

medinstgenderstudies.org

Youth4Youth

**Violencia
en las
relaciones:**
*Mitos y
Realidades*



COORDINADORES:

The Mediterranean Institute of Gender Studies (Chipre) – www.medinstgenderstudies.org

EN COLABORACIÓN CON:

- ▶ European Anti-Violence Network (Grecia) – www.antiviolence-net.eu
- ▶ Casa delle Donne per non Subire Violenza (Italia) – www.casadonne.it/cms
- ▶ Women's Issues Information Centre (Lituania) – www.lygus.lt/mic
- ▶ Centro Especial de Investigación en Teorías y Prácticas Superadoras de las Desigualdades Sociales (CREA)- Universidad de Barcelona (España) – www.creaub.info

CON EL APOYO DE:

Programa Daphne III, Comisión Europea

El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva del Mediterranean Institute of Gender Studies. La Comisión Europea no se hace responsable de ninguno de los usos que se puedan derivar de sus contenidos. La información y opiniones expresadas en él no reflejan en ningún caso la opinión de la Comisión Europea.

DISEÑADOR:

Mario Pavlou — www.mariopavlou.com

Entypo pictograms de Daniel Bruce — www.entypo.com

Para obtener más información, póngase en contacto con:

Email: info@medinstgenderstudies.org

Website: www.medinstgenderstudies.org



Este documento está sujeto a la licencia Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 Unported License. Para ver una copia de esta licencia, visitar:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>.

Los chicos tienen que ser duros, las chicas bonitas. ¿Quién lo dice?

Sabes...las palabras “sexo” y “género” no significan lo mismo. Cuando un niño o una niña nacen, normalmente está claro por sus genitales si es chico o chica. Esto es una diferencia sexual. Vestir a una niña de rosa y a un niño de azul es una elección. Esto es una diferencia relacionada con el género.

‘Sexo’ se refiere a las características biológicas con las que nace un hombre o una mujer, por ejemplo, los hombres tienen más bello en la cara y las mujeres pueden amamantar. ¡Estas características no han variado mucho en los últimos 200.000 años, desde que apareció el primer ser humano!

El ‘género’ no es biológico – las chicas y los chicos no nacen sabiendo cómo deben mirar, vestirse, hablar, comportarse, pensar o actuar. Estamos influenciados por nuestras familias y amistades así como por nuestra educación y cultura, incluso por la música que escuchamos, las películas que vemos o los anuncios a los que nos exponemos diariamente. La sociedad en conjunto envía mensajes sobre las características y los roles de las chicas y los chicos. Básicamente, es la sociedad la que nos encasilla en diferentes modelos de género.

Respecto a los roles de género mucha gente piensa que son características innatas, que “así son las cosas”, pero la realidad es que son elegidas y varían según el periodo histórico y el lugar donde nos encontramos. Hasta hace poco, por ejemplo, hubiera sido impensable para un hombre elegir dejar su trabajo para cuidar de sus hijos y/o hijas mientras su pareja desarrolla su carrera profesional. El boxeo femenino fue introducido por primera vez en unas Olimpiadas en 2012. De hecho, ¡hasta 1990 el boxeo femenino fue prohibido en la mayoría de países! Los roles de género se han ido igualando en las últimas décadas por lo que cada vez existen menos diferencias entre los roles masculinos y femeninos, sin embargo, los roles de género siguen teniendo mucho peso. Aunque no nos damos cuenta, existe una gran presión social para que nos ajustemos a cada uno de los modelos de género.



PARA PENSAR:

CHICOS: Si te despertaras mañana y fueras una chica, ¿cómo te sentirías?, ¿qué aspectos de tu vida cambiarían?

Chicas: Si te despertaras mañana y fueras un chico, ¿cómo te sentirías?, ¿qué aspectos de tu vida cambiarían?



Los rasgos de género son todo aquello que indica qué aspecto deben tener las mujeres y los hombres y como deben comportarse en cada momento histórico... estos roles/apariencias cambian a lo largo del tiempo... nunca son estáticos.

**BÁSICAMENTE,
LA SOCIEDAD NOS PONE
TODO EN 'CAJAS DE GÉNERO': -**



Intenta identificar características opuestas a las que aparecen en cada una de las cajas. ¿Te parecen realistas estos roles? ¿Existe alguna posibilidad de que alguien en este planeta, chica o chico, sea capaz de cumplir las expectativas que se sugieren en estas cajas?



Se espera que las chicas sean:

Guapas, que cuiden de su imagen

Delgadas

Cuidadosas

Buenas madres

Sumisas

Que se comporten correctamente

Emotivas

Centradas en su carrera profesional

Sexis

Decentes y recatadas, que no se enrollan con cualquiera

Se espera que los chicos sean:

Capaces de ocultar sus emociones

Fuertes

Duros

Rebeldes

Deportistas

Centrados en su carrera profesional

Líderes

Buenos padres

Sexualmente activos

Exitosos económicamente

Presión para ajustarse a un modelo

Todos nosotros y nosotras tenemos el derecho a una identidad propia, a ser lo que queramos ser y a tener la misma libertad que cualquier otra persona. Los roles de género tradicionales pueden limitar este derecho porque crean desigualdades entre chicos y las chicas. Lo peor que le puedes decir a algunos chicos es “eres una nena” ¿Por qué es tan insultante para algunos chicos que los identifiquen como una chica?

La razón es que en la sociedad los roles tradicionalmente ‘masculinos’ como dureza, fuerza y liderazgo están mejor valorados que los roles tradicionalmente ‘femeninos’, tales como actitudes de cariño, mostrar las emociones y ser guapas. Por supuesto hay hombres cariñosos y mujeres que son buenas líderes, pero como la sociedad todavía asocia determinados roles de género con hombres y otros, menos valorados, con mujeres, las niñas y mujeres tienen un status inferior en la sociedad.

Esto también implica que aquellos chicos que no se adaptan a lo que en la sociedad se considera como ‘masculino’, como chicos que hacen ballet, o chicas que no se adaptan al rol ‘femenino’, como chicas que les gusta el fútbol o que salen con más de un chico a la vez, corren el riesgo de ser ridiculizados/as, de sufrir bullying, discriminación o violencia por salirse de lo normal. Este tipo de acoso se relaciona con la **violencia de género (VG)** porque las personas se convierten en víctimas por su género o su orientación sexual. Las personas que ejercen la VG también lo hacen para controlar a aquellas otras personas que creen que tienen menos estatus social que ellos/as.

¿Qué tipos de violencia de género existen?

La diferencia es buena. Todos somos individuos diferentes y únicos. La diferencia hace la vida más interesante y no es una razón para juzgar a una persona o hacerle daño. Cada uno tiene el derecho de ser respetado en su relación con sus iguales, sus novios o novias, su familia y en sus comunidades. ¿Qué pasa cuando no hay respeto?

EN LAS RELACIONES CON LOS IGUALES:

En todos los países los chicos y las jóvenes han identificado el bullying como uno de los problemas más graves a los que se enfrentan. Muchos comportamientos de bullying están basados en el género, incluyendo el bullying verbal, especialmente el difundir rumores negativos (como p.e. llamando a un chico ‘nenaza’), el acoso sexual mediante comentarios sexistas o actuaciones de índole sexual (p.e. tocamientos indeseados, enseñar pornografía a otra persona), el abuso físico (p.e. abofetear, pegar o empujar a alguien) y la exclusión social (aislamiento, rechazo por los iguales). El bullying también se produce en mensajes instantáneos, emails o en redes sociales como el Facebook.

EN LAS RELACIONES AFECTIVO-SEXUALES:

En todas las relaciones puede haber altibajos y a veces discusiones. La VG no se refiere a desacuerdos puntuales. Se refiere a situaciones en las cuales una persona usa amenazas o violencia para controlar lo que la pareja dice o hace. A veces se denomina ‘acoso en las citas’ o ‘violencia doméstica’. También se refiere a violencia psicológica (como humillación constante, aislamiento de la familia o amigos y amigas, dictando como se debe vestir la otra persona o lo que debe hacer y amenazando con hacerle daño o con abandonarle/a), violencia física (como golpear, pegar o dar patadas), violencia sexual (como violaciones o agresión sexual) y abuso económico (como retener los ingresos de alguien). No es necesario estar en una relación estable para sufrir VG de la pareja. La VG también se da en citas de un día o en relaciones cortas.

EN FAMILIAS:

La violencia doméstica se da entre adultos que cuidan de ti o que forman parte de tu hogar. Muchas personas

adultas piensan que los niños y niñas no se dan cuenta del abuso o que no les afecta, pero no es cierto. Los niños y niñas, así como también los y las jóvenes, saben qué está pasando y este tipo de comportamientos es igual de espantoso y dañino en la familia como el que se sufre en las propias relaciones.

EN LA COMUNIDAD:

También familiares, compañeros de trabajo y personas de la comunidad pueden ser autores de VG. Violación, acoso sexual, discriminación en el lugar de trabajo son un ejemplo de ello (p.e. la remuneración inferior de las mujeres frente a los hombres para el mismo trabajo).

¿Te suena? ¿Es o no es violencia de género? ¿Qué piensas? ¹

Anna es una chica nueva en el instituto. Le gusta llevar ropa que remarca su figura y le gusta flirtear con los chicos. Pronto un grupo de chicas en su escuela empiezan a llamarla ‘guarra’ y a decir a todo el mundo que la eviten porque se podrían contagiar con el ‘síndrome de guarra’.

Recientemente algunos de los chicos en clase han recortado fotos de mujeres desnudas de revistas y las traen a la escuela. Las muestran en voz alta delante de todo el mundo y comparándolas con las chicas de la escuela. Algunas chicas empiezan a enfadarse y a sentirse incómodas con estos comportamientos.

Paul pregunta a Eric, uno de los mejores estudiantes de clase, si quiere jugar en el equipo de fútbol, pero Eric no tiene interés. Desde entonces, Paul y sus amigos se ríen de él cada vez que le ven. Le preguntan en voz alta para que todo el mundo lo escuche ‘si prefiere a los chichos en vez de las chicas’. Últimamente, Paul y sus amigos han

dejado trípticos de información sobre derechos de homosexuales y organizaciones de apoyo en la mesa de Eric.

John esta saliendo con María desde hace unas semanas. Ambos tienen 15 años. Una noche después de estar flirteando en el bar, le propone a María tener sexo, pero ella no quiere. Durante los días siguientes John insiste intensamente en tener sexo con ella y empieza a decirle que si no se acuestan la dejará.

A Katerina le encantaba pasar tiempo con sus amigos y amigas, pero todo cambió cuando empezó a salir con Marc. Al principio sus amigos pensaron que le gustaba pasar el tiempo con su nuevo novio. Pero después de seis semanas Katerina todavía ignoraba todas sus llamadas e invitaciones. Hasta eliminó su cuenta de Facebook. Cuando sus amigos le plantean la cuestión en la escuela ella les dice que a Marc no le gusta que ella hable con personas que él no conoce.



PARA PENSAR:

Todas estas situaciones describen formas en las que la violencia de género puede afectar a la vida de los y las jóvenes. Bullying, acoso sexual y violencia de género en las citas nunca están bien y nunca son culpa de la víctima. ¿Qué puedes hacer tú para ayudar a las personas que sufren violencia de género en estas situaciones?

¹ Algunas situaciones han sido adaptadas del Youth4Youth Training Manual.



¡Comprueba tu conocimiento sobre VG!

VERDADERO O FALSO²

A continuación hay una lista de afirmaciones en relación con violencia de género. Por favor, ¡piensa si estas afirmaciones son mitos o hechos y marca tu respuesta! ¡Comprueba si las respuestas son correctas en el apartado 'Respuestas'!

1	Las víctimas de violencia normalmente son personas con poco carácter	V	F
2	El abuso verbal puede ser tan grave como el abuso físico	V	F
3	Las personas violentas son personas que no pueden controlar su ira – es una pérdida de auto-control momentánea	V	F
4	Las personas que no denuncian un abuso constante por parte de otras deben querer que continúe	V	F
5	Es más probable que mujeres y chicas sean abusadas sexualmente por alguien que conocen que por un desconocido	V	F
6	Presionar una chica para tener relaciones sexuales es una forma de abuso, aunque la pareja llevara tiempo saliendo	V	F
7	La seriedad del acoso sexual es exagerada – la mayoría del acoso es menor y se refiere a flirteo inocente	V	F
8	El abuso de alcohol muchas veces lleva a violencia	V	F
9	La violencia en relaciones afectivo-sexuales se da sobre todo entre adultos y raramente entre personas jóvenes	V	F
10	Los celos son una señal de que alguien te quiere	V	F

Respuestas

- 1) **MITO** No existe un 'tipo' de persona que sea más propensa a ser víctima de abuso o violencia – le puede pasar a cualquiera. Algunas personas fuertes pueden sufrir bullying por ser nuevas en el colegio y no tener aún una red de amigos. Definitivamente no hay nada en el carácter de la víctima que haya causado la situación de violencia. La violencia siempre es la elección de la persona que abusa.
- 2) **HECHO** El abuso verbal puede ser igual de prejudicial y espantoso que el abuso físico. El hecho de ser constantemente rebajado y acosado puede causar traumas mentales y emocionales a largo plazo que pueden ser tan dañinos como el abuso físico.
- 3) **MITO** La mayoría de las personas no usamos violencia cuando nos enfadamos. Las personas violentas o abusivas no están 'fuera de control' - ellos deciden ser violentos y eligen a su víctima.
- 4) **MITO** Hay muchas razones por las cuales las personas no denuncian el abuso. Puede que tengan miedo del agresor, que piensen que nadie les cree o que contárselo a alguien hace que la situación empeore. También puede ser que se avergüencen de ser víctimas de abuso o piensen que han provocado el abuso.
- 5) **HECHO** La mayoría de las chicas y mujeres que son víctimas de violencia sexual son agredidas por una persona conocida, como el novio, un conocido, un compañero o un miembro de la familia.
- 6) **HECHO** Nadie debería ser presionado o forzado a tener relaciones sexuales, independientemente de si tienen una relación, o no. Presionar a alguien para tener relaciones sexuales es una forma de abuso y no tiene nada que ver con el amor. Para tener relaciones sexuales debes asegurar ¡el **pleno consentimiento** de la otra persona! De otra forma puede ser considerado agresión sexual o violación.
- 7) **MITO** El acoso sexual no tiene nada que ver con el flirteo por parte del acosador sino que tiene que ver con control, dominación y/o con castigo. Ejemplos de acoso sexual incluyen amenazas directas o indirectas, sobornos por actividades sexuales, insinuaciones sexuales, bromas sexuales, contacto físico indeseado, obligar a alguien a observar materiales con contenido sexual y agresión o intento de agresión sexual. Es una forma de violencia que hace que la víctima se sienta incomoda, con miedo y que no pueda desarrollar todo su potencial en el lugar de trabajo o en la escuela.
- 8) **MITO** Muchas veces el alcohol se usa para justificar actos de violencia. Pero hay muchas personas que beben alcohol y se se vuelven violentas con sus parejas o con las personas en general. Muchas personas son violentas con sus parejas y con otras personas cuando están sobrias.
- 9) **MITO** La violencia en las relaciones íntimas de las personas jóvenes es muy común a pesar de que raramente escuchamos hablar de ello. Puede tener diferentes formas como el abuso emocional que se expresa en controlar con quién se ve la pareja o cómo se viste, en humillar a la pareja, insultarla y amenazarla con 'romper la relación' si no se comporta de una determinada manera. También incluye violencia física y sexual.
- 10) **MITO** En algunas ocasiones se sienten celos, pero cuando los celos se convierten en una excusa para controlar lo que la otra persona hace, cómo se viste o con quién se ve es una forma de abuso emocional. Por eso es importante trazar una línea entre celos como un sentimiento que podemos tener y como una forma de controlar. En la mayoría de las veces los celos no tienen nada que ver con el amor, sino que es más bien un signo de posesividad, falta de confianza e inseguridad.

¿Cuál es la extensión de VG?

La violencia de género existe en todos los países y supone un inmenso obstáculo para la igualdad entre mujeres y hombres y se reconoce como una violación de los derechos humanos. Normalmente las personas que cometen actos de violencia de género son personas cercanas a las víctimas:

- ▶ Una encuesta realizada en el Reino Unido a 1.353 jóvenes mayores de 13 años concluyó que una proporción similar de jóvenes tanto chicos como chicas afirman haber experimentado violencia emocional o física en sus relaciones amorosas. Las chicas son más propensas a sufrir formas severas de abuso, a que se repitan los episodios de violencia, y a que dichos episodios se mantengan en el tiempo y que incluso se hagan más violentos.³
- ▶ La violencia de género es la forma más común de violencia escolar en los EE.UU. Las investigaciones nacionales indican que el 80% de los adolescentes en EE.UU. experimentarán en algún momento algún tipo de violencia de género antes de que se gradúen en el instituto.⁴
- ▶ Una investigación nacional en la que participaron 1.850 chicas de entre 18 y 24 años de edad, en Grecia, Chipre, Malta, Lituania y Letonia concluyó que entre el 10% y el 16% de todas las personas que respondieron informaron que habían sido objeto de alguna forma de una experiencia sexual no deseada en una cita, incluyendo la violación o el intento de violación (MIGS, 2008).⁵
- ▶ En una investigación en la que participaron 486 chicas adolescentes griegas (15-21 años de edad) al menos 1 de cada 2 chicas informó que habían experimentado alguna forma de intimidación violenta de su pareja (física, psicológica, o sexual) tanto en su relación actual, como en relaciones anteriores.⁶
- ▶ De acuerdo a las Naciones Unidas (2003) al menos 1 de cada 3 mujeres en el mundo han sufrido abusos físicos o sexuales cometidos por un hombre, en algún momento de sus vidas (normalmente perpetrados por alguien de la propia familia de la víctima).⁷
- ▶ De acuerdo con el Banco Mundial de datos (1994) las mujeres entre 15 y 44 años tienen más riesgo

de ser violadas o sufrir violencia doméstica que el peligro combinado de sufrir un cáncer, un accidente de coche, atravesar por un episodio de guerra, y padecer malaria, juntos.

- ▶ En Europa se estima que entre una quinta y una cuarta parte de todas las mujeres han experimentado violencia física al menos una vez durante su vida adulta, y más de una décima parte han sufrido agresiones sexuales que involucran el uso de la fuerza física.⁸
- ▶ En Italia se estima que el 32% de las mujeres entre 16 y 70 años de edad han experimentado violencia física o sexual cometida por hombres, durante su vida. Las mujeres jóvenes, por ejemplo aquellas que tienen entre 16 y 24 años de edad, son más propensas a ser víctimas de violencia de género.⁹

3 Barter, C.A., McCarry, M., Berridge, D., & Evans, K.M. (2009). *Partner exploitation and violence in teenage intimate relationships*. London: NSPCC.

4 Anagnostopoulos, D., Buchanan, N.T., Pereira, C., & Lichy, L.F. (2009). School staff responses to gender-based bullying as moral interpretation: An exploratory study. *Educational Policy*, 23, 519-553.

5 Mediterranean Institute for Gender Studies, MIGS. (2008). *Date Rape Cases among Young Women: Strategies for Support and Intervention*. Nicosia: University of Nicosia Press. Downloaded from: <http://goo.gl/v4ce1>.

6 Research conducted by Pentaraki M (2003), Magnitude, forms and consequences of violence that adolescent female high school students suffer in their intimate relationships. Unpublished Doctoral thesis, Department of Sociology, Panteion University Athens., mentioned in Perspective project Workstream 2 report by the European Anti-Violence Network.

7 United Nations Women's Development Fund (UNIFEM). (2003). *Not a Minute More: Ending Violence against Women*. New York: UNIFEM.

8 Council of Europe, Committee of Ministers. (2011). *Council of Europe Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence: Explanatory Report*. Downloaded from: <http://goo.gl/C961D>.

9 Instituto Nazionale di Statistica. (2006). *Violence and abuse against women inside and outside the family*. Downloaded from: <http://goo.gl/pt2PH>.

¿Quiénes son las víctimas de la violencia de género?

La violencia de género es un fenómeno que existe en todo el mundo y afecta a todas las edades, religiones, grupos étnicos y las víctimas pertenecen a todas las clases sociales independientemente de su nivel educativo. No hay evidencias que demuestren que personas pobres o con bajo nivel educativo tiendan más a tener comportamientos violentos.



Es un mito pensar que las víctimas de la VG son principalmente mujeres de ingresos bajos, de familias con poca educación y/o que pertenecen a determinados grupos étnicos porque la **principal razón** para la VG no está en lo material, cultural o el nivel educativo. La VG está intrínsecamente vinculada a las desigualdades entre mujeres y hombres y a la socialización en extendidas normas que condicionan el papel de las mujeres en relación a los hombres en la sociedad, lo cual las hace más vulnerables al abuso y la explotación.

Fíjate en las características que aparecen aquí a continuación sobre lo que socialmente se acostumbra a atribuir tanto a hombres como a mujeres:

- ▶ Los hombres están socializados en determinados comportamientos que les hacen creer que es natural o normal para ellos comportarse de forma más agresiva o violenta. Por ejemplo, la masculinidad muchas veces se asocia con agresividad, coraje, poder físico, control sobre sus emociones y sobre diferentes circunstancias, liderazgo, etc.
- ▶ Las características tradicionales de lo ‘masculino’ y los roles son **mejor considerados** que las que se atribuyen o se asocian con las mujeres como ama de casa, cuidadora, tímida, obediente, con buen comportamiento, amable, y altruista.

Muchas veces tendemos a culpabilizar a la víctima por haber sufrido violencia porque no queremos cuestionar la seguridad en nuestro mundo o nuestra sociedad. Asumimos que si la víctima hubiera evitado determinados comportamientos (y muchas otras cosas: determinadas calles, barrios, ropa, personas, etc.) no habría sufrido abuso. Esta explicación libera a los agresores de la responsabilidad de su acto violento y la traspa a las víctimas.¹⁰

La frase ‘ella lo quería’ es un ejemplo perfecto de esto. No obstante, la verdad es que nadie quiere ser agredido. Ninguna mujer nunca pide ser sexualmente agredida- independiente de la ropa que lleva, dónde vaya, y con quién hable. La idea de que las mujeres lo ‘quieren’ o ‘piden’ se usa mucho por parte de los agresores para justificar su comportamiento. Cada mujer y chica tiene el derecho de llevar lo que quiera y de elegir a su pareja sexual.

Si realmente queremos DETENER LA VIOLENCIA deberíamos considerar los juicios de VALORES que hacemos de las víctimas de la violencia. ¡Tenemos que DEJAR DE CULPABILIZAR A LAS VÍCTIMAS y empezar a hacer a los agresores RESPONSABLES de sus acciones!

¹⁰ Argumento basado en Gender Matters manual, p. 45 ‘What is Violence’, Council of Europe, Directorate of Youth and Sport. (2007). Gender matters: A manual on addressing gender-based violence affecting young people. Budapest: CoE.

¿ESTO QUIERE DECIR QUE PIENSAS QUE LOS HOMBRES SON MALOS?



No pensamos que los hombres son violentos por naturaleza y no creemos que sean malos, pero sí que creemos que todos los hombres tienen el papel y la responsabilidad de acabar con la violencia contra las mujeres. La mayoría de hombres no son violentos.

Al mismo tiempo, creemos que algunos hombres han aprendido a expresar su ira o su inseguridad mediante la violencia. Demasiados hombres han llegado a pensar que la violencia contra una mujer, un niño u otra persona es aceptable para controlar a la otra persona, y especialmente a la pareja.

La buena noticia es que cada vez más hombres y chicos quieren diferenciarse. Los hombres que se preocupan están hartos del sexismo que les envuelve. Estos hombres concienciados están preocupados por el impacto que tiene la violencia en la vida de los hombres y chicos.

Fuentes:

Adjusted excerpt from the webpage of the White Ribbon Campaign

http://www.whiteribbon.ca/about_us/



Chicos y hombres como aliados para detener la VG

¡Aunque la mayoría de las víctimas de la violencia de género son mujeres y chicas, y los agresores son principalmente hombres, la mayoría de hombres no son violentos o agresores! De hecho, en todo el mundo los hombres se han posicionado para detener la violencia de género.

La White Ribbon Campaign (Campaña del Lazo Blanco) es uno de los esfuerzos más extendidos en el mundo para parar la violencia machista contra las mujeres que se organiza y está apoyado por hombres.



Mi fuerza está en el respeto y cuando ella dice NO, yo digo OK

¿En qué consisten las relaciones amorosas saludables?



Las relaciones amorosas incluyen respeto y comunicación y se abstienen del uso de la violencia. Aunque no tengas novio o novia es buena idea aprender en qué consiste una relación saludable para saber qué tienes derecho a esperar y cómo construir una relación saludable. En una relación igualitaria y saludable:

- 1) Os respetáis mutuamente.
- 2) Hay confianza. Hay sinceridad. El único modo de construir confianza es siendo honesto y abierto con el otro.
- 3) Os apoyáis tanto en los tiempos buenos como en los malos momentos, como animando a tu novia en su partido de baloncesto o escuchando a tu novio hablando del divorcio de sus padres.
- 4) Es importante tomar decisiones juntos, por ejemplo, qué película ver y con qué amigos estar. Si uno/a manda, reprende o reprocha constantemente al otro/a, no es justo/a ni igualitario/a.
- 5) No hay miedo en una relación.
- 6) Estás cómodo/a siendo tu mismo/a. No tienes que cambiar quien eres.
- 7) Te sientes libre de hacer las cosas que te gustan, de vestir de la forma que te gusta, de ir donde quieres ir y en general te sientes libre de ser y actuar como la persona que eres.
- 8) Puedes seguir estando con tus amigos y hacer las cosas que te gustan como tocar en un grupo de música o participar en un equipo de natación. Estás bien haciendo algunas cosas por separado.
- 9) Resolvéis las cosas de forma tranquila, sin gritar. Si no estás de acuerdo con algo, sabes que está bien hablarlo y que tu pareja te escuchará de forma tranquila y con interés en lo que tienes que decir.

Fuentes:

- Daphne Project: Improving the Response to Intimate Partner Violence (IPV) in Military Settings
JAI/DAP/2004-1/101/WY
http://www.euroipn.org/daphne_new/daphne2/DAPHNE_ANNEXES/APPENDIX%201.%20IPV%20MATERIAL/1.4.%20IPV%20Leaflets/ENGLISH.pdf
- Ontario Women's Directorate -
http://www.women.gov.on.ca/english/resources/publications/equal/teens_best.shtml

¡CONOCE TUS DERECHOS! ¡REIVINDICA TUS DERECHOS!

- ▶ El derecho a una vida libre de cualquier forma de violencia, física, psicológica, sexual, o verbal o de cualquier otro tipo de abuso.
- ▶ El derecho a expresar tu identidad de género y sexual libre de cualquier forma de discriminación o bullying basado en la sexualidad, el sexo o el género.
- ▶ El derecho a tu cuerpo, el derecho a decir que NO a cualquier comportamiento que te hace sentir incómodo/a.
- ▶ El derecho a ser escuchado/a y a expresar tu opinión y preocupación.
- ▶ El derecho a la libertad de expresión y de participación activa en todos los asuntos que te afectan y al desarrollo de un entorno favorable a la participación efectiva de los jóvenes.
- ▶ El derecho a la información sobre métodos anticonceptivos adecuados y seguros, sobre una vida sexual saludable y sobre servicios relacionados con el asesoramiento en relaciones íntimas y violencia de género.
- ▶ El derecho a la prestación adecuada de servicios y mecanismos para denunciar la violencia de género de forma confidencial, accesible y de apoyo.
- ▶ El derecho a elegir tu propia orientación sexual libre de discriminación o la necesidad de encajar en categorías de masculino y femenino concretas y pre-determinadas.
- ▶ El derecho a la educación en relaciones saludables, igualdad, salud sexual y reproductiva y el conocimiento de tus derechos.

Fuentes:

- Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño
- Recommendation Rec(2006)14 of the Committee of Ministers of the Council of Europe to member states on citizenship and participation of young people in public life
- Asociación Internacional de Planificación Familiar

SI ESTAS SUFRIENDO VIOLENCIA DE GÉNERO, ES POSIBLE QUE ESTÉS CONFUNDIDA/O Y QUE TENGAS MIEDO.

PERO RECUERDA QUE EL ABUSO NO ES CULPA TUYA Y QUE NO ESTÁS SOLA/O.

HABLAR CON UN AMIGO O UNA PERSONA DE CONFIANZA COMO LOS PADRES O UN PROFESOR REALMENTE PUEDE AYUDAR.

AL FINAL DE ESTE LIBRITO HAY UNA LISTA DE LÍNEAS DE AYUDA U ORGANIZACIONES CON LAS QUE PUEDES CONTACTAR PARA PEDIR CONSEJO O APOYO.



¿Cómo puedo aprender más sobre violencia de género?

Organizaciones y programas que trabajan en VG a nivel europeo e internacional:

- ▶ Proyecto Youth4Youth: Empowering Young People in Preventing Gender-based Violence through Peer Education
www.medinstgenderstudies.org/news/youth4youth-empowering-young-people-in-preventing-gender-based-violence-through-peer-education
- ▶ Consejo de Europa, Dirección de Juventud y Deporte. Manual sobre violencia de género entre jóvenes
<http://eycb.coe.int/gendermatters/default.htm>
- ▶ Fundación Internacional para la Educación sobre Género
www.ifge.org
- ▶ **GenderYOUTH**
www.beyondgenderyouth.org
- ▶ **UNESCO**
www.unesco.org/new/en/unesco/themes/gender-equality
- ▶ Lobby Europeo de Mujeres
www.womenlobby.org
- ▶ Tolerancia Cero
www.zerotolerance.org.uk
- ▶ V-merginos
www.v-girls.org
- ▶ V-diena/V-vyrai
www.vday.org/v-men
- ▶ Documento sobre la campaña White Ribbon: implicando a hombres y niños para reducir y prevenir la Violencia de Género
http://whiteribbon.ca/issuebrief/pdf/wrc_swc_issuebrief.pdf
- ▶ Manual de sensibilización sobre Igualdad de género contra la violencia dentro de las relaciones, (GEAR against IPV) Publicación III – información sobre (des)igualdad de género (ANEXO A.1, pp. 151 – 154), sobre violencia de género en el contexto de relaciones/citas (ANEXO A.2., pp. 155 – 181)
www.gear-ipv.eu/sites/default/files/1/Master_GEAR%20against%20IPV%20Booklet%20III_English.pdf



Puntos de información y atención en el contexto español

- ▶ CREA-UB. Centro Especial de Investigación sobre Teorías y Prácticas Superadoras de Desigualdades.
<http://creaub.info/es/>
- ▶ Teléfono de información y asesoramiento jurídico en materia de violencia de género. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad del Gobierno de España. 016. Para personas con discapacidad auditiva y/o del habla 900 116 016.
www.msc.es/ssi/violenciaGenero/Recursos/telefono016/home.htm
- ▶ Teléfono de información del Instituto de la Mujer. 900 191 010. DTS para personas sordas: 900 152 152
www.inmujer.gob.es/servRecursos/servInformacion/home.htm
- ▶ Mapa de recursos y centros de atención a la mujer del Instituto de la Mujer.
www.inmujer.gob.es/servRecursos/centrosAtencion/home.htm



Notas

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



A series of horizontal dotted lines for writing, consisting of 25 rows of evenly spaced dots.

¿QUÉ PUEDEN HACER LAS PERSONAS JÓVENES PARA DETENER LA VG?

- 1. ESTAR INFORMADOS Y INFORMADAS SOBRE VG**
- 2. DENUNCIAR EL BULLYING U OTROS COMPORTAMIENTOS VIOLENTOS A UN PROFESOR/A, A LA FAMILIA O AL TUTOR/A.**
- 3. PROMOVER EL RESPETO Y LA IGUALDAD EN TUS CÍRCULOS DE AMIGOS**
- 4. DIVULGAR EL CONOCIMIENTO Y LA CONCIENCIACIÓN DE LA VG**
- 5. AVERIGUAR CÓMO AYUDAR A UN AMIGO O AMIGA QUE SUFRE VG LLAMANDO A UNA LÍNEA DE AYUDA O A UNA ORGANIZACIÓN LOCAL**
- 6. PEDIR CLASES SOBRE VG EN TU ESCUELA**
- 7. APOYAR O PARTICIPAR EN ORGANIZACIONES LOCALES Y CAMPAÑAS**
- 8. ¡RECUERDA QUE LOS ESTEREOTIPOS SON CAJAS QUE IMPIDEN QUE EXPRESEMOS NUESTRAS PERSONALIDADES ÚNICAS Y LLENAS DE POTENCIAL!**

Centro de Investigación en Teorías y Prácticas
Superadoras de Desigualdades (CREA) –
Universidad de Barcelona (España)
Campus Mundet
Edificio de Llevant, despacho 12-13
Paseo Vall d'Hebron 175, 08035 Barcelona.
Tel. +34 934 035 099 / 934 035 164
Email: crea@ub.edu

