdad entre mujeres y hombres;

Reconociendo las violaciones constantes de los derechos humanos en situación de conflictos armados que afectan a la población civil, y en particular a las mujeres, en forma de violaciones y de violencias sexuales generalizadas o sistemáticas y el aumento potencial de la violencia basada en el género tanto durante como después de los conflictos;

Reconociendo que las mujeres y niñas están más expuestas que los hombres a un riesgo elevado de violencia basada en el género;

Reconociendo que la violencia doméstica afecta a las mujeres de manera desproporcionada y que los hombres pueden ser también víctimas de violencia doméstica;

Reconociendo que los niños son víctimas de la violencia doméstica, incluso como testigos de violencia dentro de la familia;

Aspirando a crear una Europa libre de violencia contra la mujer y de violencia doméstica;”

En su artículo 3 recoge las definiciones a los efectos del Convenio:

a. Por «violencia contra la mujer» se deberá entender una violación de los derechos humanos y una forma de discriminación contra las mujeres, y se designarán todos

los actos de violencia basados en el género que implican o pueden implicar para las mujeres daños o sufrimientos de naturaleza física, sexual, psicológica o económica, incluidas las amenazas de realizar dichos actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, en la vida pública o privada;

b. Por «violencia doméstica» se entenderán todos los actos de violencia física, sexual, psicológica o económica que se producen en la familia o en el hogar o entre cónyuges o parejas de hecho antiguos o actuales, independientemente de que el autor del delito comparta o haya compartido el mismo domicilio que la víctima;

c. Por «género» se entenderán los papeles, comportamientos, actividades y atribuciones socialmente construidos que una sociedad concreta considera propios de mujeres o de hombres;

d. Por «violencia contra la mujer por razones de género» se entenderá toda violencia contra una mujer porque es una mujer o que afecte a las mujeres de manera desproporcionada;

e. Por «víctima» se entenderá toda persona física que esté sometida a los comportamientos especificados en los apartados a y b;

f. El término «mujer» incluye a las niñas menores de 18 años.”

De estas definiciones se puede concluir que la violencia contra la mujer adopta las siguientes formas:

- ▶ La violación como arma de guerra.
- ▶ Infecciones intencionadas.
- ▶ Explotación y tráfico de mujeres.
- ▶ Asesinatos relacionados con la dote.
- ▶ Infanticidios y abortos selectivos.
- ▶ Venta de niñas.
- ▶ Matrimonios de conveniencia.
- ▶ Violencia en la pareja.
- ▶ Ataques con ácido.
- ▶ Crímenes de honor.
- ▶ Aborto o esterilización forzada.
- ▶ Violencia sexual.
- ▶ Ablación o mutilación genital femenina.
- ▶ Violencia física.

ESPAÑA

ESPAÑA

España ha recogido la violencia contra las mujeres como violencia de género, así el 28 de diciembre de 2004 entró en vigor la **Ley Orgánica 1/2004 de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género**, en su artículo 1 define la violencia de género:

“Como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia”.

“La violencia de género a que se refiere la presente Ley comprende todo acto de violencia física y psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de libertad”.

Conviene establecer de forma clara la distinción de la violencia de género recogida en la Ley Orgánica de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género que acabamos de ver, de la violencia familiar o doméstica, recogida en el Código Penal y que se define como la violencia que se produce entre ascendientes, descendientes o hermanos, propios o del cónyuge o conviviente, o sobre menores o incapaces que se hallen sujetos a la patria potestad, tutela, curatela, acogimiento o guarda de hecho del cónyuge o conviviente o que con él convivan, o sobre otra persona amparada por cualquier relación con la que se encuentren integrados en el núcleo de convivencia familiar, siempre y cuando no se trate de hechos cometidos contra la mujer por su pareja o ex pareja varón (bien se trate de matrimonio o de otra relación de afectividad análoga).

En este cuaderno vamos a limitar el concepto de violencia de género a aquel que acontece en el seno de las relaciones de pareja o expareja, tal como recoge la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.



TIPOLOGÍA DE VIOLENCIA DE GÉNERO

En los casos de violencia en la pareja suelen coexistir múltiples formas de maltrato que se refuerzan; la violencia física siempre contiene elementos de violencia emocional, la violencia emocional a menudo va acompañada de amenazas de violencia física, y la violencia sexual está impregnada de violencia emocional y física. A ellas hay que añadir otras formas de violencia que se mezclan y refuerzan logrando la sumisión, el aislamiento y la fractura emocional de la mujer.

Vamos a describir las principales formas de violencia

VIOLENCIA FÍSICA

“Violencia física, que comprende cualquier acto de fuerza contra el cuerpo de la mujer con resultado o riesgo de producir lesión física o daño.” Ley 13/2010, de 9 de diciembre, contra la Violencia de Género en Castilla y León:

La violencia física es la forma más evidente de violencia de género. Es la más difícil de ocultar y la que deja secuelas de forma más inmediata. Si bien es cierto que los maltra-

tadores aprenden formas y técnicas para maltratar físicamente sin dejar marcas que puedan delatar esa situación.

Se considera violencia física:

- ▶ Puñetazos, patadas, bofetadas, mordiscos, arañazos, golpes, cortes, palizas, quemaduras, pellizcos, fracturas, tirones de pelo, escupir...
- ▶ Empujones, forcejeos, apretones, sacudidas o zarranidos, arrastrar, arrinconar...
- ▶ Estrangulamientos o intentos de estrangulamientos, apuñalamientos, atropellos con el coche...
- ▶ Arrastrar, arrinconar, inmovilizar, arrojar objetos, echar de casa, retener en casa...
- ▶ Asesinato.

Para ello el agresor puede usar el cuerpo, armas blancas como cuchillos, navajas, tijeras, etc., armas de fuego, objetos contundentes como cinturones, palos, los muebles o incluso el suelo, con otros objetos...

Otra forma de maltrato físico es el maltrato por omisión de cuidados y ayuda en situaciones en las que la salud de la mujer está en peligro, así como la privación de cuidados médicos durante una enfermedad y de las lesiones físicas resultantes del maltrato.

La violencia física suele comenzar cuando la violencia psicológica ha tenido lugar de manera sistemática, reforzando aquello que anteriormente se realiza a través de estrategias de control, acoso, descalificación, insultos, amenazas... como veremos a continuación.

VIOLENCIA PSICOLÓGICA

“Violencia psicológica, que incluye toda acción u omisión intencional que produce en las mujeres desvalorización o sufrimiento, a través de amenazas, humillaciones o vejaciones, sumisión, coerción verbal, insultos, aislamiento con privación de sus relaciones sociales, culpabilización, limitaciones de su ámbito de libertad y cualesquiera otros efectos semejantes.” Ley 13/2010, de 9 de diciembre, contra la Violencia de Género de Castilla y León.

La violencia psicológica es una violencia, como decíamos, que siempre precede al resto de violencias, convirtiéndose en las iniciales estrategias de dominio en las relaciones de pareja, tiene como objetivo limitar al máximo la autonomía personal de la mujer y erosionar su autoestima, hacer que se sienta indefensa, dependiente del agresor, culpable de la situación de abuso y merecedora de un castigo.

Este tipo de violencia anula, degrada y controla las acciones, comportamientos, conductas, creencias y decisiones de la mujer valiéndose para ello de:

- ▶ Insultos, culpabilización, desvalorizaciones, humillaciones, burlas, descalificaciones, vejaciones, acusaciones, observaciones sarcásticas, mordaces, irónicas..., coerción, críticas destructivas, desprecios, gritos, miradas o posturas intimidatorias, chantajes, amenazas (de violencia, de muerte, de suicidio, de separarla de sus hijos/as), ridiculizaciones, enfados...

- ▶ Cambios de humor sin lógica, aislamiento, incomunicación, ensalzamiento de valores y cualidades en otras mujeres, ...

- ▶ Monopolizar las conversaciones, ignorar su presencia, infantilizarla, hacerla sentir tonta o inútil, ...

Estas actitudes conllevan ciertos indicadores por parte del agresor:

Control

Es una de las manifestaciones más claras, se ejerce a través de la vigilancia constante de todas las actividades realizadas: amistades, formas de vestir, hobbies, dinero, los lugares, el trabajo... En algunos casos puede llegar incluso a la prohibición.

Aislamiento

El objetivo es impedir la vida social y las relaciones familiares y de amistad, esto provoca dependencia y soledad ya que la mujer no tiene una red social y personal en la que apoyarse, pues todo su tiempo y espacio lo dedica a él.

Celos

Suelen enmascararse como muestras de amor, cuando lo que en realidad ocultan es un sentimiento de posesión de la otra persona, manifestándose en la sospecha constante acerca de las actuaciones de la mujer: acusarla de coquetear con otros, de provocar, desconfía de su fidelidad...



VIOLENCIA DE GÉNERO

Acoso

Consiste en la vigilancia en todo momento, por teléfono, en la calle, en sus espacios de ocio, en el trabajo, espiándola, siguiéndola...

Esta conducta se hace más frecuente cuando la relación está terminando o se ha terminado.

Descalificación

Su finalidad es atacar y acabar con la autoestima y para ello usa frases, comentarios y críticas descalificativas hacia su forma de ser, su físico, sus capacidades...

Humillaciones

Se manifiestan mediante burlas, insultos, reproches..., llegando al desprecio. A menudo tienen un componente sexual.

Manipulación emocional

Es una forma de chantaje para conseguir que la mujer haga lo que él quiere. Se puede manifestar de varias formas: castigo, amenazas, victimización, culpabilización de la mujer...

Indiferencia afectiva

Es una forma sutil de violencia psicológica en la que el maltratador hace daño mostrándose insensible, desatento, ignorando a la mujer, castigándola con el silencio, desapareciendo durante días...

Amenazas

Al contrario que la anterior esta es quizá la forma más directa de violencia psicológica, pueden consistir

en amenazar con una agresión física, con el abandono, con una promesa de suicidio, en hacer daño a los hijos/as, romper objetos personales...

Se manifiestan generalmente cuando se quiere romper la relación o no se aceptan determinadas imposiciones o proposiciones.

Presión y negligencia sexual

Aunque veremos en un apartado la violencia sexual, la violencia psicológica está íntimamente relacionada con ella ya que suele usarse el chantaje emocional o frases de presión para conseguir mantener relaciones sexuales que la mujer no desea, a través de enfados, reproches, culpas..., llegando a la imposición física.

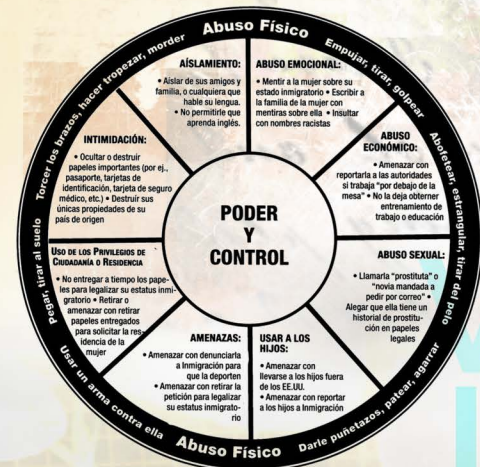
Luz de gas

Es una forma de violencia psicológica muy sutil, difícil de comprender y de detectar, consistente en hacer creer a la mujer que la realidad que vive es falsa y que está distorsionada, que tiene fallos de memoria, alteraciones mentales, que está loca, se inventa cosas... esto acaba modificando la percepción de la mujer sobre la realidad que vive, anulando su autonomía y su estabilidad mental.

Se puede considerar que prácticamente en todos los casos de violencia de género, independientemente del tipo y motivo, hay violencia de índole psicológica. Pero debido a que en muchas ocasiones no se percibe una agresión

directa, muchas víctimas no son conscientes de estar siendo maltratadas y no emprenden acciones contra el agresor.

Ellen Pence describió en 1987 el maltrato psicológico utilizando una rueda de poder y control que consta de ocho categorías: aislamiento, maltrato emocional, maltrato económico, utilización de las hijas o hijos, utilización del privilegio masculino, coerción y amenazas, intimidación y minimización o negación del maltrato.



VIOLENCIA SEXUAL

VIOLENCIA SEXUAL

"Violencia sexual, que consiste en cualquier acto de naturaleza sexual no consentido por las mujeres, como son las agresiones y los abusos sexuales."

Acoso sexual, cuando se trate de un comportamiento verbal, no verbal o físico no deseado de índole sexual contra una mujer por razón de su género que tenga como objeto o produzca el efecto de atentar contra su dignidad, o le cree un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante, ofensivo o molesto." Ley 13/2010, de 9 de diciembre, contra la Violencia de Género en Castilla y León.

Las relaciones afectivo-sexuales no son experiencias aisladas sino que forman parte del contexto social en el que vivimos, por lo que usar estas relaciones como forma de violencia es una de las prácticas más habituales en el contexto de la violencia contra la mujer.

Si bien de algún modo podría considerarse dentro de la violencia física, la violencia sexual se refiere concretamente a aquel tipo de situaciones en que una persona es forzada o coaccionada para llevar a cabo actividades de índole sexual en contra de su voluntad o bien en que la sexualidad es limitada o impuesta por otra persona.

Algunas de estas prácticas de violencia sexual puede ser:

- ▶ Exigir mantener relaciones aunque ella no lo desee a través de la intimidación con uso o no de la fuerza física (coacciones, amenazas o mensajes manipuladores).

- ▶ Ponerse irritable, agresivo o violento si ella no accede a mantener relaciones sexuales.
- ▶ Obligar a prácticas sexuales no deseadas o degradantes.
- ▶ Requerirla sexualmente en momentos o lugares inapropiados.
- ▶ Tocamientos indeseados.
- ▶ Usar gestos o palabras obscenas, insultos sexistas, chistes y bromas sexuales.
- ▶ Compararla en el ámbito sexual con otras mujeres para humillarla.
- ▶ Ignorar las necesidades sexuales de la mujer y ocuparse de su propio placer.
- ▶ Despreciarla, mostrarse desconsiderado y violento al mantener relaciones sexuales.
- ▶ No mantener relaciones sexuales con ella.
- ▶ Mantener relaciones sexuales con otra mujer, en otra relación sentimental o mediante el uso de la prostitución.
- ▶ Exposición a conductas sexuales y/o material pornográfico no deseado.
- ▶ Tráfico y explotación en la industria del sexo.
- ▶ Violación (vaginal, anal, bucal).

Algunas veces las mujeres acceden a tener una relación sexual no deseada para evitar males mayores como puede ser una agresión física a ella o a los hijos/as.

Dentro de la violencia sexual podemos encontrar la violencia contra los derechos sexuales y reproductivos, consistente en cualquier tipo de actuación que impida o restrinja el libre ejercicio del derecho de la mujer a la salud reproductiva, a acceder o no a servicios de atención a la salud sexual y reproductiva, anticonceptivos (negarse a usar el preservativo, imponer el método a usar por parte de la mujer o prohibirle su uso) y ejercer o no su derecho a la maternidad.

VIOLENCIA PATRIMONIAL Y ECONÓMICA

"Violencia económica, que consiste en la privación intencionada y no justificada legalmente de los recursos necesarios para el bienestar físico o psicológico de las mujeres y personas dependientes de las mismas, así como la discriminación en la disposición de los recursos compartidos en el ámbito familiar o de pareja." Ley 13/2010, de 9 de diciembre, contra la Violencia de Género en Castilla y León.

Algunas formas de violencia económica serían:

- ▶ Controlar el dinero y el uso que hace la mujer del mismo.
- ▶ Impedir el acceso al dinero (no tener acceso a la cuenta corriente).
- ▶ Ocultar el patrimonio familiar.
- ▶ Tomar decisiones unilaterales sobre el uso del dinero.
- ▶ Apoderarse de los bienes.
- ▶ Ocultar el uso que él hace del dinero.

- ▶ Impedir o dificultar tener un trabajo asalariado.
- ▶ Asigna una cantidad y exigir explicaciones de los gastos realizados, sobre todo en enseres personales y privados como en higiene femenina.
- ▶ Obligar a compartir los recursos económicos o depositar el sueldo en la cuenta de él.
- ▶ Restringir o privar de los recursos para el mantenimiento de las necesidades familiares.
- ▶ Disponer de los ingresos de ella impidiéndole acceder a sus propios recursos.
- ▶ Descalificarla como gestora de la economía familiar.
- ▶ Retrasar o impagar la pensión de alimentos de los hijos/as.
- ▶ Imponer que la mujer sufrague gastos del agresor como caprichos o sustancias de las que depende.
- ▶ Gastar el dinero de ella o su familia a escondidas.
- ▶ Obligar a contraer deudas o a pedir créditos para él.

En muchas ocasiones estas conductas son camufladas y justificadas por el agresor con mensajes que tratan de hacer creer a la mujer que son bienintencionadas, buscando su tranquilidad y bienestar.

VIOLENCIA SOCIAL O DE CONTROL

Se entiende por violencia social o de control toda acción dirigida a separar y aislar a la mujer de sus fa-

miliares y amigos, así como de todas las situaciones de interacción social, o hacer que los familiares y amistades se alejen de ella.

Pueden ser:

- ▶ Impedir a la mujer mantener relaciones sociales, con la familia, amistades o compañeros/as de trabajo.
- ▶ Crear en la mujer una mala impresión de su red familiar y social y cuestionar sus intenciones hacia ella.
- ▶ Cuestionar la necesidad de tener contacto con otras personas.
- ▶ Mostrarse descortés y desagradable en reuniones sociales.
- ▶ Conseguir crear ideas negativas de la mujer en las personas con las que ésta se relaciona.
- ▶ Dar una imagen extremadamente positiva de sí mismo al círculo social, familiar y laboral de la mujer.
- ▶ Vigilar y controlar en todo momento dónde está, con quién...
- ▶ Impedir que se comunique o participe en actividades sociales.
- ▶ Lograr que abandone sus aficiones y hobbies.
- ▶ Coquetear con otras mujeres delante de su pareja.
- ▶ Hacerse la víctima en público o ridiculizar a la mujer delante de amistades o familia.

- ▶ Ejercer la violencia psicológica en público.
- ▶ Obligarla a vivir en un lugar aislado y con pocas comunicaciones.
- ▶ Atacar la vivienda donde reside.

La violencia social se basa en la limitación, control y la inducción al aislamiento social de la persona, privándola de apoyo y alejándola de su entorno.

VIOLENCIA EN LAS TIC'S

Las nuevas tecnologías se han convertido en una nueva forma de manifestación de la violencia de género, con espacios virtuales donde los maltratadores muestran actitudes violentas, de mofa o amenaza.

Algunos métodos que utilizan son:

- ▶ Usar las redes sociales para controlar a la pareja y lo que hace.
- ▶ Prohibir estar en determinadas redes sociales.
- ▶ Prohibir tener determinadas amistades en las redes sociales.
- ▶ Pedir y usar las contraseñas de sus redes sociales
- ▶ Mandar mensajes sin permiso.

- ▶ Amenazar con colgar en redes sociales información íntima y personal.
- ▶ Difundir imágenes, opiniones o elementos privados sin consentimiento.
- ▶ Suplantar sus identidades en redes sociales o crear una nueva identidad ofensiva.
- ▶ Revelar secretos personales o íntimos.
- ▶ Acceder sin su consentimiento a su información privada y espiar las conversaciones.
- ▶ Colocar una app de rastreo en los dispositivos móviles.

En otro cuaderno trataremos en profundidad el uso de las TIC en la violencia de género.

Estos son los tipos de violencia de género más notorios y conocidos pero existen otros dos, que exponemos a continuación, que reconocen y alertan pues contribuyen al mantenimiento de la situación de violencia en la mujer:

VIOLENCIA POR PODERES

Es un tipo de maltrato en el que el agresor se sirve del sistema judicial para, replicando denuncia tras denuncia, dañar a la víctima manteniéndola ocupada en dar respuesta a los múltiples requerimientos judiciales, en un permanente estado de alerta y ansiedad y con el consiguiente desgaste económico, sin poder avanzar en su propia vida.

Con esta modalidad de violencia el agresor no entra en contacto directo con la víctima y sin embargo ella continúa viviendo en un escenario de violencia con consecuencias en su salud, en su economía y en su futuro.

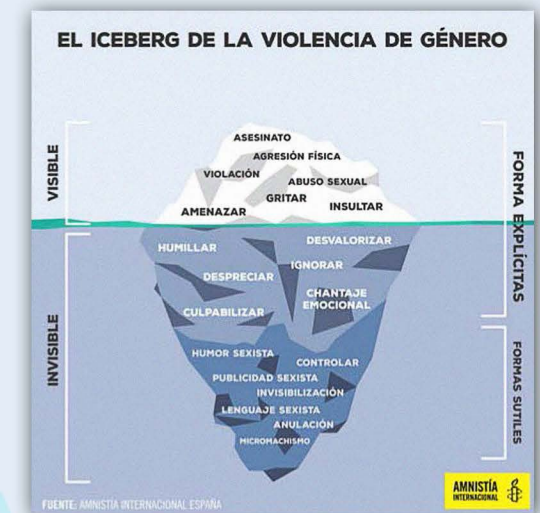
VIOLENCIA VICARIA

Nos referimos a las ocasiones en que el agresor decide amenazar, agredir e incluso llegar a matar a los hijos e hijas con el propósito de dañar a su pareja o ex pareja, buscando el control, el sometimiento, el miedo y/o la venganza.

También incluye el daño causado a los menores por la observación de malos tratos entre los progenitores.

VIOLENCIA

Las formas de violencia contra las mujeres en el seno de una relación de pareja se relacionan e interrelacionan con la sociedad en la que tienen lugar, que ampara y protege determinados comportamientos, clasificando las violencias en sutiles, explícitas, visibles e invisibles, tal como se recoge en lo que se ha denominado ICEBERG DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



PROCESO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Conocer el proceso de la violencia de género, cómo se genera y mantiene es fundamental para entender el comportamiento y los sentimientos de una mujer maltratada, para poder ofrecerle ayuda y alternativas.

El maltrato comienza con conductas de violencia psicológica difícil de percibir ya que se enmascaran como manifestaciones de amor, como los celos, pero son conductas restrictivas y controladoras que minan la capacidad de decisión y autonomía de las mujeres.

Estas conductas van produciendo aislamiento y dependencia, pero no son percibidas como agresividad, por lo que las mujeres las minimizan y normalizan, desarrollando una situación de indefensión y vulnerabilidad.

Es cuando la mujer protesta o no actúa como se espera de ella, cuando el hombre maltratador incrementa su violencia sobre ella.

Al principio no es fácil darse cuenta de que se está inmersa en una relación abusiva y violenta por varios motivos:

- ▶ Es una violencia que no aparece repentinamente, sino que es gradual y progresiva.
- ▶ El maltrato psicológico, en el que se sustenta, empieza siendo muy sutil y retorcido.

▶ A medida que pasa el tiempo en la relación, la mujer suele estar más aislada y se siente avergonzada, culpable, débil y asustada para emprender cualquier cambio, piensa que nadie va a crearla o incluso que su situación no es tan grave o importante, llegando a no identificarse con una mujer maltratada.

▶ Los agresores suelen ser manipuladores y seductores en su vida pública, ejerciendo la violencia en el ámbito privado y doméstico, donde se sienten legitimados para imponer su voluntad.

El proceso de maltrato se desarrolla generalmente siguiendo unas pautas, conocerlas es esencial para la prevención y erradicación de la violencia de género, si no ahondamos en la comprensión de la complejidad de esta situación y los mecanismos que la sustentan, los comportamientos que tienen las mujeres maltratadas pueden resultar difíciles de entender e injustamente valorados.

Para entender la violencia de género hay que partir de tres puntos clave: es una conducta consciente e intencional por parte del agresor; es parte de un proceso que persiste en el tiempo y la vulnerabilidad de la mujer víctima en múltiples facetas: falta de recursos, aislamiento, enfermedades...

Es importante reconocer las señales a medida que se avanza en la relación de pareja para ello vamos a ver cómo se desarrolla y evoluciona el proceso de violencia de género a través de tres modelos: el ciclo de la violencia, la escalera de violencia y el laberinto patriarcal.

A) CICLO DE LA VIOLENCIA

Sobre la observación del comportamiento de los casos de maltrato doméstico a mujeres en el ámbito de la pareja, la investigadora, psicóloga y antropóloga Leonore Walker fundó la teoría del ciclo de la violencia, un proceso en el que aparecen cíclica, reiterada e intencionalmente tres fases que tienen duración variada y diferentes manifestaciones.



■ PRIMERA FASE: Elaboración de la tensión

Se caracteriza por una escalada gradual de tensión que se manifiesta en actos que aumentan la fricción y los conflictos en la pareja.

El maltratador empieza a mostrarse tenso e irritable, con cambios de humor exagerados y sin razón, en cualquier comportamiento de la mujer o situación existe un motivo de conflicto, reaccionando con enfado.

Responde con agresividad y hostilidad, sin muestras de violencia física pero incrementando la violencia verbal: menosprecios más o menos sutiles, insinuaciones, ira contenida, fría indiferencia, sarcasmo, largos silencios, demandas irracionales...

La mujer, incrédula, intenta dialogar con él, calmar la situación y solucionar los problemas, intenta entender la causa de los enfados y complacerle, no realizar los actos que puedan molestarle o modificarlos y así va cediendo, pensando que podrá tranquilizar la situación. Se vuelve dependiente e incluso empalagosa. Pero esta actitud no funciona, incluso puede enfurecer más al hombre.

La mujer adopta una serie de medidas para intentar manejar la situación y va adquiriendo mecanismos de anticipación o evitación. Para no molestarle, comienza entonces a no hacer nada, intentando no expresar su

opinión y pasar desapercibida porque sabe que si no habrá discusiones, enfados y peleas, entra en una fase de inmovilidad, haciendo lo mínimo para que él esté tranquilo, algo que también se utiliza en su contra calificándola de aburrida y anodina.

Si en algún momento de esta fase la mujer se queja de la situación, se enfrenta a él o incluso le deja o le denuncia, él lo niega todo y vuelve la situación hacia ella, culpabilizándola, haciéndola responsable, intentando convencerla de que está equivocada y las cosas no suceden o han sucedido como ella piensa. La mujer empieza a dudar y se considera culpable de la situación, lo que refuerza el comportamiento del agresor.

Él se distancia emocionalmente y la mujer se asusta pensando que lo va a perder y que si esto sucede será culpa de ella, que no ha sabido adaptarse para conservar su amor, pero el hombre se distancia cada vez más y las discusiones y la irritabilidad son cada vez más frecuentes.



Muchos maltratadores se excusan diciendo que estuvieron avisando pero que la mujer no le hizo caso y siguió provocándole.

La mujer vive estas situaciones como episodios aislados que puede controlar y solucionar si cambia sus conductas y así se disculpa, se adapta, calla, se muestra sumisa, disculpa el comportamiento agresivo...

Pero lo que consigue es reforzar la actitud dominante del maltratador que constata y aprende que el comportamiento agresivo es una fórmula eficaz para conseguir sus objetivos: dominio y control sobre la mujer.

Una vez reforzada la conducta abusiva, la tensión irá en aumento hasta que la situación explote y se produzca la agresión.

Esta fase se puede dilatar durante varios años, creando en la mujer una situación de dependencia, sumisión, ansiedad, aislamiento del entorno familiar, social y laboral..., pero va disminuyendo en el tiempo una vez se ha pasado a la siguiente fase.

■ SEGUNDA FASE.
Fase de explosión de la violencia y agresión

En esta fase sucede la explosión de la tensión acumulada, estalla la violencia psíquica, física y/o sexual y puede llegar a la muerte. Es en esta fase cuando la mujer suele denunciar los malos tratos y en la que puede decidirse a contar lo que le está pasando.

El hombre acaba perdiendo el control, castiga duramente a su pareja, verbal y/o físicamente: la insulta, la golpea, rompe cosas, amenaza con matar a los hijos o hijas y a ella, le interrumpe el sueño, la viola...

La mujer entra en un estado de incredulidad y shock que la paraliza, pues ella intentaba salvar la relación y no entiende qué sucede ni porqué. En ese momento se concentra en sobrevivir y trata de calmar la situación, no toma represalias, se muestra amable y servicial, e incluso llega a justificar la agresión, culpabilizándose de la situación, avergonzándose de lo sucedido y ocultándolo, se produce una "transferencia de la culpabilidad", el hombre maltratador ha conseguido que ella se perciba y sienta responsable del comportamiento violento de él, lo que incrementa la dependencia hacia el agresor.

Es el agresor el que decide cuándo se inicia la agresión, cuándo finaliza y la intensidad de la misma (lo que sucede cuando considera que la mujer ha aprendido la lección), las primeras veces suele intentar justificar su agresión, quitarle importancia, negarla o buscar explicaciones (fuera de su responsabilidad: el estrés, el alcohol...).

Es en esta fase cuando se suelen denunciar las agresiones o solicitar ayuda, sobre todo cuando la agresión física ha sido muy violenta, se ha agredido y/o puesto

en peligro a los hijos e hijas o la víctima siente que la situación es insostenible, pero el miedo, el terror, el aislamiento... la violencia psicológica infligida en la fase anterior, sumado a la tercera fase de este ciclo, hace que las mujeres se vean impotentes, cansadas, confusas, indefensas y débiles, callando, sufriendo y ocultando la situación durante años.

■ TERCERA FASE.
Fase de calma o reconciliación "Luna de Miel"

Si el maltratador percibe que tras la agresión corre el riesgo de que la víctima lo denuncie o lo abandone, suele iniciar falsas conductas y actitudes de arrepentimiento y sumisión en un claro ejemplo de chantaje emocional con la intención manipular su voluntad, que cuestione su decisión y, finalmente, retenerla.

Se siente muy arrepentido de su conducta (por lo menos las primeras veces), pide perdón y promete cambiar.

Y realmente cambia, durante esta fase se convierte en un hombre amable, cariñoso y encantador, cambiando ciertas actitudes, sin poner restricciones a la mujer; permitiendo salidas... y accediendo a deseos y peticiones de ella (como por ejemplo dejar de beber si bebía). También puede darse el caso que él realmente está convencido de poder controlarse y de que la mujer ha aprendido a comportarse y no tendrá la necesidad de volver a maltratarla.

La mujer ahora se siente embelesada, profundamente enamorada y con poder; su pareja, su amor verdadero la cuida, la ama y se responsabiliza de sus actos como ella soñaba, supeditada, sin darse cuenta, a la voluntad de su agresor.

Al ver estos cambios, le cree y empieza a asimilar la idea de que la fase anterior ha sido un episodio momentáneo que no volverá a repetirse, que él será capaz de cumplir lo que ha prometido, que ella con su amor podrá cambiarle y las cosas serán mejores en el futuro. Estas conductas del agresor sirven a la mujer para autoconvencerse de que él es una buena persona y que los comportamientos anteriores no son reales ni representan a su pareja.

De esta forma queda atrapada ideando cómo conseguir que esta parte sea permanente o aparezca más frecuentemente.

Durante esta fase el agresor trata de influir sobre familiares y amistades para que convezan a la víctima de que le perdone.

A pesar de criticar la agresión y de forma más o menos inconsciente hacen que la mujer se sienta culpable en cierto modo, pues sería ella la responsable de las consecuencias de romper la relación (alejar al padre de sus hijos e hijas, pérdida de prestigio si denuncia, cárcel, abandono de su familia).



Es frecuente que algunos maltratadores hagan ver que necesitan ayuda profesional y el apoyo de ella, que no puede abandonarlo en esta situación, llegando a someterse a tratamiento terapéutico.

Esta fase dificulta que la víctima ponga fin a la relación abusiva, porque incluso sabiendo que las agresiones pueden repetirse, en este momento ve la cara amable y buena de su agresor y tiene la esperanza de que podrá hacerle cambiar.

El fracaso de la negociación en las primeras veces que se llega a esta fase, la repetición del ciclo con agresiones cada vez más violentas va reduciendo la fortaleza de la mujer, disminuyendo los recursos psicológicos de ésta para salir de la espiral de violencia, resignándose a su situación. Empieza a darse cuenta de que haga lo que haga no puede controlar el comportamiento del agresor y que los malos tratos son arbitrarios e indiscriminados, solo puede intentar mantenerse con vida dentro de la relación o para que no se implique a los hijos e hijas.

El ciclo de la violencia se caracteriza por provocar en la mujer un estado disociativo que explica por qué algunas mujeres retiran la denuncia que suelen interponer en la fase de agresión, por qué disculpan al agresor, minimizan o justifican el comportamiento violento, ignorando sus propias necesidades y bienestar:

► Por un lado se encuentran a un hombre que se arrepiente y promete cambiar, su amor verdadero, el padre de sus hijos e hijas;

► Por otro, las secuelas psicológicas que la violencia repetida e intermitente produce en la mujer, después de que el ciclo haya dado muchas vueltas, hace que se sienta indefensa y vulnerable, sin confianza en sí misma, hipervigilante para satisfacer las demandas del agresor, empieza a pensar que no hay alternativa ni salida posible y se sumerge en una profunda rendición a la situación.

► Al mismo tiempo la violencia se va consolidando, siendo más frecuente y las consecuencias más graves, llegando incluso a la muerte cuando la mujer decide abandonar al agresor.

La repetición del ciclo hace muy difícil reaccionar y romper con una relación abusiva y violenta.

B) ESCALERA DE LA VIOLENCIA

El ciclo de la violencia de género y la escalera de la violencia son procesos que se desarrollan de forma paralela, este modelo se emplea para expresar que la violencia aumenta a través del tiempo, de forma progresiva, tanto en las formas como en la intensidad de las mismas.



La escalera comienza con amor verdadero y en los escalones se colocan cada una de las estrategias de violencia, en las que tienen lugar el ciclo de la violencia para asentar cada escalón y continuar la subida.

Para ilustrar del proceso de la Escalera de la Violencia seguimos el extraordinario trabajo desarrollado por Carmen Ruiz Repullo.

ESCALÓN I. EL CONTROL

Es una de las primeras tácticas: controlar la vida de la mujer en ámbitos como la familia, las amistades, las aficiones, el trabajo, la ropa, el móvil...

Este control es progresivo y se muestra como una maniobra para, a través de la justificación de los celos entre otras, provocar una situación de aislamiento de todo lo que la rodea excepto de él.

Este control puede ser ejercido de forma directa a través de órdenes y/o prohibiciones incluso de libertad de movimiento (encerrándola en casa, controlando cuándo puede salir, con quién...) o bien de forma indirecta mediante enfados y/o a través de la presencia continua en los lugares que ella frecuenta.

Cuanto más tiempo se comparte más control se ejerce y más aislamiento se produce.

En algunos casos este control está normalizado en el entorno de las amistades, fundamentalmente en las

amistades "de toda la vida" de él, lo que hace que la mujer normalice la situación pues existe un refuerzo positivo de esta actitud en el grupo de pares.

ESCALÓN 2. AISLAMIENTO

El aislamiento es una forma de violencia al mismo tiempo que una consecuencia derivada de las estrategias de control del escalón anterior. Conduce a que la mujer se quede sola, sin apoyos de ningún tipo.

Este aislamiento se hace de forma progresiva y cíclica comenzando con una ocupación creciente de la presencia del maltratador en la vida de la mujer.

a) Trabajo

La presencia continuada del hombre en las entradas y salidas del trabajo, provoca que la mujer no se relacione con sus amistades y compañeros/as y que pierda espacios de relación. La táctica del enfado o el chantaje emocional por parte de los maltratadores hace que las mujeres acepten su presencia continua para evitar problemas en la relación.

b) Aficiones

Las aficiones también son espacios para conseguir aislar a la mujer y crear un sentimiento de dependencia hacia el hombre.

Para esta finalidad utiliza mecanismos directos como la desvalorización de sus aficiones o más sutiles como

CON TROL

recurrir a excusas para quedar con ella el día que tienen lugar estas actividades.

c) Amistades

Las amistades tienen una gran relevancia, por ello se convierten en el centro de la diana de muchos enfados con el objetivo de acabar con este tipo de relaciones.

Para conseguir este aislamiento de las amistades, utiliza fundamentalmente dos maneras: una más explícita, basada en la prohibición manifiesta de salir con ciertas amistades, y otra más sutil consistente bien en poner a las amistades en contra de la mujer o a la mujer en contra de sus amistades insultándolas o desprestigiándolas, o bien en enfadarse con ella cuando ésta sale con sus amistades.

Consiguen así que la mujer se sienta sola y no tenga a quien recurrir, con quien hablar, con quien desahogarse, lo que dificulta que tengan ayuda para salir de esa situación.

Otro ejemplo de este aislamiento es cuando las amistades se alejan de la mujer porque no quieren salir con el hombre, que tiene actitudes despectivas o desagradables y quieren tomar distancia con él, lo que arrastra también a la mujer, que decide mantenerse a su lado, lo que él aprovecha para aislarla más aún.

d) Familia

Cuando el hombre violento empieza a percibir a la familia de ella como un problema en su relación, comienzan una estrategia de desprestigio de la familia poniendo a la mujer en contra de ésta y haciéndose la víctima por ser rechazado.

El aislamiento de la mujer de sus redes de apoyo, principalmente la familia y las amistades, se configura como uno de los primeros estadios de la relación violenta, provocando en las mujeres situaciones de especial vulnerabilidad, al sentirse sola y dependiente de él.

ESCALÓN 3. VIOLENCIA PSICOLÓGICA

a) Arrepentimiento y chantaje emocional

El arrepentimiento es un mecanismo que usan los maltratadores para evitar que las mujeres rompan con la relación.

Usar el chantaje emocional, haciéndose la víctima de toda la situación, sin responsabilizarse de sus actos, para acrecentar en la mujer el sentimiento de culpa es una actitud transversal en todos los peldaños de la escalera de la violencia.

Algunos recurren a la táctica de hacerse daño, cometer una locura, amenazar o intentar quitarse la vida,

amenazar con hacer daño a sus hijos e hijas... dejando en manos de la mujer su salvación y la responsabilidad por lo que pudiera suceder.

b) Desvalorizaciones, humillaciones e insultos

Cuando los escalones anteriores se han afianzado y son eficaces, el maltratador sube otro escalón más en su objetivo de sometimiento de la mujer.

Las desvalorizaciones, las humillaciones y los insultos dañan la autoestima de la mujer y su capacidad de decisión, lo que la convierte en fácilmente influenciable.

Para ello la desautoriza constantemente, insulta sus capacidades, la trata como una niña, haciéndola sentir constantemente inferior y estúpida.

Esta actitud no se realiza sólo en privado, también se lleva a cabo delante de las amistades o compañeros/as de trabajo, lo que perjudica la imagen de la mujer.

Las desvalorizaciones no se centran solo en aspectos como la forma de ser o la capacidad intelectual, el cuerpo es también un aspecto ideal para humillar e insultar.

Ir poco a poco menospreciando cada aspecto de la vida, la personalidad y el físico de la mujer produ-

ce una disminución de su autoestima y acaba por interiorizar que no tiene ningún valor ni sirve para nada.

c) Peleas, amenazas e intimidación

El hombre es el que impone su enfado y las consiguientes peleas sin que la mujer pueda hacer nada por impedirlo, éstas son cíclicas y al principio esporádicas, al asentarse los escalones anteriores pasan a ser continuas y cualquier discusión mínima se convierte en una pelea constante.

Cuando la mujer se revela durante una pelea el maltratador pasa a las amenazas (principalmente cuando la mujer expresa su intención de romper la relación).

Las amenazas se dirigen en tres sentidos: a) hacia la propia mujer; hacia el hecho de hacerle daño de alguna manera; b) hacia ellos mismos, chantajeando a la mujer sobre lo que les puede ocurrir a ellos si ellas abandonan la relación y, c) hacia otros familiares de la mujer, principalmente hacia sus hijos e hijas, cuando perciben que las amenazas contra ella ya no surten el efecto deseado, inculcándoles la responsabilidad de que se mantengan a salvo.

Las amenazas no sólo son verbales, pueden valerse de algún tipo de arma para intimidarla y que no dejen la relación.

Muchas de las actitudes del maltratador están pensadas para crear una cultura del miedo, intimidarla haciéndola ver qué puede pasar si se enfada. Así, en el transcurso de una discusión comienza a ponerse agresivo y dar puñetazos o romper cosas materiales, la mujer, ante esta situación, siente terror porque no sabe cuándo va a terminar ni cómo y el miedo la paraliza.

Afianzando los escalones la mujer aprende a vivir su relación desde el miedo y el maltratador desde el dominio de la mujer.

ESCALÓN 4. LA VIOLENCIA FÍSICA

La violencia física es la línea roja más reconocible como violencia de género ya que es la violencia que deja huella visible, por esto muchas mujeres ocultan estas marcas o buscan justificaciones para no levantar sospechas en su entorno, el maltratador por su parte piensa en maneras de golpear sin dejar esos rastros evidentes.

El resto de tipos de violencia, especialmente la que acontece en los primeros peldaños, engloba una violencia psicológica difícil de reconocer y que puede llegar a disfrazarse como amor o pruebas de amor; incluso algunos actos de violencia física se ca-

muflan mediante bromas, por ejemplo empujones, tirones de pelo o coscorriones, llegando a justificar este tipo de situaciones y creando una normalidad en este tipo de agresiones, porque se relaciona la violencia física con palizas o agresiones más extremas.

ESCALÓN 5. LA VIOLENCIA SEXUAL

A medida en que la relación se convierte en una relación abusiva y violenta, la sexualidad deja de ser afectiva para transformarse en una muestra de poder del hombre sobre la mujer, en una imposición.

Los maltratadores se sienten con legitimidad para practicar relaciones sexuales cuando deseen aun siendo conscientes de que la mujer no lo desea, así como demandar determinadas prácticas sexuales que ellos quieren pero la mujer no le gusta practicar como la penetración anal o la felación.

Hay que resaltar la existencia del “falso consentimiento” que se produce a través de la manipulación, el chantaje o el miedo, carece de agresividad explícita pero sí crea un ambiente de agresividad que consigue imponer la realización de algo que no se desea, que una mujer permita no quiere decir que consienta, en multitud de ocasiones viene motivado para evitar un mal mayor.

También encontramos una forma de violencia sexual relacionada con el ámbito reproductivo.

Algunas mujeres barajan la opción de tener hijas o hijos como una muestra de amor hacia su pareja o como recurso para lograr que el hombre cambie y abandone la violencia. Esta idea no suele cumplirse y en algunos casos la violencia comienza precisamente cuando la mujer se queda embarazada.

Por otro lado los hombres maltratadores utilizan la maternidad como método para retener a la mujer, para lograrlo prohíben el uso de anticonceptivos o se niegan a usar preservativo o lo pinchan.

Ponen así en peligro la libertad sexual de la mujer y en caso de embarazos no deseados u obligados incluso su integridad física y psicológica.

El último escalón llega con la muerte de la mujer, éste suele tener lugar cuando la mujer toma la decisión de denunciar y/o abandonar la relación.

C) LABERINTO PATRIARCAL

Para explicar cómo algunas mujeres llegan a verse atrapadas en relaciones violentas Esperanza Bosch, Victoria Ferrer y Aina Alzamora utilizan el símil de un laberinto que califican como patriarcal.

Explican que acceder a este tipo de relaciones puede ser muy fácil, pero una vez atrapadas en ella, mientras más tiempo transcurra y más se adentre la mujer en la relación, más riesgo corre y más difícil resultará liberarse de la situación.

CONTROL

Establecen cuatro fases consecutivas por las que irá pasando la mujer hasta llegar a verse totalmente atrapada como en el núcleo de un laberinto.

● Fase 1. Fascinación

Correspondería a la entrada al laberinto, asequible y apenas perceptible porque vendría facilitada por las expectativas idealizadas en torno al amor y a la pareja.

● Fase 2. Reto

Se caracteriza por las concesiones que la mujer intenta hacer al amor:

Concesiones a veces indignas (cambiar físicamente, cambiar forma de vestir...) para intentar ajustar la relación por amor, adaptarse ella misma al ideal preconcebido del amor y adoptar la forma que el hombre espera de ella.

El problema a la larga es que de tanto conceder y ceder, la mujer va desdibujándose hasta perderse a sí misma.

● Fase 3. Confusión

La mujer no comprende cómo a pesar de los esfuerzos no consigue el bienestar de la relación. Consecuentemente se autocuestiona, en lugar de cuestionarlo a él, bajando la concepción que tiene de sí misma.

● Fase 4. Extravía

A pesar de las concesiones y el esfuerzo por salvar la relación, la mujer no consigue solucionar la situación, derivando en una percepción negativa de sí misma, del agresor y de la relación, pudiendo llegar a rendirse.

Siguiendo el ciclo de la violencia de Walker amor, hostigamiento, reconciliación, viven el tiempo en “zig-zag”, lo que da lugar, por un lado al miedo, como reacción a la situación de violencia y, por otro, a la adherencia al agresor como mecanismo de defensa: por salvar la relación, por proteger a los hijos, por vivir en una situación de carencia, porque están convencidas de que deben y pueden cambiar al agresor, por miedo a morir o a las amenazas de suicidio por parte de él así como por las presiones y el temor a no ser creídas por su entorno, entre otras.

La violencia de género nace de la parte más oscura del ser humano y no hay que ocultarla, ni padecerla, ni encubrirlo. Hay que gritar con valor y energía:

¡Basta ya!

Zulema de la Cruz

BIBLIOGRAFÍA

TEXTO LEGISLATIVOS

Asamblea General de Naciones Unidas (1979): "Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer". **Fuente:** ONU.

Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer: Recomendación General nº 19 La violencia contra la mujer (1º período de sesiones, 1992). **Fuente:** ONU.

Naciones Unidas (1993): "Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer". **Fuente:** Asamblea General de Naciones Unidas.

Naciones Unidas: Informe de la IV Conferencia Mundial sobre la Mujer. **Fuente:** ONU.

Asamblea General de Naciones Unidas (6 de julio de 2006): Informe del Secretario General "Estudio a Fondo sobre Todas las Formas de Violencia contra la Mujer. **Fuente:** ONU.

Recomendación del Comité de Ministros del Consejo de Europa a los Estados miembros sobre la Protección de la Mujer contra la Violencia aprobada el 30 de abril de 2002. **Fuente:** Delegación de gobierno para la violencia de género.

Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la violencia de género. (BOE nº313, de 29 de diciembre).

Guía práctica de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. Observatorio contra la Violencia Doméstica y de Género del Consejo General del Poder Judicial (2016).

TEXTO

Andrés Pueyo, A., López, S. y Álvarez, E. (2008): Valoración del riesgo de Violencia contra la pareja por medio de la SARA. **Papeles del Psicólogo, Vol. 29(1)**.

Biglii, Bárbara y San Martín, Conchi (Coords.) (2007): Estado de wonder bra. Entretejiendo narraciones feministas sobre las violencias de género. **Virus Editorial, Barcelona**.

Bosch-Fiol, Esperanza y Ferrer-Pérez, Victoria A (2002). *La voz de las invisibles: las víctimas de un mal amor que mata*. Edita Cátedra.

Bosch-Fiol, Esperanza y Ferrer-Pérez, Victoria A. (2012): *Nuevo mapa de los mitos sobre la Violencia de Género en el siglo XXI*. **Psicothema, vol. 24, nº4**.

Cantera, Itziar; Estébanez, Iñire & Vázquez, Norma (2009): *Violencia contra las mujeres jóvenes, la violencia psicológica en las relaciones de noviazgo*. **Bilbao: BBK, Emakunde, Eusko Jaurlaritzza/Gobierno**.

Federación Española de Municipios y Provincias (2007): *Guía para Sensibilizar y Prevenir desde las Entidades Locales la Violencia contra las Mujeres*.

Federación Española de Municipios y Provincias (2012): *Propuesta de intervención integral en el ámbito local contra la violencia sobre la mujer*.

Ferrer-Pérez, Victoria A., Bosch-Fiol, Esperanza y Riera Madurell, Teresa (2006): *Las dificultades en la cuantificación de la violencia contra las mujeres en la pareja: análisis psicosocial*. **Intervención Psicosocial, Vol. 15 N.º 2**.

Fundación Guardia Civil (2011): *Guía Básica. Primeros Auxilios Psicológicos en Violencia de Género*.

González Barcala, Silvia (2004): "Factores psico-sociales de la violencia de género". *En Violencia de Desigualdad: Realidad y Representación*, Editado por María Luisa Ibañez Martínez, Rosa María Merino Hernández y Emilio Sampedro Pelayo. **Ediciones Universidad de Salamanca**.

Instituto Andaluz de la Mujer (2011): *Andalucía Detecta. Sexismo y violencia de género en la juventud*. **Consejería para la Igualdad y Bienestar Social. Junta de Andalucía**.

Instituto de la Mujer (2013): *Guía Salud XII "Violencia contra las Mujeres" (2013)*.

Junta de Castilla y León (2010): *Proyecto Detecta Castilla y León. Factores de riesgo y de protección en la prevención contra la violencia de género en la pareja. Un estudio de investigación en la población adolescente de Castilla y León*.

López-Doriga Alonso, Begoña (Coord.) (2001): *La atención sociosanitaria ante la violencia contra las mujeres*. **Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado. Instituto de la Mujer**.

Lorente Acosta, José Antonio y Lorente Acosta, Miguel (1999): *Agresión a la mujer: maltrato, violación y acoso*. **Editorial Comares**.

Lorente Acosta, Miguel (2001): *Mi marido me pega lo normal: agresión a la mujer: realidades y mito*. **Editorial Crítica. Barcelona**.

Maqueda Abreu, María Luisa (2006): *La violencia de género: entre el concepto jurídico y la realidad social*. **Revista Electrónica de Ciencia Penal y Criminología ISSN 1695-0194 RECPC 08-02**.

Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad (2009): *Violencia de género en los pequeños municipios del estado español (2009)*. **Colección Contra la Violencia de Género. Nº 6**.

Nogueiras, Belén (2005): "La violencia en la pareja", *en La violencia contra las mujeres. Prevención y detección*. **Dirigida por Consué Ruiz-Jarabo y Pilar Blanco. Editorial Díaz de Santos, Madrid**.

Ruiz-Jarabo, Consué y Blanco, Pilar (2004): "La violencia contra las mujeres". **Edit. Díaz de Santos. Madrid**.

Ruiz Repullo, Carmen (2016): *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**.

Sanmartín, J., Molina, A., y García, Y. (Eds.) (2003). *Informe internacional 2003. Violencia contra la mujer en las relaciones de pareja. Estadísticas y legislación*. **Valencia: Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia**.

Treiner, Sandrine (Coord.) (2007): *El Libro negro de la condición de la mujer*. **Santillana Ediciones Generales, Madrid**.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE IGUALDAD
Y CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO