



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

**“PROGRAMA DE EDUCACIÓN
EMOCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE
LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN LAS
RELACIONES ADOLESCENTES”**

TRABAJO FIN DE GRADO
EN EDUCACIÓN SOCIAL

AUTOR/A: Graciela Gómez González

TUTOR/A: M^a Jesús Dueñas Cepeda

Palencia.

INDICE

1. RESUMEN	5
2. PALABRAS CLAVES	7
3. INTRODUCCIÓN	9
4. OBJETIVOS	12
4.2.1 OBJETIVOS GENERALES	12
4.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TFG	12
4.2.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA	13
5. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO	14
6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	21
7. MATERIAL Y METODOLOGÍA	37
8. RESULTADOS	40
SESIÓN 1”Autoconcepto”	40
SESIÓN 2 “Autoconciencia Emocional”	42
SESIÓN 3 “Asertividad”	43
SESIÓN 4 “Independencia”	44
SESIÓN 5 “Auto actualización”	45
SESIÓN 6 “Empatía”	46
SESIÓN 7 “Responsabilidad Social”	47
SESIÓN 8 “Relaciones Interpersonales”	48
SESIÓN 9 “Optimismo”	48
SESIÓN 10 “Felicidad”	49
SESIÓN 11 “Tolerancia al estrés”	49
SESIÓN 12 “Control de Impulsos”	50
SESIÓN 13 “Prueba de realidad”	50
SESIÓN 14 “Flexibilidad”	51
SESIÓN 15 “Solución de problemas”	52

SESIÓN 16 “Manifestaciones o indicadores de la violencia en la pareja”--	52
SESIÓN 17 “ Rol de víctima y agresor”-----	53
SESIÓN 18 “Recursos para la persona víctima de la violencia en la pareja”--	54
9. CONSIDERACIONES FINALES Y RECOMENDACIONES-----	55
10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS-----	61
11. SITIOS WEB -----	64
12. ANEXOS-----	65
ANEXO 1 “Mujer conoce tus derechos”-----	65
ANEXO 2 “Resumen de la Ley Orgánica 1/2004”-----	71
ANEXO 3 “Recursos en Cantabria ante la Violencia de Género”-----	74

1. RESUMEN

La adolescencia forma parte del desarrollo evolutivo del ser humano, considerándose una etapa de transición a la vida adulta, acompañada de unos cambios físicos, sociales y de personalidad. En esta etapa es muy importante que el individuo tenga definido su identidad y posea una buena imagen de sí mismo, acompañado de una autoestima positiva, para que vivan unas relaciones sanas en general, porque de lo contrario puede verse sometido a situaciones de maltrato psicológico.¹

La adolescencia es una etapa de inestabilidad emocional que implica un desarrollo afectivo caracterizado por comportamientos impulsivos que dificultan la toma de conciencia emocional, la cual les permite conocer sus emociones y la de los demás.

Por todo ello, lo que pretendo con este programa es relacionar el maltrato psicológico con la Inteligencia Emocional, tratando de mostrar cómo a través de una adecuada educación emocional y un correcto entrenamiento de las competencias emocionales, es posible capacitar a los residentes del recurso educativo para jóvenes con trastornos conductuales, para resolver conflictos que les surjan en sus relaciones de pareja, con iguales o en el ámbito familiar, sin necesidad de incurrir en la violencia.

1.1 ABSTRACT

Adolescence is part of the evolutionary development of man, considered a step of transición to adulthood, accompanied by some physical, social and personality changes. At this stage it is very important that the individual has defined its identity and having good self-image accompanied by, to live a healthy relationship positive self-esteem, because otherwise you may be subject to psychological abuse situations.

Adolescence is a time of emotional inastability that involves emotional development, characterized by impulsive behaviors that hinder emotional awarenedd, these allows them to know the emotions and the others one.

Therefore, what I want with this program is to relate psychological abuse with Emotional Intelligence, trying to show how through proper education and proper emotional

1

coaching emotional competencies, it is possible to qualify the residents of the educational resource for teenagers with behavioral disorders, to solve conflicts that they arise in their relations of pair, with be equal or in the familiar area, without need to incur the violence.

2. PALABRAS CLAVES

- **IDENTIDAD PERSONAL/AUTOCONCEPTO:** Conjunto de percepciones que el individuo desarrolla sobre sí mismo. Es necesaria la interacción social para que el individuo construya su propia imagen.

-**CONDUCTA ABUSIVA:** Todo aquello que por acción u omisión, provoque daño físico y/o psicológico a la otra persona.

- **INTIMIDACIÓN:** Comportamiento atemorizante, cualquier indicador verbal o gestual que ejerce el agresor, con los que se dan indicios de que si no se obedece, algo pasará. Se encuentra en el límite entre la violencia psicológica o los macro machismos propiamente dichos.

- **GÉNERO:** Papeles socialmente contruidos para la mujer y el hombre asentados basándose en su sexo, depende de un particular concepto socioeconómico, político y cultural, y están afectados por otros factores como son la edad, la clase, la raza y la etnia.

- **FEMINISMO:** Movimiento social en defensa de la igualdad de derecho de oportunidades entre hombres y mujeres en el mundo. Defiende que los Derechos Humanos son del hombre y de la mujer.

-**VIOLENCIA:** uso intencionado de la fuerza física o el poder, contra uno mismo, hacia otra persona o hacia grupos y que tiene como consecuencias probables lesiones físicas, daños psicológicos, alteraciones del desarrollo, abandono e incluso la muerte.

- **VIOLENCIA PSICOLÓGICA:** Cualquier conducta, física p verbal, activa o pasiva, que atenta contra la integridad emocional de la víctima, en un proceso continuo y sistemático, a fin de producir en ella intimidación, desvalorización, sentimientos de culpa o sufrimiento.

-**VICTIMA:** Aquella persona que sufre un daño de otra persona, por culpa ajena o fortuita y sobre la que se ejerce una violencia física o moral que le genera situaciones de indefensión, pérdida de control sobre su ambiente e incluso temor por la propia vida.

-**MACHISMO:** Actitud de prepotencia de los varones respecto de las mujeres.

-ESTEREOTIPOS DE GENERO: Conjunto de cualidades y características psicológicas y físicas que una sociedad asigna a hombres y mujeres. Son como etiquetas que nos ponen al nacer.

-ROLES DE GÉNERO: Los estereotipos impulsan a las personas a desempeñar tareas y funciones, así como a tener comportamientos considerados propios de hombres y mujeres por el hecho de pertenecer a uno u otro sexo.

-DESPRECIO: Intensa sensación de falta de respeto o reconocimiento y aversión. El desprecio supone la negación y humillación del otro de quien se pone en duda su capacidad e integridad moral.

-INTELIGENCIA EMOCIONAL: la capacidad que tiene una persona de manejar, entender, seleccionar y trabajar sus emociones y las de los demás con eficiencia y generando resultados positivos.

2.1 KEYWORDS

- IDENTITY PERSONAL / SELF-CONCEPT: A set of perceptions that individual develops about himself. Social interaction is required for the individual to build their own image.

ABUSIVE BEHAVIO: Everything that by act or omission causes physical and / or psychological harm to another person.

- INTIMIDATION: frightening behavior, verbal or gestural prompt that the aggressor exercises with indications that if they are ignored, something will occur. It is located at the boundary between the psychological violence or “*macromachismo*” themselves.

- GENDER: socially constructed roles for women and men base on their sex that depends on a particular socio-economic, political and cultural concept. There are affected by other factors as age, class, race and ethnicity.

- FEMINISM: social movement that defense of the right of equal opportunities for men and women worldwide. It argues that human rights are of men and women.

- VIOLENCE: intentional use of physical force or power, use against oneself, to another person or to groups. Some of its consequences are physical injury, psychological harm, maldevelopment, abandonment and even death.

- PSYCHOLOGICAL VIOLENCE: Any conduct, physical verbal, active or passive, which threatens the emotional integrity of the victim. It produces intimidation, devaluation, feelings of guilt or suffering inn a continuous and systematic process.

- VICTIM: A person who suffers damage of another person by acts of nature or accidental fault and which produce physical or moral violence that generates helplessness situations, loss of control over their environment and even fear for one's life is exercised.
- MALENESS: overbearing attitude of men towards women.
- GENDER STEREOTYPES: Set of qualities and psychological and physical characteristics that a society assigns to men and women. They are like labels that put us at birth.
- GENDER ROLES: Stereotypes take people to perform tasks, functions and behaviors that are considered to be typical of men and women because of belonging to either sex.
- CONTEMPT: Intense feeling of lack of respect or recognition and aversion. Contempt supposed denial and humiliation of another who questioned his ability and moral integrity.
- EMOTIONAL INTELLIGENCE: the capacity that a person has to handle, to deal, to select and work his emotions and them of the others with efficiency and generating positive results.

3. INTRODUCCIÓN

A pesar de que la violencia hacia la mujer no es en absoluto un fenómeno nuevo, porque tiene un innegable antecedente histórico, el patriarcado, su reconocimiento, su visualización, y, por tanto, el paso de ser considerada de una cuestión privada a un problema social, sí es relativamente reciente. Ciertamente es que la mayoría de las personas conocen algún caso de malos tratos, en el entorno familiar o vecinal, pero se han silenciado bajo el pretexto de considerarle como un asunto privado.

Desde las épocas más remotas de la cultura humana se ha manifestado siempre la subordinación de las mujeres respecto a los hombres. Este fenómeno no se ha limitado sólo a concebir la inferioridad femenina, sino que ha trascendido las fronteras de lo racional, hasta llegar incluso a manifestarse mediante comportamientos agresivos, que acreditados por el patriarcado y ratificados luego por las sociedades posteriores, conforman la ya histórica y universal violencia de género.²

² Páez Cuba, L.D.: *“Génesis y evolución histórica de la violencia de género”* Contribuciones a las Ciencias Sociales, 2011.

¿Qué es la violencia?

La violencia es un uso intencionado de la fuerza física o el poder, contra uno mismo, hacia otra persona o hacia grupos y que tiene como consecuencias probables lesiones físicas, daños psicológicos, alteraciones del desarrollo, abandono e incluso la muerte.³

Para abordar un tema como éste comenzaremos por delimitar los términos de sexo, género e identidad de género.

Sexo no es género. Género no quiere decir mujer.

El concepto de género, que se refiere a los “papeles sociales construidos para la mujer y el hombre asentados basándose en su sexo, depende de un particular contexto socioeconómicos, político y cultural, y están afectados por otros factores como son la edad, la clase, la raza, la etnia”. El sexo se refiere al hecho biológico y a las características físicas de los cuerpos y el género se refiere a los significados que cada sociedad atribuye a esa diferenciación.

Las condicionantes de género son diferentes en función del país y la cultura de origen, la clase social o el lugar de residencia.

No todo el mundo entiende lo mismo por género, ni se usa el término en el mismo sentido ni la misma finalidad, ni siquiera es aceptado de manera unánime. Hace unas décadas, género era utilizado solamente por movimientos feministas con el fin de analizar lo que significaba ser mujer en un contexto determinado. De un modo progresivo el término se ha ido popularizando hasta entrar a formar parte del vocabulario de organismos internacionales que trabajan para erradicar la desigualdad.⁴

Para lograr entender como se dan las identidades sexuadas, primero es necesario analizar que se entiende por *socialización* para posteriormente avanzar hasta *socialización diferenciada*. La socialización es ese proceso de aprendizaje social iniciado en el nacimiento y que continua a lo largo de la vida, mediante el cual las personas se integran en el mundo objetivo de una sociedad, dicho proceso cabe llamarlo socialización diferenciada ya que se produce en función del género del individuo. Ese proceso condiciona la forma de ser del ser humano y la forma de actuar en función del

³ J. Sanmartín, R. Gutiérrez, J. Martínez y Vera J.L., “*Reflexiones sobre la violencia*”, Madrid, Siglo XXI editores, 2010, PP. 11-33.

⁴ Briñón García, M.A, “*Cuadernillo Entreculturas. Una visión de Género... es de justicia*”. Madrid, 2007, pp. 6-8

sexo. Todo ello, puede llevar a concluir que la socialización diferenciada atribuye al mantenimiento de la desigualdad entre hombres y mujeres⁵.

Según la ONU, la condición de las mujeres es que 1 de cada 3 han sufrido a lo largo de su vida un acto de violencia de género. Dicha violencia es la primera causa de muerte o invalidez física entre mujeres de 15 y 44 años, en todo el mundo. UNICEF, estima que 1 de cada 5 mujeres, de manera global, es víctima de la violencia de género.

Cabe diferenciar diversos actos y ámbitos en los que se materializa la violencia de género. Para ver el alcance cabe poner de ejemplo varios informes de organismos oficiales. Según la definición que se hace en la Declaración sobre la eliminación de la violencia de género contra la mujer que efectúa la ONU en 1993, se consideran actos de violencia de género en el ámbito privado, los diferentes hechos de violencia física, sexual y psicológica que tienen lugar dentro del propio entorno familiar de la víctima:

- Infanticidio femenino
- Mutilación genital femeninas
- Violencia en el ámbito de las relaciones afectivas
- Violencia por matrimonios forzados

En el mismo informe de 1993, la ONU señala como como hechos de violencia de género en el ámbito público⁶:

- Violencia de la propia comunidad contra las mujeres
- Violencia contra las mujeres dentro de los conflictos armados
- Acoso sexual , en cualquiera de sus niveles.
- Trata de mujeres y niñas, comercio sexual, prostitución forzada...

Pero para que la mujer pueda ejercer sus derechos es fundamental que primero los conozca.

A) DERECHO A LA VIDA: La discriminación de género empieza a una temprana edad. Así, en Asia el número de nacimientos de varones y de niños de género masculino menores de 5 años es superior al 70 %, especialmente en China e India, lo que lleva a pensar en infanticidios selectivos por género. EL pasado siglo XX fue históricamente el más violento. Dicha violencia se aplicó en mayor medida sobre las mujeres.

⁵ . Torres San Miguel, L; Antón Fernández, E., “*Lo que Ud. Debe saber sobre la violencia de género*”. León, Imprenta Rubín, 2010, pp.23- 29

⁶ Torres San Miguel, L; Antón Fernández, E ;ob.cit, pp.23- 29

B) DERECHO A UNAS CONDICIONES DE VIDA DIGNA: Desde finales del Siglo X se viene produciendo un fenómeno conocido como “feminización de la pobreza”, debido a que la diferencia entre hombres y mujeres atrapados en el círculo de la pobreza es cada vez mayor. Diferencia aún más reseñable en la vulnerabilidad de las mujeres y las precarias condiciones que a veces vienen impuestas en el mercado laboral, la extensa dedicación a actividades no remuneradas, bajo acceso a niveles formativos superiores, así como un menor acceso y disfrute de bienes y derechos económicos, sociales y culturales, en comparación con el género masculino.⁷

C) DERECHO AL TRABAJO: A pesar de los avances en las últimas décadas en la incorporación de la mujer al mercado laboral, la desigualdad con respecto a los hombres persiste y dichas diferencias varían en función del país y región. Según María Ángeles Duran, catedrática de sociología de la Universidad Complutense de Madrid, C.E.U y Universidad de Zaragoza, el trabajo no remunerado, incluyendo el voluntariado supone en España el 60'71% del PIB. En torno el 80% de dicho trabajo, es realizado por mujeres.

D) DERECHO A LA EDUCACIÓN: Con muy pocas excepciones las niñas de países en desarrollo, tienen menos posibilidades que los niños de acudir a clase. Según un estudio de UNICEF, las niñas que acceden a secundaria es de un 43%. Esto además repercute de manera directa en la pobreza femenina (nuevamente, vemos la feminización de la pobreza) ya que se debe repartir de manera más equilibrada la educación, como un derecho universal⁸.

E) DERECHO A PARTICIPAR EN LA TOMA DE DECISIONES POLÍTICAS : Aunque en las últimas décadas ha avanzado mucho el papel de la mujer en la toma de decisiones políticas, las diferencias siguen siendo considerables. Según el Instituto de Investigación y Capacitación de Naciones Unidas para las mujeres (Instraw), las mujeres han logrado el 16% de representación parlamentaria. Muchas organizaciones de mujeres están luchando por sus derechos, reivindicando el respeto a sus diferencias étnicas y una forma de organización diferente. A lo largo de todo el mundo, desde distintos movimientos se está trabajando por la emancipación y empoderamiento de las mujeres.

⁷ Murguialday, Clara: Feminización de la pobreza. Diccionario Hegoa. [Http://dicc.efaber.net/listar/mostrar/99](http://dicc.efaber.net/listar/mostrar/99)

⁸Estado mundial de la Infancia. “*La mujer y la infancia. EL doble dividendo de la Igualdad de Género*”. Unicef. 2007. Pág 4.

4. OBJETIVOS

4.1 OBJETIVOS GENERALES

Según el BOE del 30 de Octubre del 2007, se garantizarán, como mínimo las siguientes competencias básicas, en el caso del Grado, y aquellas otras que figuren en el Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior, MECES:⁹

- Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio;
- Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio;
- Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética;
- Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado;
- Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TFG

1. Capacitar a los estudiantes en las competencias, estrategias y recursos que le permitan:¹⁰

- A). La explicación y comprensión de los fundamentos teórico-prácticos de los procesos socioeducativos en distintos espacios y tiempos sociales, con criterios de eficacia y calidad.

⁹ Ministerio de Educación y Ciencia. BOE núm. 260. 2007. Madrid. Pág.10

¹⁰ Universidad de Valladolid, Facultad de Educación, “*Guía didáctica TFG de Educación Social*”, Valladolid, 2013, pág. 5.

- B). La planificación, administración y gestión de instituciones, organizaciones y servicios en los que se desarrollan las prácticas educativo-sociales, adecuando su formulación y ejecución a las características, necesidades, demandas y expectativas de los sujetos y colectivos sociales con los que trabajan.

C). El diseño, implementación y evaluación de planes, programas y proyectos socioeducativos que tomen como referencia distintas instituciones y organizaciones sociales, poniendo énfasis en los procesos de comunicación social que contribuyan a la socialización, integración, promoción social y convivencia cívica.

2. Fundamentar y promover el conocimiento de los agentes, recursos y procesos que definen y/o contextualizan la profesionalización, inserción y desempeño laboral del trabajo socioeducativo en distintos contextos sociales, asociando sus respectivos desarrollos a una concepción integral de la educación y de la formación de las personas y de la sociedad, a lo largo de todo el ciclo vital y en los ámbitos que definen la acción e intervención social y educativa.

3. Desarrollar la capacidad crítica y la responsabilidad ética en el análisis de las realidades sociales, de los saberes y competencias que toman como referencia la investigación pedagógica-social y la acción socioeducativa, como un agente que inscribe sus actuaciones en la vida cotidiana y en los procesos de cambio social.

4.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

1. Concienciar a los menores residentes en el recurso educativo, de la problemática existente de la violencia en la pareja y de la necesidad de erradicar dicho problema a través del aprendizaje de estrategias de afrontamiento desde una vertiente preventiva.
2. Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones, desarrollando las mismas
3. Utilizar las aportaciones de la Educación Emocional para la prevención de la violencia en el ámbito educativo
4. Generar en el grupo de menores estrategias de resolución de conflictos en la pareja
5. Aportar información sobre los distintos tipos de violencia en la pareja,
6. Conocer el rol del agresor y de las víctimas
7. Aprender a detectar e identificar las manifestaciones e indicadores del maltrato psicológico en la pareja

8. Proporcionar estrategias que favorezcan el cambio de actitudes, impidiendo la aparición de conductas de sumisión y de la aceptación de la agresión psicológica por parte de la víctima.

9. Ofrecer indicaciones y orientaciones sobre qué hacer ante casos de violencia de género y donde acudir a denunciar y pedir ayuda.

5. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

El ser humano es educado desde pequeños de forma diferente y esto hace que sea y tenga comportamientos diferentes. Es lo que llamamos proceso de socialización, en el que se asumen las reglas y las normas de comportamiento, en base a ser mujeres y hombres, en tres ámbitos fundamentalmente; la familia, la escuela, el grupo de iguales.

A partir de los tres años, los niños y las niñas ya distinguen lo que es propio de ellas y de ellos, a través de los vestidos, los juguetes, colores y espacios.

Del mismo modo conocen y hablan de las actividades y profesiones que son consideradas masculinas y femeninas. Se inicia el sentimiento de pertenencia a uno de los sexos, a través del proceso de lo que se llama socialización diferenciada.

Las sociedades suelen identificar el cuerpo de los varones con determinadas actitudes, valores y pautas de conducta y el cuerpo de las mujeres con otras distintas.

Tradicionalmente, las que se atribuyen a los hombres, van asociadas al poder y al logro (rol productivo) y las de la mujer a la necesidad de protección y al cuidado de los demás (rol reproductivo). Estas construcciones sociales tienen unas claras repercusiones:

- Las mujeres deben encargarse del cuidado de la familia
- Los hombres son los que tienen que mantener económicamente a la familia
- El lugar de las mujeres es la casa y el de los hombres la calle y la política
- A las mujeres se les atribuye características tales como: tiernas, frágiles, infantiles, sensibles etc... Mientras que de los hombres se espera que sean: fuertes, racionales, inteligentes, autoritarios...

El mundo está definido en masculino y al hombre se atribuye la representación de la humanidad entera. Esto es conocido como androcentrismo, es decir considerar al hombre como medida de todas las cosas. Debido al androcentrismo, se ha distorsionado la realidad, ha deformado la ciencia y tiene graves repercusiones en la vida cotidiana. Enfocar un estudio, un análisis o una investigación desde el punto de vista masculino únicamente y usar los resultados como válidos para ambos géneros, ha supuesto que ni la historia, ni la

antropología, ni la medicina o la psicología, entre otras, sean ciencias fiables al 100% o como mínimo sean ciencias con grandes lagunas.¹¹

Esta diferenciación hombre- mujer es histórica, aunque varía en función de la época. En el lenguaje también está claramente el androcentrismo, ya que a pesar de que la lengua evoluciona constantemente, al considerar el uso del masculino como centro universal, hace que lo femenino quede invisibilizado. El lenguaje, representa la realidad social en la que vive el individuo y ya que desde el lenguaje el individuo expresa sus pensamientos, si se quiere evitar sexismo es necesario usar un lenguaje que incluya y no menosprecie a las mujeres.

NO DECIR	LA ALTERNATIVA
El hombre	La humanidad
Los alumnos	El alumnado
Los adolescentes	La adolescencia
Los hombres	Los seres humanos
Los vecinos	El vecindario

Figura 1: Ejemplos de lenguaje alternativo

En palabras de Marcel Mauss *“se puede decir a nuestros estudiantes, sobre todo a los y a las que un día pueden hacer observaciones sobre el terreno, que nosotros (lo antropólogos) no hemos hecho más que la sociología de los hombres y no la sociología de las mujeres o de los dos sexos”*¹²

Las diferencias sexuales y biológicas no son la causa de las desigualdades ni las justifican, es la cultura la que interviene para que esto ocurra. Resulta evidente que los hombres y las mujeres somos diferentes anatómicamente, pero estas diferencias no determinan nuestra identidad ni nuestro valor. Por tanto, el género hay que entenderlo cómo:

- construcción sociocultural de identidades
- distribuidor de roles y espacios
- distribuidor desigual de oportunidades.

¹¹ Varela. N; *“Feminismo para principiantes”*, B de Bolsillo, Barcelona,2013,Pág 175

¹² Sau,V; *“Reflexiones feministas para principios de siglo”*, Horas y Horas, Madrid, 2000, Pág. 46

En base a dichas diferencias junto con el androcentrismo, se habla de patriarcado. Que como lo define Dolors Reguant “*es una forma de organización política, económica, religiosa y social basada en la idea de autoridad y liderazgo del varón, en la que se da el predominio de los hombres, sobre las mujeres; del marido sobre la esposa; del padre sobre la madre; los hijos y las hijas; de los viejos sobre los jóvenes y de la línea de descendencia paterna sobre la materna.*”

El patriarcado ha surgido de una toma de poder histórico por parte de los hombres, quienes se apropiaron de la sexualidad y reproducción de las mujeres y de su producto, los hijos, creando al mismo tiempo un orden simbólico a través de los mitos y la religión que lo perpetúan como única estructura posible”¹³

Hubo que analizar el patriarcado como un sistema político para ver hasta donde se extendía su control. La violencia es el arma por excelencia del patriarcado. Ningún mecanismo a lo largo de la historia, habría conseguido la sumisión de las mujeres por el hecho de serlo, si no hubiese sido reforzado con violencia, la cual, por el hecho de serlo es una violencia instrumental, ya que su único objetivo es el control, la sumisión.¹⁴

Cuando se organizan los grupos de autoconciencia por parte de los grupos feministas, se produce un nuevo descubrimiento: las mujeres se dieron cuenta de que aquello que cada una pensaba que sólo le ocurría a ella, que tenía mala suerte, por hacer una elección errónea de la pareja, no era en cambio nada personal¹⁵. Como señala Kate Millet “*igual que otras ideologías dominantes- el racismo o el colonialismo- la sociedad patriarcal ejercía un control insuficiente, e incluso ineficaz de no contar con el apoyo de la fuerza. Ésta no sólo constituye una medida de emergencia, sino también un instrumento de intimidación constante*”.¹⁶

La figura 2, presenta el proceso de enculturización diferencial que Marvin Harris, realiza según el género de forma pormenorizada. De esta manera la perspectiva que prima en la actualidad, se basa en la argumentación de corte sociocultural. Los fundamentos de la violencia en la pareja surgen así, a partir del carácter patriarcal de la sociedad occidental, siendo transmitido mediante ese proceso de “*enculturización*”, definido por Harris en 1983,

¹³ Reguant, D; “*La mujer no existe*”, Maite Canal, Bilbao, 1996, Pág. 20

¹⁴ Varela, N; Ob.cit Pág. 255

¹⁵ BIS, PP 176-177

¹⁶ Millet, K; “*Política Sexual*”, Cátedra, col. Feminismos, Madrid, 1995. Pág. 100

que genera la violencia simbólica por la que hombres y mujeres reconocen la denominación masculina como el orden de la vida social.¹⁷

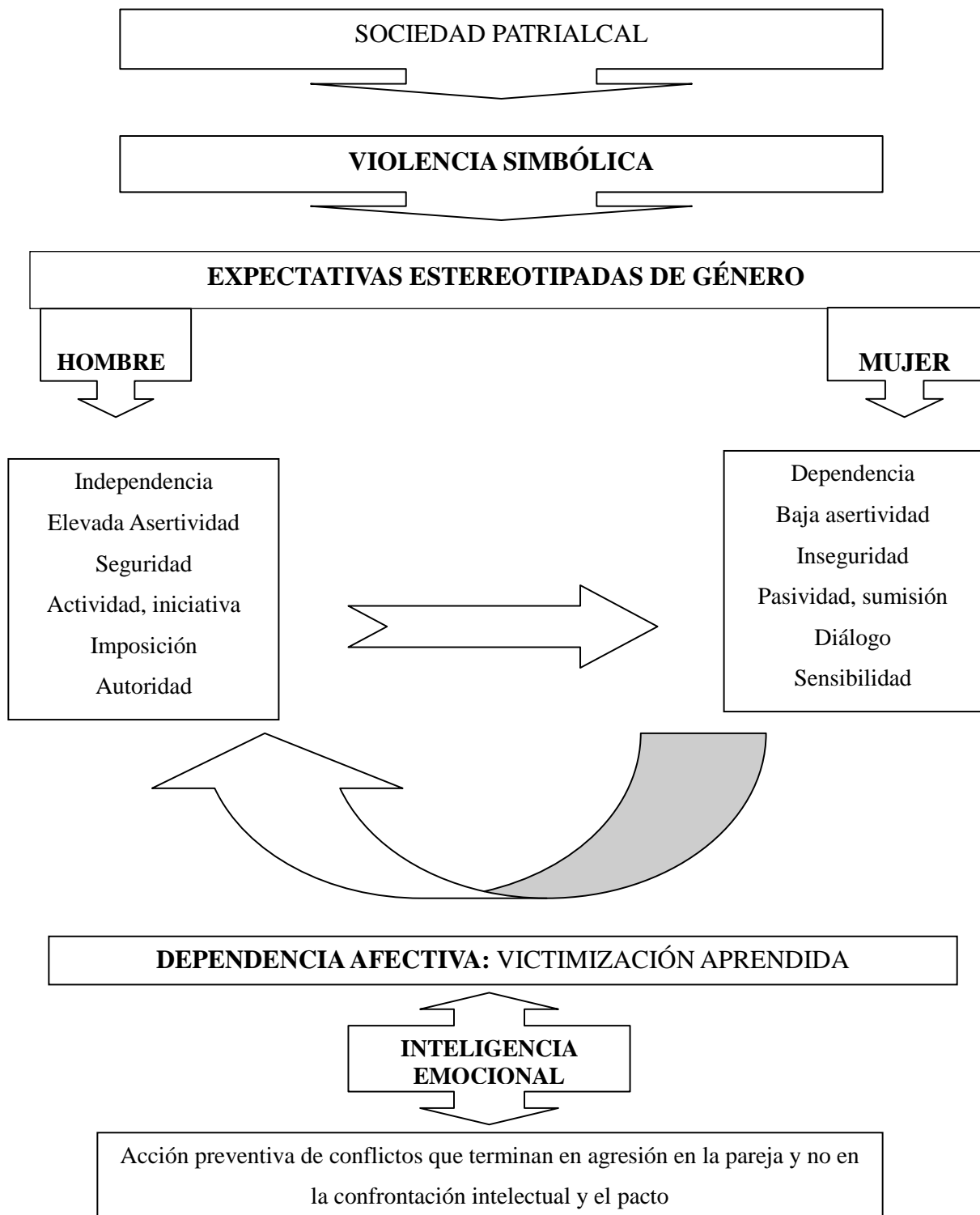


Figura 2. Génesis de la dependencia afectiva y proceso de victimización aprendida

¹⁷ <http://www.antropokrisis.es/endoculturacionyrelativismocultural.html>

Según la Declaración de las Naciones Unidas en Beijing (1995), la violencia contra las mujeres es << *una manifestación de las relaciones de poder históricamente desiguales entre los hombres y las mujeres, que han conducido a la dominación de la mujer por parte del hombre, la discriminación contra la mujer y la interposición de obstáculos contra su pleno desarrollo. La violencia contra la mujer a lo largo de su ciclo vital proviene especialmente de pautas culturales, concretamente de los efectos perjudiciales de algunas prácticas tradicionales o consuetudinarias y de todos los actos de extremismo relacionados con la raza, el sexo, el idioma o la religión, que perpetúan la condición inferior que se asigna a la mujer en la familia, el lugar de trabajo, la comunidad y la sociedad* >>.

Analizando esta definición y leyendo las palabras de Tjaden en 2004, hay que ampliar el concepto de violencia contra la mujer a actos no físicamente violentos, como el acoso y el abuso emocional, planteando la necesidad de llevar actuaciones integrales en éste ámbito, que tenga en cuenta los diversos tipos de conductas violentas y abusivas que sufren las mujeres a lo largo de la vida.

También se pone de manifiesto aspectos tan destacados como la importancia equiparada del sufrimiento psicológico frente al físico, de manera que, ambos tipos de maltrato, constituyen en sí mismos una categoría más de violencia de género.

Tal como expone María José Rodríguez en su libro *“Mujeres y Hombres en conflicto. Trabajo, Familia y Desigualdades de género”* una de las más claras manifestaciones del Conflicto Social es la situación de desventaja o la radical desigualdad en la que viven las mujeres en nuestra sociedad.

El día a día requiere desarrollar distintos modos de afrontar la vida en familia, la reproducción social y todo ello marcado por el género, el ciclo de la vida y las clases sociales.¹⁸

Enfocando el género como una categoría de análisis, éste presenta rasgos propios, como:

- su carácter relacional
- ser un constructo histórico- social

¹⁸ Rivas A.M, Rodríguez, M.J *“Mujeres y hombres en conflicto. Trabajo, familia y desigualdades de género”*, Ediciones HOAC, Madrid, Abril 2008, pp.89-94

- ser un constructo social, elaborado por un conjunto de ideas y representaciones sobre las características humanas y sus diferencias.

Evidentemente cada sociedad tendrá sus propios modelos representativos de género, los cuales son el lenguaje por el que se expresan los modelos institucionales de trabajo y sociedad. El modelo basado en la oposición familia- trabajo expone los diferentes roles asignados en función del género y su posición en el contexto social, los cuáles se dejaron ver también en el mercado laboral.

Cabe también hablar de las religiones, donde las mujeres sufren una de las más radicales experiencias de silenciamiento, discriminación e invisibilización ya que:

- Las mujeres en las religiones no son reconocidas como sujetos morales
- Las mujeres casi nunca son reconocidas como sujetos religiosos
- La organización de las religiones se configura la mayoría de las veces patriarcalmente
- Las mujeres acceden con dificultad a puestos de responsabilidad en las comunidades religiosas
- Las religiones legitiman de múltiples formas la exclusión de las mujeres de la vida política, la capacidad intelectual y el campo científico
- La mayoría de las religiones niegan a las mujeres el reconocimiento y el ejercicio de los derechos reproductivos y sexuales.¹⁹

Pero estas diferencias sociales de la mujer y el hombre ¿es sólo un problema de género? Se parte siempre de la base, que la mujer, por el hecho de serlo, soporta una serie de discriminaciones comparada con el varón. Sin embargo no es toda la verdad. Otras variables muy importantes a la hora de dicha discriminación son:

1. Tasa de actividad y de ocupación por nivel de estudios terminado. Esto es, a menor nivel de estudios, mayores son las diferencias profesionales.
2. Tasa de actividad y estado civil: Para aquellos individuos solteros, divorciados o separados, las diferencias son prácticamente inapreciables entre géneros.
3. Discriminación salarial. Normalmente las diferencia varía entre un 16% y un, 30% menos en el salario de la mujer, aunque hay que discriminar parte de dicha

¹⁹ Tamayo ,J.J; “*Discriminación de las mujeres y violencia de género en las religiones*”, Universidad Carlos III de Madrid, 2011,Madrid,pp.1-3

afirmación cuando entran en juego otras variables (provincia de contratación, nivel de estudios comparados...).²⁰

Así, podríamos concluir que es la clase social la que marca la vida de hombre y mujeres, como verbaliza Marina Subirats *“son las mujeres las que obtienen un trato, una consideración social y unos ingresos similares a los hombres, las que escapan a la condición genérica, que no distingue características individuales y pasan a tener singularidad, nombre y apellidos propios”*²¹

La formación de una organización social basada en principios de igualdad de género, como variable que correlaciona negativamente con la violencia en la pareja, proporcionará las claves principales para llevar a cabo una intervención prometedora, sin olvidar el grado de complejidad.

En los últimos años se ha desarrollado el concepto de “perspectiva de género” con la finalidad de replantear todos aquellos temas considerados de vital importancia para las mujeres. Por ello es fundamental incluirlos en programas, proyectos y políticas. Esto supone una nueva manera de ver la realidad, permitiendo que elementos y valores antaño no reconocidos se vean y sean valorados. Al mismo tiempo, permite contemplar la diversidad de circunstancias que condicionan el desarrollo de las personas, que al ser tan diferentes para unas mujeres y otras dificulta que el término englobe a todas.

La violencia en pareja, asume distintas formas, desde la violencia psicológica a la violencia física, y desde el acoso u hostilidad sexual hasta la explotación sexual.

A pesar de la escasez de estudios existentes en torno a la violencia psicológica, la realidad muestra que ejercer control sobre otro, como en el caso de la pareja, es una cuestión que trasciende a la mera agresión física, identificación patrones comportamentales intencionados que son ejecutados desde una posición de poder y encaminados a desvalorizar, producido daño psíquico, destruir la autoestima y reducir la confianza de la persona mediante insultos, acusaciones, amenazas, críticas destructivas, gritos, manipulaciones, silencios, indiferencias y desprecios.

La aproximación rigurosa a este fenómeno relacional de la violencia psicológica, implica la adopción de un prisma psicosocial donde queden consideradas aquellas variables contextuales que figuran desde su inicio, la situación a que asiste el sujeto. El

²⁰ Rivas A.M, Rodríguez, M.J, Ob. Cit P.P 98-100

²¹ Garrido Medina, L Y Gil Calvo. *“Proyección de Hogares y familias”*, Editorial Ricard, Barcelona, 1997. Pág 312

carácter específico de cada uno de estos factores ambientales que intervienen en la aparición y el desarrollo del estado de psicoterror que alcanza el individuo que los padece, nos demanda contemplar el concepto de malos tratos psicológicos para su comprensión integral, como un fenómeno de carácter complejo que condensa múltiples combinaciones de variables etiológicas, cuya vinculación rebasa no solo los límites de la violencia física, sino también la esfera conyugal.²²

El informe Delors (1996) considera como reto para la educación del siglo XXI la inclusión generalizada de medidas de Inteligencia Emocional. Sólo así se fomentará la protección de conductas de riesgo y la potenciación de hábitos saludables en lo relativo a la convivencia en pareja, así como la planificación de medidas preventivas al respecto, y se procurará la metodología oportuna a fin de reducir los inconvenientes y las limitaciones que ocasiona la violencia en pareja.²³

La prevención dirigida a los jóvenes, tiene por objetivo conseguir unas relaciones igualitarias, solidarias, respetuosas, tolerantes, comprensivas y críticas que promuevan por sí mismas, la erradicación de cualquier tipo de discriminación y violencia, incluyendo la violencia de género.

A los adolescentes, no se les enseña cómo debe ser una relación. Lo aprenden por lo que ven en las relaciones con los adultos, en la televisión, en casa...EL chico siempre se muestra como el más fuerte y decidido, mientras que la chica tiene una idea más romántica del amor pensando en que existe una persona muy especial, ese “príncipe azul”. Esto mismo se puede repetir en una relación, porque es lo que aprenden.

6. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En España en 1978, gracias a la Constitución, se establecen los principios de igualdad y no discriminación e insta a los poderes públicos a promover las condiciones para que sean reales y efectivas, removiendo los obstáculos que impiden o dificultan su plenitud facilitando la participación en la vida política. Artículo 14 *"Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social"*.²⁴ Y

²² De la Peña Palacios. E, *"Proyecto Equal, Fórmulas para la igualdad"*, Alpegraf S.L, Madrid, 2007, PP. 7-8

²³ http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF

²⁴ Boletín Oficial del Estado, *"Constitución Española"*. Madrid, 1978, pág. 4.

en el artículo 24.1 *"Todas las personas tienen derecho a obtener la tutela efectiva de los jueces y tribunales en el ejercicio de sus derechos e intereses legítimos sin que, en ningún caso, pueda producirse indefensión"*.²⁵

Toda esta responsabilidad recae sobre el Instituto de la Mujer, fundado en 1983, que se dedica a la promoción y fomento de la igualdad de oportunidades, para lograr las condiciones necesarias que posibiliten la participación de la mujer en la vida política, cultural, económica y social. Y dicho instrumento de trabajo son los planes de igualdad de oportunidades.²⁶

En 2004, se aprueba por unanimidad en el Congreso de los Diputados un texto que contempla medidas de tipo asistencial, de prevención, de educación, que insistan en la igualdad y el respeto de los derechos de la mujer.

Como señalan González y Santana en su libro *"Violencia en parejas jóvenes, Análisis y Prevención"*, publicado en el 2001, la violencia en las parejas jóvenes es un problema relativamente frecuente.²⁷

Según datos del Instituto de la Mujer, el 5,4% de las denuncias por maltrato realizadas durante el año 2002 fueron interpuestas por jóvenes que en ese momento mantenían o habían concluido ya una relación de noviazgo con el/la autor/a de la agresión. De las 2.794 faltas y delitos incluidas en dicha cifra, el 86% (2.403) de las denuncias habían sido interpuestas por mujeres y el 14% (391) por hombres.

La ley pretende atender a las recomendaciones de los organismos internacionales en el sentido de proporcionar una respuesta global a la violencia que se ejerce sobre las mujeres.

El Código Penal español señala: *"la violencia de género no es un problema que afecte al ámbito privado. Al contrario, se manifiesta como el símbolo más brutal de la desigualdad existente en nuestra sociedad. Se trata de una violencia que se dirige sobre*

²⁵ Bis, pág. 6

²⁶ Ministerio de Educación y Ciencia. *"Co -educación y Prevención temprana de la violencia de género"*., Madrid, 2007, PP. 78- 84

²⁷ González Méndez R, *"La dinámica de la violencia en en las parejas jóvenes"*, Palmas de Gran Canaria, Universidad de la Laguna, Documentación Social núm 131, 2003 Pág 3

las mujeres por el hecho mismo de serlo, por ser consideradas, por sus agresores, carentes de los derechos mínimos de libertad, respeto y capacidad de decisión”²⁸

El ámbito de la ley abarca tanto los aspectos preventivos, educativos, sociales, asistenciales y de atención posterior a las víctimas, como la normativa civil que incide en el ámbito familiar o de convivencia donde principalmente se producen las agresiones, así como el principio de subsidiariedad en las Administraciones Públicas. Igualmente se aborda con decisión la respuesta punitiva que deben recibir todas las manifestaciones de violencia que esta Ley regula.

La ley establece medidas de sensibilización e intervención en el ámbito educativo. Se refuerza una imagen que respete la igualdad y la dignidad de la mujer. Se apoya a las víctimas a través del reconocimiento de derechos como el de la información, la asistencia jurídica gratuita y otros de apoyo económico y protección social:

- Educación: se especifican las obligaciones del sistema educativo para la transmisión de valores de respeto a la dignidad de las mujeres y a la igualdad entre géneros. En secundaria se incorpora la educación sobre la igualdad dentro del contenido curricular.
- Publicidad: Hay que respetar la dignidad de la mujer y el derecho a no estereotipar la imagen.
- Ámbito Sanitario: mediante actuaciones de detección precoz y apoyo asistencial a las víctimas, así como la aplicación de protocolos sanitarios ante las agresiones derivadas de la violencia.
- Tutela Institucional: mediante la creación de la Delegación Especial del Gobierno contra la Violencia sobre la mujer y el Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer.
- Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado: mediante la creación de unidades especializadas en la prevención de la violencia de género y en el control de la ejecución de las medidas judiciales adoptadas.
- Planes de Colaboración: Con la finalidad de que las administraciones a nivel sanitario, de justicia, las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, los servicios sociales y los organismos de igualdad trabajen en plena colaboración para

²⁸ Álvarez García, F.J y otros. “Código Penal y Ley Penal del menor”. Tirant Lo Blanch. Valencia. 2011. Pág.439.

garantizar la adecuada ordenación de sus actuaciones en la prevención, asistencia y persecución de los actos de violencia.

- Tutela Penal: Mediante la introducción de la ley de normas de naturaleza penal.
- Tutela Judicial: Para garantizar un tratamiento adecuado y eficaz de la situación jurídica, familiar y social de las víctimas de violencia de género en las relaciones intrafamiliares.
- Creación de los Juzgados de Violencia sobre la Mujer y la figura del Fiscal contra la Violencia sobre la Mujer.

Además esta ley plasma los derechos de las mujeres víctimas de la violencia de género:

- Derecho de acceso a la información y a la asistencia social integrada
- Se reconoce el derecho a la asistencia social gratuita, para aquellas víctimas con recursos insuficientes
- Medidas de protección en el ámbito social para posibilitar la movilidad geográfica, la suspensión con reserva del puesto de trabajo y la extinción del contrato.
- También regula ayudas de nivel económico para que las víctimas de violencia de género, generen derecho a la situación legal de desempleo cuando resuelvan o suspendan voluntariamente su contrato de trabajo.
- Las ausencias o faltas de puntualidad al trabajo motivadas por situaciones físicas o psicológicas derivadas de la violencia de género se consideran justificadas, cuando así lo determinen los servicios sociales de atención primaria o los centros de salud.
- Las trabajadoras por cuenta propia víctimas de violencia de género que cesen en su actividad para hacer efectiva su protección, se les suspenderá la obligación de cotización durante un período de seis meses, que se le considerarán como de cotización efectivas.²⁹
- Si las víctimas de violencia de género careciesen de rentas superiores mensualmente, al 75% del salario mínimo interprofesional, recibirá una ayuda de pago único, siempre que bajo ciertas circunstancias, se derive una dificultad por parte de la víctima para encontrar empleo(edad, falta de preparación general o especializada y circunstancias sociales)

²⁹ LEY ORGÁNICA 1/2004, de 28 de diciembre, de “*Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*”. BOE núm 313. Madrid. 2004. P.P 42166- 42167.

- Serán considerados, colectivos prioritarios a la hora de acceso a vivencias protegidas y residencias públicas para mayores, siempre dentro de los términos que determine la legislación aplicable.³⁰

“En la realidad española, las agresiones sobre las mujeres tienen una especial incidencia, existiendo hoy una mayor conciencia que en épocas anteriores sobre ésta, gracias en buena medida al esfuerzo realizado por las organizaciones de mujeres en su lucha contra la violencia de género , ya no es un “delito invisible”, sino que produce rechazo colectivo y una evidente alarma social ”³¹

Además de la Ley Orgánica 1/2004, el código penal español, en su Libro III, respecto de las Faltas y Penas, señala:

TÍTULO I

“FALTAS CONTRA LAS PERSONAS

Artículo 617

1. El que, por cualquier medio o procedimiento, causare a otro una lesión no definida como delito en este Código, será castigado con la pena de localización permanente de seis a 12 días o multa de uno a dos meses.

2. El que golpear o maltratare de obra a otro sin causarle lesión será castigado con la pena de localización permanente de dos a seis días o multa de 10 a 30

Artículo 620

Serán castigados con la pena de multa de 10 a 20 días:

1º Los que, de modo leve, amenacen a otro con armas u otros instrumentos peligrosos, o los saquen en riña, como no sea en justa defensa, y salvo que el hecho sea constitutivo de delito.

2º Los que causen a otro una amenaza, coacción, injuria o vejación injusta de carácter leve, salvo que el hecho sea constitutivo de delito.

Los hechos descritos en los dos números anteriores sólo serán perseguibles mediante denuncia de la persona agraviada o de su representante legal”³²

Un estudio propio de González y Santana con 1.146 estudiantes de 16 a 18 años, puso de manifiesto que entre un 10 y un 11% se habían visto implicados al menos en un

³⁰ LEY ORGÁNICA 1/2004, de 28 de diciembre, de “*Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*”. BOE núm 313. Madrid. 2004. P.P 42166- 42167.

³¹ Álvarez García, F.J, Ob. Cit. P.P 439-440

³² Álvarez García, F.J, Ob. Cit, Pág. 403

episodio de violencia física directa, ya sea como víctimas o como agresores. Además al igual que los tiempos evolucionan, las diferentes formas de violencia también “Cerca de una de cada tres adolescentes españolas (el 28,8%) reconocen sufrir un control abusivo por parte de sus novios centrado en conocer con quién hablan o lo que dicen o a dónde van, así como en decidir por ellas el más mínimo detalle. Esta es la conclusión principal del estudio 'Evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la prevención de la violencia de Género', encargado por la Delegación del Gobierno para la lucha contra la Violencia de Género. El informe —realizado en función de las entrevistas a 8.125 estudiantes de 223 centros educativos de secundaria y Formación Profesional a lo largo de este 2013— revela un aumento de rechazo a la violencia de género, al mismo tiempo que, sin embargo, evidencia un incremento en el número de chicas que reconocen haberla sufrido y de chicos que admiten haberla ejercido, en relación a un estudio similar de 2010.

La responsable del estudio, María José Díaz-Aguado, ha apuntado a las nuevas tecnologías, "que producen impunidad e incrementan el control y el poder del maltratador", como la causa del aumento de adolescentes que se reconocen víctimas de situaciones de maltrato.”³³

Con respecto a la violencia de género en la adolescencia el Código Penal español, señala en su Ley Orgánica 5/2000, reguladora de la responsabilidad penal de los menores en el Artículo 1 de dicha ley “ esta Ley se aplicará para exigir la responsabilidad de las personas mayores de catorce años y menores de 18 por la comisión de hechos tipificados como delitos o faltas en el Código Penal o las leyes penales especiales””Las personas a las que se aplique la presente Ley gozarán de todos los derechos reconocidos en la Constitución y en el ordenamiento jurídico, particularmente en la Ley Orgánica 1/1996, de 15 de Enero, de Protección Jurídica del Menor, así como en la Convención sobre Derechos del Niño del 20 de Noviembre de 1989 y en todas aquellas normas sobre protección de menores contenidas en los Tratados válidamente celebrados por España”³⁴

Las investigaciones realizadas por González y Santana ha señalado que ciertos factores aumentan el riesgo de violencia en las relaciones. Entre ellos destacan el deseo de control sobre la pareja, la violencia vivida dentro del contexto familiar, las actitudes tradicionales respecto a los roles de género, etc.

³³ <http://www.20minutos.es/noticia/1981418/0/adolescentes/violencia-de-genero/estudio/#xtor=AD-15&xts=467263>

³⁴ Álvarez García, F.J y otros. Ob. Cit. P.P 495- 496

Un elevado deseo de control sobre la pareja incrementa el riesgo en dos sentidos, ya que se asocia a mayores niveles de violencia, pero también a mayor probabilidad de victimización.

Esto significa, según el artículo de Stets en la Revista número 8 de Violencia en la Familia, publicada en 1991, que quienes desean controlar a su pareja pueden recurrir a la violencia cuando fallan otras fórmulas, como la intimidación o la amenaza, pero también es posible que se encuentren ante una reacción airada por parte de su pareja. En este sentido, las personas con mayor nivel de reactancia (tendencia a reaccionar en contra de los intentos de control de los demás) tienen más propensión a mostrarse agresivos en sus relaciones íntimas cuando sienten amenazada su libertad.³⁵

Por otro lado, uno de los efectos más preocupantes de la observación de la violencia marital de los progenitores es la posible repetición de la violencia observada en las relaciones que posteriormente establecen los hijos. Sin embargo, dicha experiencia no constituye un antecedente necesario o suficiente para la violencia posterior. Muchas de las personas que proceden de un contexto familiar violento nunca repiten los patrones de conducta observados.

Asimismo, algunos jóvenes violentos no han estado nunca expuestos a este tipo de experiencia en sus familias. Aquí entra en escena los estilos de crianza de los padres hacia sus hijos, basado en la Teoría del Apego de John Bowlby que ya en la década de los 60 señalaba que *“las investigaciones actuales, muestran que las influencias más formativas son las que el niño experimenta antes de ingresar en la escuela, adoptando ya, entonces, ciertas actitudes que afectarán decisivamente la totalidad de su posterior desarrollo”* y que *“ el hecho de que un niño sea feliz y de comportamiento estable durante la segunda infancia, o desdichado y mal adaptado a la sociedad o a sus clases, depende en gran medida de que los primeros cuidados que ha recibido hayan sido los adecuados”*³⁶.

Los estilos de crianza describen los modos como los padres reaccionan y responden a las emociones de su hijo. El estilo de crianza de los padres se relaciona con la manera de sentir las emociones. Los estilos de crianza son importantes porque la forma en que un

³⁵ STETS, J.: *“Psychological aggression in dating relationships. The role of interpersonal control”*. Journal of Family Violence, 1991, vol. 8, 183- 201.

³⁶ Bowlby, J.; *“Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida”*, Madrid, Ediciones Morata, 2006, Pág. 16

padre interactúa con su hijo sienta las bases para el desarrollo social y emocional futuro del niño.³⁷

Los niños aprenden ciertas conductas que observan en casa y dichas conductas se transmiten en su ambiente escolar y social. Es fundamental aprender que ya desde la infancia los niños son seres activos que sienten, reflexiona, que tienen un potencial de desarrollo que es influenciado desde la más tierna infancia por la familia y por el modo que educa ya que es donde los niños llevan a cabo a sus primeras influencias de vida.

En una investigación realizada por Baumrind se concluye que los estilos de crianza que promueven la madurez y el autocontrol fomentan en los niños más madurez y más competencias a nivel social que aquellos estilos de padres autoritarios o permisivos.

En trabajos posteriores del mismo autor se demuestra que en la adolescencia, estos mismos antaño niños muestran más competencias sociales y cognitivas adecuadas.³⁸

Los tipos de vínculos que se instauran a lo largo de la vida difieren unos de otros. Los más corrientes son los establecidos entre uno o ambos progenitores y sus descendientes y entre adultos, difiriendo según con que individuo se de dicha relación. El rasgo esencial de la vinculación afectiva es que ambos participantes tienden a permanecer en mutua proximidad y dicha vinculación tiende a ir junto con un estado subjetivo de intensa emoción, lo que deriva que muchas de las intensas emociones humanas surjan durante la formación, el mantenimiento, la ruptura y la renovación de los lazos afectivos. Y dicha vinculación adecuada resulta tan fundamental para la supervivencia que resulta adecuado pensar que muchos *“trastornos psiconeuróticos y de la personalidad humana pueden corresponder a una alteración de la aptitud para establecer vínculos afectivos, debido a un desarrollo defectuoso durante la infancia”*³⁹

Desde el punto de vista psicológico, los celos son considerados como un conjunto de sentimientos relacionados con una situación de rivalidad en la que el individuo siente la amenaza en la posesión de algo psicológicamente esencial para conservar la confianza y la seguridad en sí mismo, especialmente en las relaciones con las personas afectiva mente más próximas. Estos son aceptados en algunas culturas como algo "normal", aunque en ocasiones pueden convertirse en una amenaza para quien los padece y para quien los

³⁷ Revista de Psicología *“Porque los padres cuentan”* Talaris Institute..2011

³⁸ Baumrind, D; *“Monografías de psicología genetista”*. Volumen 75.Asociación Americana de Psicología.1967. P.P 43-88

³⁹ Bowlby, J; Ob. Cit. P.P 90- 94

soporta. Pueden dar lugar a alteraciones, desestabilización de la pareja, divorcios dificultades en la comunicación, agresiones verbales y físicas, incluso provocar homicidios o suicidios.

Se podrían catalogar como una enfermedad mental, de acuerdo a la definición de la OMS, pues quienes los sufren viven una existencia desgraciada, porque no solo con ello siembran su propia desdicha y tormento, sino la del ser amado y las personas del entorno familiar. Normalmente asociado a los celos, van otras conductas igualmente negativas, como la agresividad verbal o la manipulación. Aquellos individuos que son agresivos verbalmente son personas complicadas, parece que encuentran placer en hacer difícil la convivencia a quien tienen al lado. La agresividad verbal, es parte de la violencia en la pareja, ya que produce un desgaste constante a aquel individuo que la padece.⁴⁰

Aquella persona que es agresivo verbal, ejercerá su poder mediante:

- Los gritos
- La incontinencia verbal
- Los malos tratos (en un primer momento, malos tratos verbales)
- La desvalorización constante de sus semejantes.

Aquel individuo manipulador y celoso, lo que busca en su víctima es la vulnerabilidad. De ahí que el perfil de las víctimas de violencia de género suela ser gente dependiente, crédula y con muy baja autoestima. El manipulador trabajará adormeciendo a su víctima, la cual tardará bastante tiempo en darse cuenta de dicha manipulación.⁴¹

Los jóvenes expuestos a mayor nivel de violencia marital en sus familias muestran más sensibilidad respecto a los conflictos de pareja, lo que se traduce en estimaciones más elevadas de gravedad, frecuencia y responsabilidad, como señalan Yanés y González en *“Correlatos cognitivos asociados a la experiencia de violencia interparental”*, publicado en el 2000.⁴²

Sin embargo, esta sensibilización no significa mayor propensión a la violencia. De hecho Yanés y González en 2001, en un artículo de la Revista Psicosocial, manifiestan que los varones más violentos con sus parejas son aquellos que, además de haber estado

⁴⁰ Stamateas,B; *“Gente Tóxica”*. Ediciones B de Bolsillo. Barcelona. 2012. P.P 57- 82

⁴¹ BIS,pp.155- 158

⁴² Yanes, J. M., y González, R.: *“Correlatos cognitivos asociados a la experiencia de violencia interparental”*. Psicothema, 2000, vol. 12, PP. 41-48.

expuestos a la violencia marital de sus progenitores, atribuyen mayor responsabilidad a sus madres por dicha violencia.⁴³ En cambio, los niveles de violencia tienden a ser bajos entre aquellos que, aun habiendo observado situaciones de maltrato, responsabilizan más a sus padres.⁴⁴

En los primeros momentos de la adolescencia (12-13 años) se instala la necesidad de abandonar la niñez, igual de manera más precoz en las niñas que en los niños. La niñez es un mundo dividido en función del sexo: chicos por un lado y chicas por otro. División igual muy radical, ya que en la actualidad se estamos trabajando con generaciones que descenden de personas las cuales pusieron muchos esfuerzos en la consecución de la igualdad y que tuvieron clara intención de modificar, lográndolo en algunos casos con mucho esfuerzo, ciertos patrones educativos en el sentido de no hacer diferencias en función del sexo de sus hijos

El mayor problema se da en que los niños y las niñas no son distintos, sino opuestos. ¿Cuál es la fuerza que impide la mezcla y que hace que las diferencias se conviertan en oposiciones? Observando el discurso de chicos y chicas esa fuerza es el desprecio. Ambos géneros no se juntan ni comparten su experiencia simplemente porque los chicos desprecian a las chicas. Así podemos hablar de que es la primera agresión de género. Una vez en la edad adulta, en toda discusión, suele haber posos de ese desprecio infantil, que la mujer percibe.

Es más un desprecio genérico que a nivel personal e individual. Lo que se desprecia es el grupo de chicas y así, la posibilidad de establecer una amistad, un espacio de intimidad. Se produce lo que se ha dado en denominar un “*efecto frontera*”, que impide que ambos grupos se mezclen demasiado. Las chicas no establecen esas fronteras entre sexos, por ello es siempre mayor la probabilidad de que una chica se interesa por algo del terreno masculino, que viceversa, a pesar que la chica que muestre algún interés en cuestiones de ámbito masculino, será tachada de “*marimacho*”.

El grupo femenino se crea y se refuerza como un espacio posible de no agresión, no sólo para no tener que relacionarse con los chicos, sino para evitar tener que pagar el alto

⁴³ Yanes, J. M., y González, R.:”¿*De tal palo tal astilla? Violencia marital y responsabilidad de los progenitores*”. Revista de Psicología Social, 2001, vol. 16, págs. 243-249.

⁴⁴ González Méndez,R; Ob.Cit,pp. 233- 234

precio que a nivel emocional cuesta a veces esas relaciones, ya que es imposible vivir en un espacio en el cuál alguien se puede ver permanentemente en riesgo de ser ridiculizado.

Posteriormente según avanza la relación chico- chica se pasa del desprecio grupal, al insulto individual. Insultar es algo más que “*chincar*”. Implica que el chico ya está enfadado con la chica y que quiere castigar la por asumir un comportamiento frente a él que no le ha gustado. Este insulto de género tiende a aparecer cuando la chica se ha comido el terreno al chico y éste ve peligrar su imagen pública y su estatus entre los iguales. El ataque es un ataque directo a la subjetividad; y es tanto más efectivo cuanto más debilita la subjetividad del oponente. El insulto de género se coloca en contexto de una subjetividad femenina previamente debilitada.

La chica puede no arrendarse ante el insulto, devolviéndoselo a él. Suponemos que estas batallas dialécticas se estén dando cada vez más. Ya no son tan fáciles de esgrimir dichos insultos de género, ya que si se realizan delante del grupo de iguales femenino, dicho grupo reaccionaría al unísono para socorrer a la víctima. Sin la ayuda de dicho grupo, se limita mucho las posibilidades de defensa por lo que aumentan las posibilidades de sufrir una agresión física violenta con la finalidad de ser reconducida, es la llamada “bofetada educativa”, que se da con una doble intención: por un lado para terminar bruscamente con la conducta de la chica que le compromete ante el grupo de iguales masculinos y para que la chica recuerde cuál es su lugar.⁴⁵

En el tránsito a la adolescencia (12-13 años) se pasa a una nueva situación ya que los despreciadores comienzan a sentirse atraídos por las despreciadas y viceversa. Este deseo implica vulnerabilidad. Las chicas adquieren un poder que anteriormente no tenían, el de aceptar o no la aproximación masculina. Pero los chicos no pueden reconocer dicho poder femenino sin perder ese lugar de superioridad que se habían creado respecto a las chicas. Por ello, la posibilidad más clara de aproximación es con lo que se denomina “*sexo robado*”, ya que ofrece una salida al deseo manteniendo prácticamente intactas las relaciones de género.

⁴⁵ Seoane Pascual, L; “*Violencia de Pareja hacia las Mujeres en población adolescente y juvenil y sus implicaciones en la salud*”, Edición electrónica: Dirección General de Atención Primaria y Subdirección de Promoción de la Salud y Prevención, Madrid, 2012, pp. 83- 88

El “*sexo robado*” sustituye a la actitud anterior de “*chincar*” que era un acto de molestar por molestar, convirtiéndose en tocamientos furtivos, los cuales ofrecen una canalización del deseo.

El siguiente nivel al que pasa la violencia en la defensa de la chica ante la conducta del “*sexo robado*” es el “*insulto de género*”. Este insulto se encuentra a medio camino entre el insulto propiamente dicho y el comentario despreciativo.

En la adolescencia (14-15 años), el grupo de iguales masculino suele tener un origen filogenético. Es la posterior evolución del grupo de niños de la infancia, en el que se integran o salen elementos masculinos por identificación o contra- identificación con la orientación que va tomando la pandilla en relación a la identidad social. Las chicas suelen entrar en esas pandillas como resultado de las relaciones afectivas mantenidas con algún miembro, convirtiéndose en un miembro de “*segundo clase*” sobre el que decide y propone siempre el hombre. A las chicas de la pandilla se las va a “*educar*” para que ocupe el lugar que la corresponde en el grupo, siendo el arma a utilizar la agresión de género en público por parte de la pareja afectiva. En estas primeras agresiones verbales, la chica les suele dar poca importancia, intentando justificar las conductas de sus parejas como de “*siempre quiere tener la razón*”. Según las conductas de desprecio en público van en aumento, la chica puede llegar a enfadarse y romper “*el pacto*” ya que la chica va sufriendo “*desengaño*”, un nuevo daño a nivel emocional.

Todo esto visto desde fuera, se puede señalar fácil y objetivamente que la chica está siendo engañada y que el chico no la quiere y la está utilizando. Dentro de la relación la mayoría de las chicas que sufren estos abusos sufren y aceptan implícitamente una situación de este tipo. Las alertas saltan cuando las agresiones traspasan la línea de la descalificación y aparecen los insultos e incluso, la violencia física. Pero las chicas que se encuentran involucradas en el proceso sólo ven lo que quieren ver, ya que si la chica rompiera con el chico, perdería la seguridad a nivel social que le da su pareja, cuestión que es muy importante para ella.⁴⁶

⁴⁶ Seoane Pascual, L; Ob, cit, pp.88- 90

Dicha seguridad va asociada a la identidad de género, que en el caso de las chicas aparece claramente vinculado a la necesidad de “*ser querida*”. No solo se trata de la imagen interna (como se ve ella a sí misma) sino también a la imagen externa (como la ven las otras chicas) ya que la peor posición en el estrato social de la adolescencia es la de “*no emparejada*”.

Comienza así nuevamente, una lucha de sexos, aunque nunca de manera igualitaria. Ahora hay a la vista unos adolescentes plenos, cuyo objetivo principal consiste en adquirir un papel dominante en la pareja. En las relaciones de pareja en la adolescencia, se discute mucho ya que la pareja es una realidad conflictiva. Se discute principalmente por un sentimiento que tanto el chico como la chica tienen “*los celos*”. Dicho sentimiento es intenso e irrefrenable.⁴⁷

Todo adolescente afirma que los celos son algo normal en las relaciones de pareja, ya que para ambos son una demostración del interés del otro. En las chicas los celos están basados en la extraña sensación de certidumbre de “*los chicos son infieles por naturaleza*”. Por ello a su vez, la chica vive en constante desconfianza hacia las demás chicas ya que son sus directas competidoras, lo que lleva a un nuevo cambio de táctica.

Dejan de usar su cuerpo como objeto de llamamiento para el género masculino ya que no se sienten a gusto pensando y comportándose así. Ahora prefieren jugar a la pareja; a una pareja con más estabilidad, con cierta serenidad. Y para que esa pareja sea posible hay que conseguir que las otras chicas se desacrediten moralmente a sí mismas bajo el imperativo de respetar las parejas constituidas. De ahí que las chicas creen esos apelativos despectivos como “*choni*” o “*guarri*” con la finalidad de censurar un posible comportamiento femenino incompatible con la nueva estrategia femenina.⁴⁸

La desigualdad en los conceptos de fidelidad es claramente reconocida por las chicas, al menos en los momentos más álgidos de la discusión.

Es incomprensible, al menos desde la igualdad supuesta de sexos, que los chicos puedan irse con muchas chicas y que incluso ello sea considerado como logro de admiración y en cambio las chicas sean calificadas nuevamente con insultos de género “*guarras, putas, etc.*”.

A niveles del cerebro irracional es más fácil entender los celos, ya que las chicas utilizan su cuerpo como arma y por ello es una amenaza para él, porque no la puede

⁴⁷ Bis, 93-96

⁴⁸ Seoane Pascual,L; Ob,cit, 97- 100

controlar. A pesar de poder obtener de ella el beneficio del contacto sexual ocasional, son ellas las que eligen por tanto las que dan valor y quitan valor a los chicos. Por lo que la situación se invierte, ahora son ellas las que pueden despreciar a los chicos, cuestión que socialmente en su grupo de iguales es inadmisibile.

De ahí que ese despreciar a determinadas chicas y sus conductas deba ser una labor colectiva para todo el grupo masculino, ya que será tarea grupal el “*poner en su lugar a las chicas vinculadas afectivamente a sus miembros*” por esa acción solidaria de hoy por ti, mañana por mí.

El matiz público del espionaje que se da por parte del grupo de iguales masculinos cuando el chico no está, respecto al comportamiento de la chica, no es fácilmente identificado por ésta, por lo que se introduce un factor de asimetría en la pareja, que impone que la chica tenga que efectuar mayores sacrificios en su vida que el chico.⁴⁹

Pero, ¿qué sacrificios son esos? Principalmente no salir con otros chicos, ni siquiera en pandillas mixtas, procurar no ponerse en situaciones potencialmente “de riesgo” y cambiar su vestimenta. Esta última no es fácil de cumplir ya que el cómo se viste y el cuidado cosmético influye a otros niveles en la chica. Formarán parte de la imagen y autoconcepto que tiene de sí misma, confiriéndole un elemento esencial de su seguridad emocional.

Pero en un escenario público de discusión, frente al grupo masculino, no hay posibilidad de negociación, por estar las fuerzas claramente desequilibradas. Las exigencias masculinas se imponen con facilidad, con armas ya conocidas como la agresión verbal de género. El insulto “puta” se convierte en una moneda de cambio en estos grupos y situaciones. Las chicas parece que lo asumen con naturalidad y lo aguantan con estoicismo. Así la chica se ve con dos únicas opciones de resolución del conflicto: o cambia radicalmente de conducta, costumbres, vestimenta... o rompe con el chico.

Al igual que en el maltrato en las relaciones de los adultos, en la adolescencia se pueden identificar factores que circunstancialmente dificultan la ruptura: la seguridad, la identidad social y la identidad de género. Estos factores sociales justifican que no se produzca la ruptura mientras que los niveles de agresión se mantengan en relativos, lo que

⁴⁹ Del Olmo, M.L; Cofán, M y Pérez, M.L, “*Guía de prevención de la violencia de género en adolescentes*”, Madrid, Ayuntamiento de Boadilla del Monte, 2008, pp. 12- 29.

resulta más difícil de explicar y de entender es que no se produzca dicha ruptura cuando esas agresiones de género alcanzan límites de lo que ya se denomina violencia física.⁵⁰

Tal y como señalan Saradua, Zubizarreta, Echeburúa y Corra51 en varios estudios realizados en torno a parejas adolescentes, las agresiones de pareja comienzan en las relaciones de noviazgo a través de comportamientos abusivos, como mirar el móvil de la pareja, leer sus mensajes, criticar su forma de vestir...Estos actos siempre se asocian y justifican a través de un concepto de amor <<lo hago porque te quiero...lo hago por tu bien...>>. Todos estos episodios de violencia psicológica, pueden acabar en violencia física.

Las chicas lo interpretan porque simplemente lo quieren y no van a renunciar a él. De manera preventiva, hay que enseñar a las chicas a diferenciar ese sentimiento al cual llaman “amor” y proponer otros términos menos ideales para referirse a él.

Todos los indicadores apuntan a que, aunque la agresión de género puede ser generalizable a todos los grupos de relaciones, hay ciertos grupos más proclives a que se instalen en su seno agresiones de género de mayor intensidad, por lo que es más probable que dentro de estos grupos se den relaciones de pareja claramente violentas. Estos grupos, serán aquellos con comportamientos más subversivos en relación a las normas adultas, con modos de plantear su ocio y vida cotidiana claramente en contra de las normas sociales y con conductas personales y grupales de riesgo.⁵²

A modo de conclusión del porqué la necesidad de la educación emocional para la prevención de la violencia de pareja hacia las mujeres en las parejas adolescentes, se debe hacer especial hincapié en la prevención secundaria y en la prevención terciaria:

- **Prevención Secundaria:** Se ha de aproximar la percepción del riesgo de la experiencia adulta a la experiencia adolescente y juvenil. De dicha aproximación se pueden sacar dos beneficios:
 1. Las chicas aprenden a detectar precozmente cuando se hallan en riesgo de sufrir violencia de pareja

⁵⁰ Seoane Pascual,L; Ob.cit, pp. 98-104

⁵¹ Echeburúa,E; De Corral,P; Amor,P.J; “*Evaluación del daño psicológico en las víctimas de delitos violentos*”, Psicopatología Clínica, legal y forense, , Vol 4, 2004, pp. 227-244

⁵² Seoane Pascual,L; Ob Cit,pp. 92-103

2. Los chicos sean capaz de identificar situaciones de violencia de pareja en adolescentes, de modo que puedan reconocerse como sujetos potenciales de riesgo de ejercerla y especialmente para que sean capaces de censurarla en caso de reconocer a los agresores y así aislarlos socialmente.

Por ello es importante darle a la prevención secundaria un cambio de enfoque, adaptando el concepto de violencia de pareja a la experiencia adolescente, lo que implicaría: a) dar más peso a la violencia psicológica y sexual, b) identificar y analizar las diferentes variantes que existe en la violencia de pareja juvenil (violencia en la pandilla y violencia en la intimidad), c) reconocer y dramatizar los riesgos para la salud integral de la chica adolescente.

- **Prevención terciaria:** Comienza en el momento en que se identifican situaciones de violencia de pareja concretas en el mundo adolescente. Por ello es tan importante la planificación e implantación de recursos o fórmulas de actuación específicas para estas etapas de la vida.⁵³

Sumado a todo lo expuesto anteriormente se encuentra la vulnerabilidad de la identidad en el adolescente, el cual en muchas ocasiones se encuentra desorientado, sin saber qué hacer, con quién hablar, con incompreensión de sí mismo tanto de cómo es o de lo que siente y desea.

Estas situaciones corresponden a los fenómenos psicológicos de autoestima y autoconfianza, pilares fundamentales del ser humano, ya que ellos configuran la funcionalidad del individuo.

El hecho de valorarse y de creer en las propias capacidades hace que la persona se afronte a las situaciones porque considera que tiene capacidad de éxito y de resolución de conflictos.

Según Oliva, Parra y Sánchez-Queija las relaciones con los iguales que se caracterizan por vivenciar el sentido de pertenencia ejercen una influencia positiva sobre el ajuste emocional en los adolescentes pero no es a partir de la adolescencia tardía y principios de la etapa adulta cuando la influencia sucede sobre la dimensión conductual⁵⁴

⁵³ Bis, pp 119- 120

⁵⁴ Sánchez Queija, I. y Oliva, A, “*Vínculos de apego con los padres y relaciones con los iguales durante la adolescencia*”. Revista de Psicología Social núm.18, 2003,pp. 71-86.

Experimentar una adolescencia individualista y caracterizada por la constante competitividad en donde se busca ser mejor que otros y sobresalir conduce al desarrollo probable de estrés emocional⁵⁵ Pero además, la sociedad actual no es individualista, sino que se caracteriza por desarrollar el trabajo en equipo o colaborativo en diversos ámbitos de la vida, por lo que si la persona vive en un mundo individualista difícilmente desarrollará habilidades sociales para ser emocionalmente competente en las relaciones con los demás, y consecuentemente no tendrá tanto autocontrol de sí mismo como control en los demás cuando se encuentre en situaciones de interacción social.

7. MATERIAL Y METODOLOGÍA

El presente programa, se encuentra destinado a adolescentes entre 14 y 18 años, residentes en un centro de menores con trastornos conductuales y con problemas de violencia en las relaciones de pareja entre iguales y filio- parental en las familias mono-parentales, cuyo progenitor presente es la madre. Tal y como señala María José Gómez, psicóloga clínica del Centro de Atención Especializada de Menores CAEM Valle de Cayón, usuarios a los que va dirigido el presente programa “ *la educación emocional en perfiles tan dispares como aquellos con los que trabajamos, es fundamental para la re-elaboración del auto concepto de nuestros jóvenes así como la re-educación en valores por los diferentes estilos de crianza por los que han sido educados y posteriormente imitan en sus relaciones de pareja, ya sea a nivel del maltratador, como del maltratado*”.

Para la realización el programa me he basado en los talleres elaborados en “*Educación Emocional para la prevención de la violencia en la pareja*”

Antes de comenzar hay que explicar que son las emociones: Es un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación . Las emociones son parte de nuestra vida y nos proporcionan la energía para resolver un problema o realizar una actividad nueva. En definitiva, actúan como resortes que nos impulsan a actuar para conseguir nuestros deseos y satisfacer nuestras necesidades.

⁵⁵ Aguirre.A, “*Psicología de la educación*”.Barcelona, Boixareu Universitaria, 1995, pp.626-638

Las habilidades básicas para un adecuado control emocional son:

- Percepción, comprensión y análisis de las emociones.
- Dotar de información y estrategias para identificar las emociones y comprendan las relaciones entre las emociones y las situaciones en las que se producen.
- Expresión y regulación emocional.
- Aprender habilidades para expresar los sentimientos y las necesidades asociadas a los mismos.
- Dotar de pautas para aceptar los estados emocionales positivos y negativos y proporcionar técnicas de control emocional para regular las emociones sin exagerarlas o evitarlas.

Parece claro, que el abordaje de la prevención debe realizarse en ambos géneros. Como verbaliza la psicóloga María José Gómez, *“el que los jóvenes con los que trabajamos a diario, reconozcan que existen agresiones de género en cualquier ámbito de su vida, ya es de por sí un logro de la intervención”* a pesar que dicha aceptación puede derivar en la naturalización de la agresión de género, cuestión que plantea un problema mayor.

La educación, tanto a nivel formal como no formal, tiene la obligación de generar condiciones para que el niño/a o adolescente pueda ir constituyéndose en sujeto de su desarrollo, en el contexto histórico y sociocultural en que transcurre su vida cotidiana.

Para ello usaré de base el Modelo Bar-On, donde la inteligencia emocional es entendida como un << conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar las demandas y presiones del medio ambiente >> La emoción y cognición (conocida como inteligencia) son dos conceptos independientes que han logrado, a través del tiempo, una serie de fundamentos teóricos importantes. Históricamente, se consideraba que estos conceptos mantenían una relación antagónica. En la actualidad, sin embargo, se pretende integrar ambas nociones en

un mismo concepto: la inteligencia emocional. La IE se define como la habilidad para reconocer, tratar y afrontar las propias emociones y las de los otros ⁵⁶

El modelo Bar- On está compuesto por cinco componentes multifactoriales:

<p>1. Componente Intrapersonal o Habilidades Intrapersonales</p>	<p>1. Auto- concepto 2. Auto- conciencia emocional 3. Asertividad 4. La Auto- realización o Independencia Emocional 5. Auto- actualización</p>
<p>2. Componente interpersonales o Habilidades interpersonales</p>	<p>1. Empatía 2. Responsabilidad Social 3. Relaciones Interpersonales</p>
<p>3. Componente de manejo de emociones o Estado de ánimo y motivación</p>	<p>1. Optimismo 2. Felicidad</p>
<p>4. Manejo del estrés o manejo de emociones</p>	<p>1. Tolerancia al estrés 2. Control de impulsos</p>
<p>5. Componente de adaptación- ajuste o Adaptabilidad</p>	<p>1. Prueba de realidades 2. Flexibilidad 3. Solución de problemas</p>

Figura 3. Componentes multifactoriales para el entrenamiento en Inteligencia Emocional

⁵⁶ Bar-On 2000; Cherniss y Adler 2000; Goleman 1998; Mayer et al. 2000a y b; Kierstead 1999; Salovey et al. 2001

8. RESULTADOS

El programa de educación emocional y prevención de la violencia que presento a continuación, se fundamenta en la dinámica del desarrollo personal tanto en la dimensión afectiva, como en la intelectual y social. Ya que dicho desarrollo es visto como un proceso complejo, resultado de las relaciones de los adolescentes destinatarios del programa con el medio social, escolar y familiar en el que crecen y evolucionan, el programa será reforzado mediante la acción tutorial de cada menor con su educador referente, mediante elaboración de problemas que vayan surgiendo en las terapias semanales con la psicóloga del recurso educativo y se trabajará a nivel familiar en tutorías quincenales entre el menor, la familia la psicóloga del recurso y el trabajador social del mismo.

El programa se divide en 18 sesiones, las cuáles se realizarán de manera semanal con una duración de 1 hora y 30 minutos, en los que se llevaran a cabo intervenciones, roll-playing, debates grupales y elaboración de las conclusiones en cada sesión.

SESIÓN 1 AUTOCONCEPTO

OBJETIVOS:

- *“Favorecer el auto-concepto y mejorar las cualidades personales de uno mismo de cara a las relaciones de pareja.”*
- *“Formar una imagen real y positiva de sí mismo, así como de sus posibilidades de cara a las relaciones de pareja”*⁵⁷

La adolescencia forma parte del desarrollo evolutivo del ser humano y está considerada como una etapa de transición entre la niñez y la vida adulta que además va acompañado de cambios físicos, sociales y de personalidad. El individuo adolescente comienza a independizarse a nivel familiar y va encontrando apoyo en el grupo de iguales y en las relaciones de pareja, donde va descubriendo y definiendo su personalidad.

Esta identidad personal es entendida como un conjunto de percepciones que el individuo desarrolla sobre sí mismo y para ello es necesaria la interacción social. Es muy importante para las personas tener definida la identidad individual y poseer una imagen positiva de uno mismo, a la vez de ir acompañado de una autoestima positiva.

⁵⁷ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde.M.E; Ob.Cit. Pág. 52

Por ello a nivel educativo hay que tratar de formar a los adolescentes en el adecuado desarrollo de las habilidades sociales y adecuadas competencias emocionales para que puedan construir un auto-concepto real y positivo necesario para afrontar las diferentes situaciones ya sean positivas o negativas que se pueden dar en su entorno más cercano y así puedan prevenir el maltrato en la pareja.

Cuando se habla de AGRESOR, desde la visión del auto concepto se deberá a su incapacidad de obtener una visión global personal, debido a su incapacidad para percibir de sí mismo tanto lo bueno como lo malo.⁵⁸ Se puede hablar de “celos”, los cuales se dan por miedo a perder algo. La “*toxicidad de los celos*” se encuentra en la mayoría de las situaciones de la violencia de género. Los celos no tienen edad.

Desde que éstos se originan hasta que se cumple lo temido, los celos y la persona que los tiene pasan por un circuito:

1. Sentir la amenaza
2. Controlar
3. Prohibir
4. Perdón
5. Profecía cumplida⁵⁹

En el caso de la VICTIMA, la alteración del auto-concepto se deberá a la creación de una imagen sesgada, negativa, debido al constante bombardeo de descalificaciones al que es sometida dicha víctima tras un maltrato psicológico.⁶⁰

⁵⁸ Bis, PP 51-52

⁵⁹ Stamateas,B; “*Emociones Tóxicas*”,Barcelona, B de Bolsillo, 2013, pp.241-243.

⁶⁰ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit. Pág. 52

SESIÓN 2

AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL

OBJETIVOS:

- *“Promover el desarrollo del auto-conocimiento de los participantes, especialmente en el ámbito emocional como base de una relación de pareja sana”*
- *“Desarrollar habilidades y estrategias de autoconocimiento emocional favorables para una relación de pareja”⁶¹*

La autoconciencia implica reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones. Así como conocer nuestras propias emociones y cómo nos afectan, cuáles son nuestras virtudes y nuestros puntos débiles.

La conciencia emocional implica en nosotros tener la capacidad de reconocer la manera en que nuestras emociones afectan a nuestras acciones, además de saber utilizar adecuadamente nuestros valores para que nos sirvan de guía en el momento de tomar decisiones.

Nuestros sentimientos nos acompañan siempre en nuestras acciones, pero raramente nos damos cuenta de ellos, y solamente nos percatamos cuando se han desbordado. Por ello es necesario hacer esa pequeña pausa para reconocerlos y saber que con ellos podemos afectar a los demás y a nosotros mismos.

La inestabilidad emocional propia de la adolescencia, implica un desarrollo afectivo caracterizado por comportamientos impulsivos que hacen difícil la adecuada adquisición de la conciencia emocional, para reconocer las emociones propias y las ajenas. Las emociones están ahí para ser sentidas, no para dominar las vidas de los individuos, por eso ser conscientes de las emociones propias y que dichas emociones sean positivas, es la competencia básica sobre la que se construyen las demás.

Favorecer el desarrollo de estas habilidades en los adolescentes no es fácil, ya que en esta etapa evolutiva del ser humano predomina el absolutismo y el pensamiento dicotómico que hace que los adolescentes lo vean todo “blanco o negro” ya que aún njo existe una identidad indefinida.

Lo que se tratará en esta sesión y en conjunto con el programa, es de formar personas hábiles e inteligentes a nivel emocional, que sean capaces de identificar y señalar

⁶¹ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit. Pág. 58

lo que están sintiendo y las causas reales de dichos sentimientos para poder mantener las emociones propias y las de la pareja en perspectiva.⁶²

SESIÓN 3

ASERTIVIDAD

OBJETIVOS:

- Aprender a reaccionar de un modo asertivo cuando se escuche críticas u ofensas
- Aprender formas correctas de comunicación, con la finalidad de saber resolver conflictos adecuadamente, cuando se den en la relación de pareja
- Mejorarla propia autoestima y la capacidad de decir <<NO>>

El período evolutivo de la adolescencia, constituye un período de profundos cambios. El adolescente como individuo comienza a separarse de su familia. Con esta independencia familiar comienza a arrimarse a su grupo de iguales para construir su identidad personal y unos ideales de vida.

Es fundamental que los adolescentes dispongan de habilidades de competencias sociales para hacer frente a las nuevas situaciones en las que se van a ver envueltos, desarrollando un estilo de vida saludable. Dentro de esas competencias se encuentran la comunicación, la toma de decisiones y la asertividad, siendo ésta entendida como la capacidad para transmitir hábilmente opiniones, creencias y sentimientos, actuando además en consecuencia a ellos.

Esta asertividad trasladada a las relaciones de pareja, significa que una relación amorosa será asertiva cuando se pueden expresar los gustos, intereses, derechos... de cada individuo sin ofender al otro. La asertividad en las relaciones de pareja es siempre importante, pero en la adolescencia de manera especial, ya que se viven esas primeras relaciones de un modo más romántico e idílico, con frases como <<Tú lo eres todo para mí...El amor todo lo puede...>>. Por ello y porque la violencia de género en edades adolescentes pasa desapercibida ya que no entran dentro de lo que se consideran los estereotipos de dicha violencia, es importante educar e inculcar a los adolescentes la igualdad entre géneros y el trato entre iguales con asertividad.

En las relaciones de pareja, los causantes de muchos de los episodios de violencia psicológica son <<los mensajes tú>>. El agresor suele adaptar un estilo de comunicación

⁶² Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit. Pág. 57

agresivo, violando los derechos de la víctima, adoptando ésta un estilo de sumisión e inhibición que la impide enfrentarse a la situación adversa.

Por ello a la hora de trabajar la asertividad, es importante trabajar la capacidad de decir <<NO>>, la capacidad de pedir favores, de expresar sentimientos.⁶³

SESIÓN 4 INDEPENDENCIA

OBJETIVOS:

- Aprender a defender los derechos propios a la vez que se respetan los derechos de la pareja
- Concienciar a los menores residentes de la importancia de tener relaciones de pareja basadas en la igualdad y el respeto mutuo.
- Ser capaces de desarrollar habilidades como la comunicación para establecer relaciones funcionales.

La adolescencia es un período de constantes cambios en emociones, de conflictos cognitivos, de búsqueda de identidad...y es una época en la que llega <<EL AMOR>>, ya que es deseo de todo adolescente el tener novio o novia.

Pero esta relación tiene varios procesos, que van desde el reconocimiento del propio deseo y la búsqueda del deseo mutuo de otra persona, hasta el juego de mensajes verbales y no verbales. Todo esto lleva al adolescente a no ver el mundo como es, lo lleva a idealizar a la pareja.

En el primer amor se puede llegar a caer en la dependencia emocional de ese sentimiento apasionado que muestra por el objeto deseado. Pero hay que hacer ver al adolescente que estar enamorado no significa estar subordinado ni ser un subordinado. Es lo que lleva a esta dependencia emocional a ser uno de los problemas más agudos en el desarrollo de las parejas.⁶⁴

Los indicadores que van a señalar a una persona co-dependiente del ser amado serán:

- Es una persona insegura: El co- dependiente se abandona y busca constantemente las opiniones de los demás, ya que piensa que los demás son más importantes que él o ella.

⁶³ Jéssica Amo, Macarena Blázquez, Juan Manuel Moreno, María Elena García-Baamonde. Ob.Cit. Pág. 63-65

⁶⁴ Jéssica Amo, Macarena Blázquez, Juan Manuel Moreno, María Elena García-Baamonde. Ob.Cit. Pág. 71-73

- Es una persona controladora: Como necesita del otro para ser feliz, buscará desesperadamente al otro para ser feliz. Prefiere pasar tiempo a solas con la otra persona, frustrándose cuando esto no sucede.
- Duda de sus capacidades: Siente que no tiene capacidad para enfrentarse al mundo por sí misma. Sienten que necesitan un “*guardaespaldas afectivo*”
- Ser una persona celosa: tiene sentimientos posesivos y deseo de exclusividad

Todo ese apego negativo acarrea sufrimiento y dolor, ya que lleva a la persona a vivir apegadamente a las decisiones de los demás.

*“La co-dependencia es tóxica y contraria a la naturaleza de libertad e individualidad con la que venimos los seres humanos al mundo por eso siempre nos causará dolor”*⁶⁵

Para alcanzar la independencia emocional se deben superar los sentimientos infundados de culpa que hace a la persona sentirse responsable de la felicidad de los demás, esa ira y resentimiento acumulado, el dolor no resuelto. Es importante tener presentes que muchas personas, se mantienen en relaciones de pareja tóxicas a pesar de ser maltratadas psicológica o físicamente, por la ansiedad que les genera la pérdida del otro y no por los refuerzos recibidos.

SESIÓN 5

AUTOACTUALIZACIÓN

OBJETIVOS:

- Sensibilizar a los menores participantes del programa de la importancia de tomar decisiones acertadas y de elaborar un proyecto de vida en pareja sano, alcanzando unos objetivos en común que engloben las expectativas de ambos.⁶⁶

Una característica típica de los adolescentes es su rebeldía ante el mundo. Es una etapa de la vida en la que el individuo no cesa de hacerse pregunta sobre su existencia, que le lleva a proyectarse metas hacia un futuro para la búsqueda de respuestas y de su realización personal. Comienzan a elaborarse proyectos de vida, que son importantes para su desarrollo integral y la toma de conciencia del propio individuo.

Esta tarea les exige aspectos como:

- La honestidad para auto conocerse

⁶⁵ Bernardo Stamateas. Ob.Cit.P.P 65-68

⁶⁶ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit, pág 79.

- Una observación atenta para conocer el mundo en el que vive
- Elaboración y práctica en la toma adecuada de decisiones para marcar metas
- Toma de conciencia de sus propios valores

Así, podrán formar una personalidad adecuada y fortalecer la autoestima. Para la elaboración adecuada del proyecto de vida el individuo debe tener en cuenta:

1. Ha de reflejar la realidad personal
2. Objetivos y metas marcados
3. Plan de acción a seguir
4. Indicadores de logro, que le permitan saber cuánto y cómo ha avanzado en su proyecto.

La elaboración y consecución de ese proyecto de vida requiere un equilibrio personal emocional- afectivo. Es en la juventud o adultez donde se produce la constitución de una pareja sólida, pero para que el establecimiento de la pareja sea exitosa, hay que recorrer el camino que lleva a a la identidad adecuada como sistema conyugal- familiar diferenciado. Si el individuo arrastra carencias desde la adolescencia, surgirá en la pareja sentimientos de confusión y frustración que harán más difícil la resolución pacífica de los conflictos, desembocando en conductas violentas.⁶⁷

SESIÓN 6

EMPATÍA

OBJETIVOS:

- Aprender a reconocer las emociones de la pareja, comprenderlas y mostrar interés por las mismas.
- Respetar las ideas, los sentimientos y deseos de la pareja, para establecer una relación sana y equilibrada.

Debido a los cambios madurativos de la adolescencia, la amistad adquiere nuevas dimensiones. Se genera una necesidad inherente de establecer relaciones duraderas, basadas en la confianza, la intimidad, la comunicación, el conocimiento mutuo...El adolescente necesita a alguien que se muestre a su lado en todo momento, con el que pueda compartir experiencias, sentirse comprendido y encontrar la empatía de quienes le rodean.

⁶⁷ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit, pág 80

¿Que es la empatía? Según la Real Academia de la Lengua española es la identificación mental y afectiva de un sujeto con el estado de ánimo de otro.⁶⁸ Viene a ser la conciencia social del individuo.

Durante la adolescencia, mostrar empatía no significa estar de acuerdo con el otro. Todo individuo es diferente de los demás, con características personales propias y que no a toda persona le tiene que funcionar la misma técnica.

En el caso de las parejas, también en las parejas adolescentes, la empatía se presenta como un elemento necesario para alcanzar la intimidad y especialmente en sentirse comprendido por el otro . En el lado contrario, las personas que sufren malos tratos por parte de sus parejas se acostumbran a ellos, entendiendo la situación como una forma de vida.

Creen tenerlo controlado, tratando de complacer al agresor en todo, auto-culpándose de todo y evitando molestar lo menos posible.⁶⁹

SESIÓN 7

RESPONSABILIDAD SOCIAL

Objetivos:

- Para alcanzar la realización máxima de la pareja, aprender a comportarse como miembro constructivo de la misma
- En la relación de pareja, aprender a asumir la responsabilidad de cada parte

El ser humano es sociable por naturaleza. Formar parte de un grupo con normas le ayudara a desarrollarse y conocer y cumplir dichas normas le ayudara a formar parte de él, manteniendo así, relaciones exitosas.

Así mismo, los adolescentes forman un grupo en sí mismo. El grupo les aporta a los adolescentes un lugar relativamente estable. Buscan su refugio, se sienten comprendidos, encuentran situaciones de igualdad. Si un adolescente no se siente aceptado en el grupo es cuando comenzará a mostrar conductas de riesgo, como consumo de drogas, delincuencia juvenil o conductas violentas.

La explosión de la violencia en estas edades, suele coincidir con la época en la que comienzan a establecerse las relaciones de pareja.

⁶⁸ <http://lema.rae.es/drae/?val=empat%C3%ADa>

⁶⁹ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit. Pág. 86

Para que un relación de pareja sea sana es necesario que haya: respeto mutuo, honestidad mutua, confianza en la pareja, compartir emociones y sentimientos y ser capaces de resolver problemas cuando surjan.⁷⁰

SESIÓN 8

RELACIONES INTERPERSONALES

OBJETIVOS:

- Aprender y conocer estrategias de interacción social con las que se favorezcan las relaciones de pareja
- Ser capaces de tomar conciencia de lo importante que es establecer relaciones de pareja basadas en la aceptación de ayuda y ofrecer apoyo mutuo.⁷¹

Las relaciones de amistad durante la adolescencia van variando de acuerdo a como cambian actitudes, intereses, valores... Aunque la adolescencia es una etapa crítica por la presencia de conflictos, el adolescente suele encontrar en su grupo de iguales un espacio en el que equilibrar y buscar alternativas para los conflictos.

Por ello, la amistad en la adolescencia, representa un importante instrumento que facilita la apertura del individuo para experiencias sociales futuras.

SESIÓN 9

OPTIMISMO

OBJETIVOS:

- Entender y ser consciente de la importancia de adoptar y mostrar una actitud optimistas a la hora de hacer frente a los problemas que puedan surgir en la relación de pareja
- Adquirir y desarrollar estrategias para una actitud optimista.

Ser optimista ayuda a ver la adversidad como un contratiempo pasajero y que los problemas se reducen a esas circunstancias. Las enseñanzas que ejercen padres y educadores desde los primeros momentos de vida, en tareas sencillas proporcionan un modo ascendente de optimismo en el individuo.

⁷⁰ BIS, PP 92-93

⁷¹ <http://micrositios.dif.gob.mx/dgpas/files/2012/12/38.->

Relaciones%20interpersonales%20en%20la%20adolescencia.pdf. Pág 17

Una educación responsable, requiere que los docentes o educadores proporcionen al alumnado modelos que permitan afrontar los problemas estableciendo estilos emocionales convenientes. Los niños han de aprender a juzgarse adecuadamente.

Existen diversos estudios que demuestran que las personas optimistas son más felices, cuestión que incide directamente en la salud, las actividades a realizar, el trabajo, los estudios...

Aquel adolescente que se siente querido, ya goza de una motivación inicial para desarrollar el optimismo⁷²

SESIÓN 10

FELICIDAD

OBJETIVOS:

- Conocer el significado de la felicidad
- Aprender a vivir de forma feliz sabiendo extraer lo positivo de las personas y de uno mismo
- Favorecer las relaciones con los demás y en especial con la pareja, desarrollando habilidades que contribuyan a sentirse satisfecho con la vida.

Es difícil definir que es la felicidad, y dependiendo de la época del desarrollo en que se encuentre en individuo, dicha definición variará.

Para los adolescentes la felicidad se basa en: tener éxito social, éxito económico y éxito en los estándares de moda y belleza pautados por la sociedad que los rodea. En las relaciones de pareja, la felicidad está en un intercambio positivo e igualitario. Por ello hay que enseñar a los adolescentes en que la felicidad no se debe reducir al producto final, sino que hay que elaborarla diariamente.⁷³

SESIÓN 11

TOLERANCIA AL ESTRÉS

OBJETIVOS:

- Conocer el concepto de estrés
- Aprender a controlar incluso a evitar el estrés
- Aumentar la percepción de control del sujeto sobre las situaciones de estrés en la pareja

⁷² Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit, Pág. 86

⁷³ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit. Pág. 118

Mientras que los adolescentes van madurando, se incrementan sus estrategias de afrontamiento, así como su capacidad para autorregularse, siendo el primer paso hacia la autorregulación y toma de conciencia para un mejor manejo de situaciones que le generen estrés.⁷⁴

En la violencia en las parejas, la tolerancia al estrés del agresor ante cualquier situación problemática es mínima. Con respecto a la víctima, su nivel de estrés, la lleva a acumulación de una sintomatología ansiosa junto con otros cuadros diagnósticos que pueden aparecer con posterioridad.⁷⁵

SESIÓN 12

CONTROL DE IMPULSOS

OBJETIVOS:

- Identificar y definir conflictos como paso previo para abordarlos
- Analizar las actitudes y los factores que intervienen en una situación problemática
- Conocer y analizar tanto las propias emociones como las ajenas
- Aprender técnicas que ayuden a la relajación tanto física como mental

La fuerza de voluntad y el control de la propia conducta es esencial en casi todos los aspectos de la vida. Enseñar a ciertos perfiles de adolescentes a manejar adecuadamente sus impulsos, será un trabajo progresivo. La prevención con respecto a la capacidad de autocontrol, está enfocada a crear en el adolescente una capacidad de relajación.⁷⁶

SESIÓN 13

PRUEBA DE REALIDAD

OBJETIVOS:

- Modificar y explicar en caso que las haya las ideas erróneas acerca de las relaciones de pareja, enseñando a los adolescentes que no existe un amor único e ideal
- Aprender a distinguir entre el amor sano/ insano, funcional/ disfuncional, con la finalidad de aprender a detectar esas situaciones que en la relación de pareja acaban desembocando en violencia.

⁷⁴ Gaeta,M y Martín, P; “*Estres y Adolescencia: estrategias de afrontamiento y autorregulación*”, Universidad de Zaragoza, 2009, Pág 340.

⁷⁵ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E;Ob.Cit, pp.127-128

⁷⁶ [Www.psicopedia.org/wp-content/uploads/2013/07/Manual-de-Autocontrol-Adolescentes.pdf](http://www.psicopedia.org/wp-content/uploads/2013/07/Manual-de-Autocontrol-Adolescentes.pdf) , pp.11-14

- Sensibilizar y concienciar a los adolescentes de que la violencia en la pareja ya aparece en la fase de noviazgo, desterrando la idea de violencia de pareja = violencia marital.⁷⁷

SESIÓN 14

FLEXIBILIDAD

OBJETIVOS:

- Lograr que los adolescentes tomen conciencia de que las adversidades forman parte de la vida y de que deben aprender a ellas.
- Logar que aprendan a adaptarse a los continuos cambios del medio, elaborando la capacidad de modificar los pensamientos y conductas inapropiadas.⁷⁸

La adolescencia es un periodo crítico del ciclo de la vida, y como todos los periodos críticos está llenos de cambios (cambios del cuerpo, de la forma de pensar, emocionales...), de inseguridades (ansiedad sobre su futuro, sobre las vicisitudes de su desarrollo,...), desequilibrios entre aspiraciones y oportunidades (en el terreno afectivo, sexual, académico, laboral,...) y presiones (de los padres, de sus coetáneos, de la sociedad de consumo,...). La percepción del mundo del adolescente ya no es la de la infancia pero tampoco es la de un adulto, y tiende a cambiar dependiendo del estado emocional en el que se encuentre, viendo todo o blanco o negro. Asimismo, es muy influenciado por el ambiente escolar y el grupo de compañeros al que pertenece.

Es importante ayudar a los adolescentes a aprender los múltiples mecanismos psicológicos de adaptación y las estrategias de defensa que les van a ayudar a vivir, a relacionarse de forma satisfactoria y a desarrollar todas sus potencialidades.

La capacidad de adaptación no sólo permitirá al adolescente aclimatarse a situaciones novedosas, de mayor o menor riesgo, sino que le motivará a perseguir metas posibles y a recuperarse emocionalmente de las circunstancias más espinosas que viva.

El adolescente que es consciente de sus emociones le resulta más sencillo evaluar la situación en la que se encuentra, modular sus sentimientos y subordinar sus impulsos a las metas que se propone, aumentando las probabilidades de alcanzarlas.⁷⁹

⁷⁷ Amo,J; Blázquez,M; Moreno,J.M; García- Baamonde, M.E; Ob.Cit, Pág 142

⁷⁸ BIS,Pág 148

⁷⁹ Ruíz P.J, “*Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes*”
Ministerio de Sanidad y Consumo, Madrid, Editorial Lázaro, 2004, pp.35-36.

SESIÓN 15

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

OBJETIVOS:

- Aprender, adquirir y elaborar estrategias positivas que permitan la resolución adecuada de problemas, siendo capaces de aplicarlo a la vida en pareja.⁸⁰

El conflicto puede ser una oportunidad de cambio, de aprendizaje y de mejora. Una madurez social y emocional adecuada pasa por el enfrentamiento adecuado a los conflictos.

Las causas que pueden explicar los conflictos, entre otras, son:

- Negación del problema
- Evitar o el posponer la solución
- Atribuir el problema a causas externas

Es importante hacer entender a los adolescentes que tener problemas constituye un hecho normal en la vida cotidiana del ser humano. No todo el mundo se encuentra con la misma cantidad de problemas, ni todo el mundo los afronta de igual manera, por lo que algunas personas acaban desarrollando problemas de ansiedad, desesperanza, malestar crónico...

SESIÓN 16

MANIFESTACIONES/ INDICADORES DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA

OBJETIVOS:

- Dar a conocer a los participantes la Teoría del Ciclo de la Violencia de Walker
- Aprender a detectar situaciones que pueden desembocar en violencia de pareja y así poder ayudar a prevenir su aparición.⁸¹

Partiendo del modelo tradicional de pareja, hombre- mujer, se considera que existe violencia en el seno de la misma cuando se crea entre ambos una situación de abuso de poder en que la personas más fuerte y con más recursos, trata de controlar a su pareja, ya sea de manera, física, psicológica o verbal y a la vez la percibe como indefensa y vulnerable, creando en dicha víctima tal auto-imagen de sí misma.

⁸⁰ Amo,J;Blázquez,M;Moreno,J.M;García- Baamonde M.E,Ob.Cit, Pág 152

⁸¹ Bis, pp 161-162

Visto así, la violencia en la pareja forma un proceso estructurado en tres fases, que al desembocar en el principio del ciclo, forman un círculo vicioso, lo que formula Leonor Walker en su Teoría del ciclo de la violencia conyugal.⁸²

Estas fases son:

1. Acumulación de tensión: con amenazas, críticas, gritos, insultos...
2. Descarga de la violencia: ataques físicos, sexuales, bofetadas...llegando en el peor de los casos al asesinato de las víctimas.
3. “Luna de Miel”: en esta etapa aparece el arrepentimiento por parte del agresor, lamentos y regalo prometiendo el cambio.

SESIÓN 17

Rol de la Víctima y del agresor

OBJETIVOS:

- Conocer e identificar las características propias de la víctima y del agresor
- Comprender por qué la víctima tarda tanto en denunciar o nunca llega a hacerlo.

Existen dos tipos de pareja: las funcionales y las disfuncionales. Las primeras resuelven con éxito los problemas mediante el diálogo y entendimiento, las segundas son todo lo contrario, dando lugar en algunos casos a la violencia.⁸³

¿Qué consecuencias implican en la víctima el maltrato?

Victimización: resignarse a sufrir sin buscar soluciones. Culpabilidad: “¿Habré hecho algo que haya contribuido a esta agresión?” Vergüenza: Por lo que la sociedad o el entorno piensen. Miedo: A contarlo o a denunciarlo. Depresión o Ansiedad: Deterioro de su imagen personal, problemas de alimentación, de sueño, de estudio. Rabia: Cuando se siente la agresión y se genera una respuesta de lucha o acción. Tristeza: Relacionada con la pérdida de la autoestima, de la esperanza, de la confianza, etc.⁸⁴

¿Qué características muestra el agresor?

No es consciente de sí mismo. Se siente fracasado con una imagen negativa de sí mismo, disfrazada de una aparente seguridad. Muestra una gran dificultad de control de impulsos,

82

<http://www.intendenciaatacama.gov.cl/filesapp/Anexos%20Protocolos%20Atencion%20VIF.pdf>

83 Amo,J;Blázquez,M;Moreno,J.M;García- Baamonde M.E, Ob.Cit, pp 158-160

84 Del Olmo, M.L; Cofán, M; Pérez, M.L, Ob.Cit, pp.30-31

evitando reflexionar sobre sus propios sentimientos. Muestra una comunicación agresiva. No existe una correspondencia entre lo que experimenta y lo que ocurre objetivamente. Muestra una actitud negativa al no soportar los desafíos al sentirse en desventaja. Empleo de la agresividad para la consecución de logros.

SESIÓN 18

“Recursos para la persona víctima de la violencia en la pareja”

OBJETIVOS:

- Sensibilizar a los participantes en el programa sobre la temática
- Dar a conocer los recursos de los que dispone la víctima de la violencia de género

La gran mayoría de las personas que sufren violencia de género no denuncian por miedo a las represalias que pueden tener sus agresores y a la vergüenza de el “qué dirán”. A esto hay que añadirle que muchas víctimas no conocen los recursos sociales y legales de los que disponen. Los apoyos cada vez son mayores, viéndose incrementadas las ayudas a nivel social, político, psicológico, económico...

Los pasos que se dan tras denunciar una situación de violencia de género son: (aquí se expone una versión resumida, para mayor información, se hace entrega del anexo 1- “Mujer, conoce tus derechos” y anexo 2 “Resumen de la Ley Orgánica 1/2004 de prevención de la violencia de género” y anexo 3 “Recursos en Cantabria ante la Violencia de Género”):

Tras la declaración de la víctima, se produce la detención del agresor por parte de la Guardia Civil, durante 24 horas.

En las siguientes 24 horas tras la detención se celebra un juicio rápido. El médico forense reconoce a la víctima, explorándola y realizando un informe. Posteriormente la víctima realiza una declaración en presencia de su abogado, el juez y el abogado defensor.

Tras prestar declaración, la víctima abandona la sala y pasa el agresor. Le es leído la declaración de la víctima y si asume los hechos se le adjudicará la sentencia, que será rebajada en un 50% por declararse culpable.

La sentencia varía según los casos, pero suele ser: prisión en el caso de que tenga antecedentes penales, una indemnización a la víctima, una orden de alejamiento, retirada

de permiso de armas en caso de que lo tuviera, etc... En caso de incumplimiento de la sentencia judicial el agresor, será detenido e ingresado en prisión.

Tras la sentencia, la Guardia Civil de la zona donde resida la víctima, realizará un seguimiento y una vigilancia constante.

Al apoyo de las fuerzas de seguridad del estado, Hay que sumarle que la víctima se encuentra protegida por sus familiares y conocidos. Además, la víctima de violencia de género dispone de apoyo psicológico brindado desde la Casa de la Mujer, desde las Consejerías de Igualdad...

9. CONSIDERACIONES FINALES Y RECOMENDACIONES

Una intervención integral ha de contemplar una doble vertiente. Por un lado se debe atender las posibles secuelas psicopatológicas, tanto internas como externas que hayan sido ocasionadas como consecuencia de la violencia de género y por otro lado deben ser atendidas las variables relacionadas con el riesgo de una reproducción en el futuro de la misma problemática. Ambos objetivos se han de trabajar de manera paralela y combinado.

Tras la identificación de la agresión de género, la línea de desarrollo más aconsejada para luchar contra ella es:

1. Nunca dejar pasar la agresión ni menospreciarla
2. Conceptualizarla como agresión, dándole un significado
3. Nunca culpabilizarse, ni pensar en que se habrá hecho mal para justificar la agresión
4. Intentar interpretar e identificar el patrón de conducta de género que se intenta imponer
5. Analizar dicho patrón bajo el discurso de la igualdad
6. ¿Qué se gana o se pierde ajustándose a la norma?
7. ¿Es realmente importante lo que los demás piensen de uno mismo?
8. Hacer notar al otro o a la otra que se ha percibido la agresión
9. Pedir explicaciones y razones que hayan motivado el comportamiento y el patrón de agresión
10. Dejar clara la opinión frente al patrón de conducta que se intenta imponer

11. Dejar clara la no tolerancia a nuevas agresiones de la misma naturaleza

Conseguir que los adolescentes dejen de hacerse daño en las relaciones ya sean de amistad o de pareja, es motivo suficiente para intervenir con ellos. Cualquier intervención a nivel psicológico o educacional sobre jóvenes con comportamientos inadecuados a los roles sociales establecidos, nunca debe olvidar, indagar y actuar sobre la forma en que se cristalizan sus relaciones afectivas de pareja.

Los fundamentos de los fenómenos de la violencia en la pareja, surgen a partir del carácter patriarcal de la sociedad occidental en la que vivimos, esto es, que se inculca una educación emocional desigual para varones y mujeres. De esto, las consecuencias conductuales y actitudinales de dicho aprendizaje diferenciado, fomenta en los niños comportamientos de agresividad, transgresión y fuerza, mientras que en las niñas serán comportamientos de obediencia y pasividad, reforzando así el rol de agresor y víctima respectivamente, ya que al sumir las cualidades de dependencia afectiva, la mujer se convertirá en una víctima potencial de maltrato.

Si partimos de diversas investigaciones que afirman que el maltrato psicológico, es siempre previo al maltrato físico y cuyas repercusiones en la salud de la víctima presenta un impacto psicológico igual o mayor al provocado por las lesiones físicas, cabe apostar por la necesidad de una intervención primaria de carácter preventivo. Sensibilidad, dependencia, asertividad, imposición, independencia, autoridad...son nociones que muestran habilidades emocionales positivas y negativas. Ayudar a los adolescentes a identificar y entender dichos conceptos, forma parte de nuestro trabajo como educadores, actuando desde la prevención primaria para tratar de erradicar el problema actual de la violencia en la adolescencia. Considero por ello, que un primer paso para afrontar tal reto, es enseñar a detectar la violencia, en cualquiera de sus formas. Se trata así, de que víctimas y agresores rompan con los estereotipos marcados por el género y aprendan a través del desarrollo de la inteligencia emocional a establecer relaciones de pareja basadas en la empatía, el diálogo, la negociación, la cooperación y la resolución de conflictos.



Figura 4. Gráfico de las cinco competencias básicas de la Inteligencia Emocional

La revisión de áreas emocionales de naturaleza intrapersonal, interpersonal, de adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo y motivación, demuestran que existen áreas de educación emocional preventiva que coinciden en la mayoría de los casos a pesar de ser variable el punto de partida individual.

Es recomendable y necesario ir desarrollando cada una de las habilidades sociales óptimas para lograr una educación para la convivencia y relaciones sanas e igualitarias, por ello en las relaciones intra- familiares, en la escuela y en el grupo de iguales hay que seguir una serie de pautas: No utilizar los gestos, golpes, insultos, las amenazas para imponer pensamientos o valores a la fuerza; aprende a dialogar y a respetar las opiniones diferentes a la propia; No infravalorar a los compañeros; Desarrolla la empatía: ponerse en el lugar y los sentimientos del otro; Resolver de forma pacífica los conflictos, a través de la comunicación y el dialogo.

Lo más importante a desarrollar en la Inteligencia Emocional es lo que podemos dar a llamar el “Decálogo de la Inteligencia Emocional”:

1. La capacidad para hacer frente a las emociones negativas propias.

Tal vez ningún aspecto de la Inteligencia Emocional es más importante que nuestra capacidad para gestionar con eficacia nuestras propias emociones negativas, aquello que nos abruma y afecta a nuestro juicio. Con el fin de cambiar la forma en que nos sentimos acerca de una situación, primero tenemos que cambiar nuestra forma de pensar en ello.

2. La capacidad de mantener la calma en situaciones estresantes.

La mayoría de nosotros experimentamos un cierto nivel de estrés en la vida. Cuando estamos bajo presión, la cosa más importante a tener en cuenta es mantener la calma:

A. Si uno se siente enojado y molesto con alguien, antes de decir algo que más tarde podría lamentar, hay que respirar profundo y contar lentamente hasta 10. En la mayoría de los casos, en el momento de llegar a 10, habrá encontrado una mejor manera de comunicar el problema. Si todavía está molesto después de contar hasta 10, hay que tomarse un tiempo de descanso si es posible y retomar el tema después de calmarse.

B. Si uno se siente nervioso y ansioso, puede mojarse la cara con agua fría y dar una vuelta. La temperatura fría puede ayudar a reducir el nivel de ansiedad.

C. Si uno se siente temeroso, deprimido o desanimado, puede tratar de hacer intensos ejercicios aeróbicos. La autoconfianza crecerá al experimentar la vitalidad del cuerpo.

D. Si el individuo se siente abrumado, confundido, sin inspiración...toma contacto con la naturaleza Encuentra una vista panorámica admirar su belleza mientras se realiza respiraciones profundas. Esto provoca que se vacíe la mente, por lo que se volverá a la rutina con una nueva perspectiva.

3. La capacidad de leer las señales sociales

Las personas con un nivel alto de Inteligencia Emocional son generalmente más precisas en su capacidad para percibir e interpretar las demás expresiones emocionales, físicas y verbales. También saben cómo comunicarse con eficacia para aclarar sus intenciones. Aquí plasmó un par de consejos para aumentar la precisión de la lectura de las señales sociales:

A. Ante un hecho confuso se pueden llegar a tener por lo menos dos interpretaciones posibles antes de sacar conclusiones. Por ejemplo, *“llamamos a nuestro amigo y no contesta. Puedo pensar que mi amigo no me devuelve la llamada porque no me hace caso o puedo considerar la posibilidad de que él ha estado muy ocupado”*. Cuando se evita personalizar los comportamientos de

otras personas, se pueden percibir de una manera más objetiva y reducir la posibilidad de malos entendidos.

B. Pedir aclaraciones cuando sea necesario. Si es necesario, consultar con la otra persona que aclare por qué se comporta como lo hace. Preguntas del tipo: *“Tengo curiosidad, ¿puedes decirme por qué ...”*, y evitar acusaciones y juicios. Se puede comparar las palabras de esa persona con su lenguaje corporal para comprobar si hay congruencia.

4. La capacidad de ser asertivo cuando sea necesario.

Hay momentos en la vida de todos nosotros en los que es importante establecer nuestros límites adecuadamente para que la gente sepa dónde estamos. Estos pueden incluir el ejercicio de nuestro derecho a estar en desacuerdo (sin ser desagradable), decir “no” sin sentirnos culpables, establecer nuestras propias prioridades y protegernos de cualquier coacción y ataque.

Un método a tener en cuenta para expresar emociones difíciles es la técnica XYZ: *“Me siento X cuando haces Y en Z.”*

5. La capacidad de expresar emociones íntimas en las relaciones personales.

La capacidad para expresarse emociones íntimas con eficacia es esencial para el mantenimiento de relaciones personales cercanas. “Con eficacia” significa compartir sentimientos íntimos con alguien en una relación adecuada, de una manera que es constructiva y ser capaz de responder afirmativamente cuando la otra persona hace lo mismo.

6. La capacidad de encontrar las conexiones entre los sentimientos propios.

Cuando surja un sentimiento difícil, hay que preguntarse: *“¿Cuándo he sentido esta sensación anteriormente?”* Hay que intentar recordar cómo se superó esa sensación, qué mecanismos se utilizaron.

7. La capacidad de usar el humor y el juego para hacer frente a los desafíos.

El humor, la risa y el juego son los antídotos naturales a las dificultades de la vida. Aligeran las cargas y ayudan a mantener los acontecimientos en perspectiva. Una buena carcajada reduce el estrés, eleva el estado de ánimo y re-equilibra el sistema nervioso.

8. La capacidad de resolver los conflictos de manera positiva

Los conflictos y desacuerdos son inevitables en las relaciones. Dos personas no pueden tener las mismas necesidades, opiniones y expectativas en todo momento. Sin embargo, esto no tiene por qué ser algo malo. Resolver conflictos de manera sana y constructiva puede reforzar la confianza entre las personas. Cuando el conflicto no se percibe como una amenaza o castigo, favorece la libertad, la creatividad y la seguridad en las relaciones.

9. La capacidad de escribir pensamientos y sentimientos

La investigación ha demostrado que escribir los pensamientos y sentimientos puede ayudar profundamente a las personas.

10. La capacidad de NO HUIR de los sentimientos.

Si los sentimientos son incómodos no hay que huir de ellos. Hay que pararse por lo menos una vez al día a reflexionar y preguntar: “¿Cómo me siento?”

Si se considera que el amor lo justifica todo y amar es la única fuente de realización, el amor se convertirá en una obsesión y no será capaz de renunciar al afecto de la pareja cuando se deba. La máxima es “*así el miedo y el apego te bloqueen la mente y ablanden tu corazón: no importa cuánto te amen, sino cómo lo hagan*”⁸⁵

⁸⁵ RISO, W “*Los límites del amor. Hasta donde amarte sin renunciar a lo que soy*”, Barcelona, Editorial Océano, 2009, Pág 5.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

AFANIAS I.G. *“Mujer, conoce tus derechos”*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. 2005.

ALTARIO, A. Y ANGUIA, R. *“¿La mitad de la humanidad forma parte de la diversidad?; el sexismo en las aulas y la coeducación como alternativa”* Revista interuniversitaria de Formación del Profesorado.

ÁLVAREZ GARCÍA FRANCISCO JAVIER Y OTROS. *“Código Penal y Ley Penal del menor”*. Tirant Lo Blanch. Valencia. 2011

AMO JESSICA, BLÁZQUEZ MACARENA, MORENO JUAN MANUEL, GARCÍA-BAAMONDE MARÍA ELENA. *“Educación Emocional para la prevención de la violencia en la pareja”*. Alcalá de Henares. Editorial CCS. 2011.

AMORÓS, C. *“La gran diferencia y sus pequeñas consecuencias para la lucha de las mujeres”*. Cátedra, Madrid, 2005.

AYUNTAMIENTO DE BOADILLA DEL MONTE *“Guía de prevención de la violencia de género en adolescentes”*. Madrid. 2009

BAR- ON R. *“The Bar-On model of Emotional –Social Intelligence (ESI). Issues in Emotional Intelligence,1”* ProQuest Medical Library .Consortium of Research on Emotional Intelligence in organizations. 2005

BOLETIN OFICIAL DEL ESTADO *“Constitución Española”*. Madrid, 1978.

BONINO,L. *“La violencia invisible en la violencia”*. En *I Jornadas de género en la sociedad actual*. Valencia: Generalitat Valenciana.

CENTRO REINA SOFÍA PARA EL ESTUDIO DE LA VIOLENCIA. *“Violencia contra la mujer en las relaciones de pareja (Estadísticas y legislación)*, Madrid: Serie Estudios, vol.5

CENTRO REINA SOFÍA PARA EL ESTUDIO DE LA VIOLENCIA.”*Violencia contra la mujer en las relaciones de pareja (Estadísticas y legislación)*, Madrid; Serie Estudios, vol 11.

CHAMARRO, A Y OBERST, U. “*Modelos teóricos en inteligencia emocional y su medida*”. Aloma. 2004. Revista de Psicología.

COBO, R. “*Fundamentos del patriarcado moderno*”, Jean Jacques Rousseau, Cátedra, col. Feminismos, Madrid.

COSTA PERÉ- ORIOL, PÉREZ TORNERO JOSE MANUEL, TROPEA FABIO. “*TRIBUS URBANAS. La ansia de identidad juvenil: Entre el culto a la imagen y la autoafirmación a través de la violencia*”. Paidós Estado y Sociedad. Barcelona

COMISIÓN EUROPEA, DIRECCIÓN GENERAL DE EMPLEO, RELACIONES LABORALES Y ASUNTOS SOCIALES. “*100 palabras para la igualdad. Glosario de términos relativos a la igualdad entre hombres y mujeres*”.1998

DE LA PEÑA PALACIOS, E.M, “*Proyecto EQUAL. Fórmulas para la Igualdad*”. Alpegraf S.L, Madrid, 2007

DELORS, J. “*La educación encierra un tesoro*”. Santillana Ediciones Unesco. 1996

DEFENSOR DEL PUEBLO “*La violencia doméstica contra las mujeres*”, Oficina del defensor del pueblo, Madrid, 2007.

DÍAZ AGUADO JALÓN M.J Y CARVABAL GÓMEZ M.I. “*Igualdad y prevención de la violencia de género en la adolescencia*”.

DIRECCIÓN GENERAL DE LA MUJER. CONSEJERIA DE ASUNTOS SOCIALES. “*Programa de Atención a Mujeres Adolescentes Víctimas de Violencia de Género “No te cortes”*” COMUNIDAD DE MADRID

ESTADO MUNDIAL DE LA INFANCIA. “*La mujer y la infancia. EL doble dividendo de la Igualdad de Género*”. 2007

FERNÁNDEZ- BERROCAL,P, RAMOS, N y EXTREMERA,N. “*Inteligencia Emocional, supresión, crónica de pensamientos y ajuste psicológico*”. Boletín de Psicología.2001.

FERREIRA GRACIELA, “*Hombres violentos, mujeres maltratadas: Aportes a la investigación de un problema social*”. Editorial Sudamericana, S.A. 1992. Buenos Aires.

FUENTES SORIANO “*El enjuiciamiento de la violencia de género*”. Yuste, Madrid, 2009

HARRIS, M “*El desarrollo de la teoría antropológica. Una historia de las teorías de la cultural*”. Siglo XXI. Madrid 1978

- HARRIS, M. *“Introducción a la Antropología General”*. Alianza, Madrid. 1984
- INFORME DEL MINISTERIO DE IGUALDAD. *“Violencia de Género .Balance 2009”*, Informe Ministerio de Igualdad, Madrid
- INSTITUTO DE LA MUJER. *“Macro encuesta: Violencia contra las mujeres”*, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Madrid
- GARRIDO GENOVÉS, V.”*Prevención de la violencia filio- parental: el modelo Cantabria* “Consejería de Sanidad y Servicios Sociales del Gobierno de Cantabria.
- GONZÁLEZ MÉNDEZ R.”*La dinámica de la violencia en en las parejas jóvenes”* Documentación Social núm 131.
- GONZÁLEZ, R Y SANTAMARÍA, J.D. “Violencia en parejas jóvenes. Análisis y prevención”. Edit.Pirámide, Madrid, 2001
- LORENTE ACOSTA, M. *“Violencia de género, educación y socialización: acciones y reacciones”*. Revista de educación , núm 342, 2007.
- MARTÍNEZ J., Y VERA J.L *“Reflexiones sobre la violencia.”* Siglo XXI Editores, Madrid.
- MEAD, M. “Sexo y temperamento en tres sociedades primitivas”. Ed.Plaza. 1992
- MILLAN DE LAS HERAS M.J. “*La jurisdicción de menores ante la violencia de género* “Titular del Juzgado de Menores nº 2 de Madrid.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA. *“Coeducación y Prevención temprana de la violencia de género”*. 2007.
- PEREIRA, R.” *Adolescentes en el Siglo XXI: Entre importancia, resiliencia y poder”*. Ediciones Morata. Madrid. 2011
- RISO, W *“Los límites del amor. Hasta donde amarte sin renunciar a lo que soy”*. Editorial Océano. Barcelona. 2009
- RUIZ- JARABO Y BLANCO, P. *“La violencia contra las mujeres. Prevención y Detección”*. Madrid. Díez de Santos.

SANMARTÍN, J. *Concepto y tipos de violencia*. En J. Sanmartín, R. Gutiérrez.2010

SEOANE PASCUAL, L. “*Violencia de Pareja hacia las Mujeres en población adolescente y juvenil y sus implicaciones en la salud*”. Servicio de Promoción de la Salud. Documentos Técnicos de Salud Pública. Madrid.

STAMATEAS, B. “Emociones Tóxicas”. B de Bolsillo. Barcelona.2013

STAMATEAS, B. “Gente Tóxica”. B de Bolsillo. Barcelona. 2012

TORRES SAN MIGUEL, L, ANTÓN FERNÑANDEZ, E. “*Lo que usted debe saber sobre violencia de género*”. Obra Social Caja España. 2010

TURBERT, S. “Del sexo al género, los equívocos de un concepto”. Cátedra. Madrid. 2003

UNIVERSIDAD COMPUTENSE DE MADRID Y MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD. “*Porque la igualdad suma y la violencia resta. Podemos hacer algo*”. Guía Informativa de la Comunidad de Madrid.2011.

YANES, J. M., y GONZÁLEZ, R.: “*Correlatos cognitivos asociados a la experiencia de violencia interparental*”vol.12. Psicothema, 2000.

YANES, J. M., y GONZÁLEZ, R.: “*¿De tal palo tal astilla? Violencia marital y responsabilidad de los progenitores*”. Revista de Psicología Social,vol. 16, 2001.

ZUBIZARRETA, I. “*Consecuencias psicológicas del maltrato doméstico en las mujeres y en sus hijos e hijas*”. Vitoria: Servicio de Publicaciones de Emakunde/ Instituto Vasco de la Mujer.2007

11. SITIOS WEB

<http://www.antropokrisis.es/endoculturacionyrelativismocultural.html>

www.boe.es/boe/dias/2007/10/30/pdfs/A44037-44048.pdf

<http://dicc.efaber.net/listar/mostrar/99>

www.es.amnesty.org

http://es.wikipedia.org/wiki/Violencia_dom%C3%A9stica

<http://europa.eu.int/comm/equ-opp/gloss-y-es>

www.google.es

<http://guiaviolenciadegenero.com/index.ph>

<http://www.infomaltrato.com/index.php?pagina=cantabria>
www.menoressoldado.org
www.msf.es
www.mueveteporlaigualdad.org
www.mzc.org.es
www.psicologia-online.com/colaboradores/nacho/emocional.shtml
www.sjrmecuador.org.ec
<http://tiva.es/articulos/inteligenciaemocional.pdf>
http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF
<http://www.unicef.org/spanish/sowc/>
www.20minutos.es/noticia/1981418/0/adolescentes/violencia-de-genero/estudio/#xtor=AD-15&xts=467263

12. ANEXOS

Anexo 1

“Mujer, conoce tus derechos”

Las mujeres para ejercer sus derechos necesitan, en primer lugar, conocerlos. El servicio de información para las mujeres del Instituto de la Mujer, a través de los Centros de Información de los Derechos de la Mujer y del Teléfono de Información 24 Horas, de carácter gratuito, facilita asesoramiento sobre diferentes asuntos: legislación de familia; laboral; ayudas a la creación de empleo; seguridad social; servicios sociales; penal: violencia doméstica y agresiones sexuales; planificación familiar, etc.

Las consultas se pueden realizar acudiendo personalmente a los Centros de Información de los Derechos de la Mujer, o bien, por carta, correo electrónico o llamando al teléfono 900191010.

Puede ser de gran utilidad, por otra parte, acudir a la página web del Instituto de la Mujer, cuya dirección es: www.mtas.es/mujer. A través de dicha página, se puede acceder a información actualizada sobre las actividades que se desarrollan en este Organismo, tales como cursos de formación para el empleo; estadísticas sobre la situación social y laboral de las mujeres; ayudas a mujeres para la creación de su propia empresa, etc.

En el Instituto de la Mujer, también, se pueden presentar denuncias sobre hechos concretos que vulneren el principio de igualdad y de no discriminación por razón de sexo, contenido en el artículo 14 de la Constitución Española de 1978.

Por otro lado, las mujeres pueden dirigirse, igualmente, a los respectivos Organismos de Igualdad de las Comunidades Autónomas y de las Entidades Locales, así como a los centros de información de las diferentes asociaciones de mujeres.

"Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social".

Constitución Española: artículo 14

"Todas las personas tienen derecho a obtener la tutela efectiva de los jueces y tribunales en el ejercicio de sus derechos e intereses legítimos sin que, en ningún caso, pueda producirse indefensión".

Constitución Española: artículo 24.1

"Todos tienen derecho a la vida y a la integridad física y moral, sin que, en ningún caso, puedan ser sometidos a torturas ni a penas o tratos inhumanos o degradantes [...]".

Constitución Española: artículo 15

¿Qué es la violencia de género?

La violencia de género es toda violencia que se ejerce sobre las mujeres, 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, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres.

La violencia de género 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.

Este concepto está establecido en la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.

¿Qué puede hacer una mujer que recibe malos tratos de su marido, pareja u otro miembro de la familia?

La mujer que haya recibido malos tratos físicos o psíquicos debe acudir a un centro médico (centro de salud, hospital o consultorio público o privado), en donde se le realizará un reconocimiento médico completo y, si fuera preciso, se le prestará la asistencia sanitaria correspondiente.

El/la médico/a que la atienda valorará las lesiones y los daños de la agresión, haciéndolos constar en un parte médico, documento esencial para la ulterior actuación judicial.

Posteriormente, podrá denunciar los hechos en una Comisaría de Policía, en la Guardia Civil o ante el Juzgado de Guardia, aportando como prueba el parte médico emitido y todas aquellas pruebas que tenga del acto violento o amenazas, así como de actos violentos anteriores (fotografías, armas, informes psicológicos, denuncias anteriores, aunque las hubiera retirado, sentencias, si las tuviera, etc.).

Asimismo, la mujer puede solicitar ayuda, protección y asesoramiento, a través de los propios servicios del centro sanitario o contactando, de manera urgente, con los servicios sociales correspondientes.

En caso de que la mujer decida denunciar los hechos, la principal medida de protección que puede solicitar es la llamada Orden de protección de las víctimas de la violencia doméstica. Ley 27/2003, de 31 de julio, reguladora de la Orden de protección de las víctimas de la violencia doméstica.

¿Qué es la Orden de protección de las víctimas de la violencia doméstica?

La Orden de protección de las víctimas de la violencia doméstica es una resolución judicial, que el Juzgado ha de dictar, en el plazo máximo de 72 horas desde la presentación de la denuncia, y previa audiencia a la víctima y al agresor.

La Orden recoge las medidas de protección para la mujer víctima de violencia y, en su caso, para sus hijas e hijos, como el alejamiento del agresor, la suspensión de las

comunicaciones entre ellos, o la suspensión del régimen de visitas de las y los menores con el agresor; y las medidas de carácter civil que hayan sido solicitadas, como la guarda y custodia de las y los menores de edad, la pensión de alimentos, el régimen de visitas en su caso, el uso del domicilio familiar y otras medidas sociales.

Las medidas de carácter civil han de solicitarlas la víctima, su representante legal o el Ministerio Fiscal si existen menores.

Con la Orden de protección se activarán las medidas sociales a las que puedan tener derecho las mujeres víctimas de violencia.

¿Cómo se puede y quién puede solicitar la Orden de protección de las víctimas de la violencia doméstica?

La Orden de protección puede solicitarse directamente ante la Autoridad Judicial o el Ministerio Fiscal, o bien puede solicitarse ante las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad, las Oficinas de asistencia a las víctimas, los servicios sociales o instituciones asistenciales dependientes de las Administraciones Públicas.

La Orden de protección la puede solicitar toda víctima, con independencia de que sea española o extranjera, turista, residente o pendiente de regularización. Si se trata de una mujer extranjera sin permiso de residencia, el denunciar los actos de violencia no conlleva su expulsión inmediata de España.

Cuando se solicita ante la Policía Judicial, ésta elaborará el correspondiente atestado que acredite los hechos, imprescindible para que el proceso penal se desarrolle por la vía de los juicios rápidos. Por ello, se recomienda siempre solicitar la Orden de protección en dependencias policiales.

La Orden la pueden pedir la víctima y sus familiares o allegados por relación de afectividad, a través de un formulario único y sencillo. El Ministerio Fiscal puede perseguir de oficio estos casos cuando tenga conocimiento de los hechos.

¿Qué duración tienen las medidas adoptadas en la Orden de protección?

Las medidas de carácter penal, adoptadas en la Orden de protección, tendrán la duración que se establezca en el procedimiento penal que se derive de la denuncia de los hechos.

Las medidas de carácter civil tienen una vigencia temporal de 30 días. Si, en este plazo, las mujeres, que decidan separarse o divorciarse del compañero o cónyuge, inician el procedimiento de separación o divorcio ante el Juzgado competente, las medidas de carácter civil se prorrogarán otros 30 días a partir de la presentación de la demanda.

¿Puede una mujer denunciar los malos tratos si no tiene lesiones?

Sí. El Código Penal establece que será castigado el que golpear o maltratare de obra a otra persona sin causarle lesión. Igualmente serán castigados los que causen una amenaza, coacción, injuria o vejación injusta de carácter leve a otra persona.

En general, tanto la violencia física como la violencia psicológica, habitual o no habitual, son actos castigados en la legislación penal, con independencia de las lesiones que puedan causar.

¿Qué derechos se establecen para las víctimas en la nueva Ley de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género?

Para procurar una asistencia integral a las víctimas de violencia de género, la nueva Ley regula, expresamente, una serie de derechos, así como su garantía.

Por un lado, la Ley reconoce el derecho de la víctima a recibir la información y asesoramiento adecuado a su situación personal; a la asistencia social integral, a través de los correspondientes servicios sociales; y a la asistencia jurídica gratuita en caso de insuficiencia de recursos.

Por otro lado, se reconocen derechos en materia laboral, como la reducción de jornada o reordenación del tiempo de trabajo, la movilidad geográfica, el cambio de centro de trabajo, la suspensión de la relación laboral con reserva del puesto y la extinción del contrato de trabajo; y derechos en materia de Seguridad Social, como es que el tiempo de suspensión del contrato de trabajo se considerará como período de cotización efectiva a efectos de las prestaciones de Seguridad Social y de desempleo. Se establecen, en iguales términos, los derechos de las funcionarias públicas.

La Ley regula, asimismo, las ayudas sociales y económicas que pueden solicitar las víctimas, que serán colectivo prioritario a la hora de acceder a viviendas protegidas y a residencias públicas para mayores.

¿Qué puede hacer una mujer víctima de violencia que carece de recursos para pagar el procedimiento judicial?

La Ley garantiza el derecho a la asistencia jurídica gratuita a las mujeres víctimas de violencia de género que acrediten insuficiencia de recursos para litigar, en los términos previstos en la Ley de Asistencia Jurídica Gratuita, para todos los procesos y procedimientos administrativos que tengan causa directa o indirecta en la violencia padecida.

Se garantiza a las mujeres víctimas de violencia una misma dirección letrada, que asumirá su defensa en todos los procesos.

¿Existen Juzgados especializados en materia violencia de género?

Sí, para una mejor tutela judicial, se han creado los nuevos Juzgados de Violencia sobre la Mujer como órganos judiciales especializados dentro de la jurisdicción penal, pero que tienen, también, competencias civiles, en determinados asuntos relacionados con la víctima (conocerían, por ejemplo, del proceso de separación o divorcio y que adoptarán las necesarias medidas de protección y de seguridad de la víctima, a quién se le garantiza y protege su intimidad).

Así, en todos los procesos relacionados con la violencia de género, el/la Juez/a deberá analizar la situación de riesgo de la víctima y, en base a ello, adoptará la correspondiente medida de protección, debiendo dictar una resolución expresa sobre su procedencia.

Entre otras medidas, el/la Juez/a podrá acordar la salida del inculcado del domicilio familiar, el alejamiento de la víctima, la suspensión de las comunicaciones entre ellos, o la suspensión de la patria potestad, custodia o régimen de visitas para el inculcado.

¿Qué debe hacer una mujer en caso de violación?

Debe acudir inmediatamente, sin lavarse ni cambiarse de ropa, al servicio de ginecología de un centro médico, en donde se le realizará un examen médico y se le dará tratamiento inmediato para las posibles lesiones físicas.

El informe médico, junto con la ropa, constituyen un importante medio de prueba una vez que la denuncia por violación está en los Tribunales.

Asimismo, se deben denunciar los hechos en la Comisaría de Policía, en la Guardia Civil o Juzgado de Guardia correspondiente, aportando todos los datos posibles sobre el agresor. Cuando la víctima sea menor de edad o una persona incapacitada, será necesaria la actuación del Ministerio Fiscal.

¿Existe violación si el que fuerza el acto es el cónyuge o la pareja?

Sí. Existe agresión sexual siempre que se atente contra la libertad sexual de otra persona, con violencia o intimidación, independientemente de que el agresor sea el cónyuge o pareja de la víctima.

¿Qué se puede hacer en caso de tener problemas al realizar la denuncia?

Para denunciar un caso de violencia doméstica o agresión sexual se puede acudir a la Comisaría de Policía, la Guardia Civil o el Juzgado de Guardia. En caso de tener algún

problema al realizar la denuncia y si la agredida es mujer, puede dirigirse al Instituto de la Mujer, a un Centro de Información de los Derechos de la Mujer, o al Organismo de Igualdad de la Comunidad Autónoma correspondiente.

Anexo 2

Resumen de la Ley Orgánica 1/2004

LEY PARA LA PROTECCIÓN INTEGRAL CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

ASPECTOS GENERALES:

La Ley pretende atender a las recomendaciones de los organismos internacionales en el sentido de proporcionar una respuesta global a la violencia que se ejerce sobre las mujeres.

El ámbito de la Ley abarca tanto los aspectos preventivos, educativos, sociales, asistenciales y de atención posterior a las víctimas, como la normativa civil que incide en el ámbito familiar o de convivencia donde principalmente se producen las agresiones, así como el principio de subsidiariedad en las Administrativas Públicas. Igualmente se aborda con decisión la respuesta punitiva que deben recibir todas las manifestaciones de violencia que esta Ley regula.

La Ley establece medidas de sensibilización e intervención en el ámbito educativo. Se refuerza, con referencia concreta el ámbito de la publicidad, una imagen que respete la igualdad y la dignidad de las mujeres. Se apoya a las víctimas a través del reconocimiento de derechos como el de la información, la asistencia jurídica gratuita y otros de protección social y apoyo económico. Proporciona por tanto, una respuesta legal integral que abarca tanto las normas procesales, creando nuevas instancias, como normas sustantivas, penales y civiles, incluyendo la debida formación de los operadores sanitarios, policiales y jurídicos responsables de la obtención de pruebas y de la aplicación de la ley.

Las situaciones de violencia sobre la mujer afectan también a los menores que se encuentran dentro de su entorno familiar, víctimas directas o indirectas de esta violencia. La Ley contempla también su protección no sólo para la tutela de los derechos de los menores, sino para garantizar de forma efectiva las medidas de protección adoptadas respecto de la mujer.

NOVEDADES DE LA LEY PARA LA PROTECCIÓN CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO:

Se establecen medidas de sensibilización, prevención y detección e intervención en diferentes ámbitos:

Educación: Se especifican las obligaciones del sistema para la transmisión de valores de respeto a la dignidad de las mujeres y a la igualdad entre hombres y mujeres. En la Educación Secundaria se incorpora la educación sobre la igualdad entre hombres y mujeres y contra la violencia de género como contenido curricular, incorporando en todos los Consejos Escolares un nuevo miembro que impulse medidas educativas a favor de la igualdad y contra la violencia sobre la mujer.

Publicidad: En este campo habrá que respetar la dignidad de las mujeres y su derecho a una imagen no estereotipada, ni discriminatoria, tanto si se exhibe en los medios de comunicación públicos como en los privados.

Ámbito sanitario: Se contemplan actuaciones de detección precoz y apoyo asistencial a las víctimas, así como la aplicación de protocolos sanitarios ante las agresiones derivadas de la violencia objeto de esta Ley, que se remitirán a los Tribunales correspondientes con objeto de agilizar el procedimiento judicial. Asimismo, se crea, una Comisión, encargada de apoyar técnicamente, coordinar y evaluar las medidas sanitarias establecidas en la Ley.

Tutela Institucional: Creación e la Delegación Especial del Gobierno contra la Violencia sobre la Mujer y el Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer , adscritos al Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, para coordinar, asesorar, evaluar todas aquellas acciones en materia de violencia de género.

Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado: Se establecerán unidades especializadas en la prevención de la violencia de género y en el control de la ejecución de las medidas judiciales adoptadas.

Planes de Colaboración: Los poderes públicos elaborarán planes de colaboración que garanticen la ordenación de sus actuaciones en la prevención, asistencia y persecución de los actos de violencia de género, que deberán implicar a las administraciones sanitarias, la Administración de Justicia, Las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad, los servicios sociales y organismos de igualdad.

Tutela Plan: La Ley introduce normas de naturaleza penal, mediante las que se pretende incluir, dentro de los tipos agravados de lesiones, uno específico que incremente la sanción penal cuando la lesión se produzca contra quien sea o haya sido la esposa del autor, o mujer que esté o haya estado ligada a él por una análoga relación de afectividad, aún sin convivencia. También se castigarán como delito las coacciones leves y las amenazas leves de cualquier clase cometidas contra las mujeres mencionadas con anterioridad.

Tutela Judicial: Su objetivo es garantizar un tratamiento adecuado y eficaz de la situación familiar y social de las víctimas de violencia de género en las relaciones intrafamiliares.

Se crean los **Juzgados de Violencia sobre la Mujer**, estos Juzgados conocerán la instrucción, y en su caso, el fallo de las causas penales en materia de violencia sobre la mujer, así como de aquellas causas civiles que estén relacionadas.

Se crea la figura del **Fiscal contra la Violencia sobre la Mujer**, encargado de la supervisión y coordinación el Ministerio Fiscal en este aspecto. Los Fiscales intervendrán en los procedimientos penales sobre delitos o faltas cuya competencia esté atribuida a los Juzgados de Violencia sobre la Mujer, además de intervenir en los procesos civiles de nulidad, separación o divorcio, o que versen sobre guarda y custodia de los hijos menores en los que se aleguen malos tratos al cónyuge o a los hijos.

DERECHO DE LAS MUJERES VÍCTIMAS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO:

- Derecho de acceso a la información y a la asistencia social integrada
- Se reconoce el derecho a la asistencia jurídica gratuita, para aquellas víctimas con recursos insuficientes.
- Medidas de protección en el ámbito social para posibilitar la movilidad geográfica, la suspensión con reserva del puesto de trabajo y la extinción del contrato.
- Se regulan, igualmente, medidas de apoyo económico para que las víctimas de la violencia de género generen derecho a la situación legal de desempleo cuando resuelvan o suspendan voluntariamente su contrato de trabajo.
- Las ausencias o faltas de puntualidad al trabajo motivadas por la situación física o psicológica derivada de la violencia de género se considerarán justificadas, cuando así lo determinen los servicios sociales de atención o servicios de salud.

- Las trabajadoras por cuenta propia víctimas de violencia de género que cesen en su actividad para hacer efectiva su protección o su derecho a la asistencia social integral, se les suspenderá la obligación de cotización durante un período de seis meses, que les serán considerados como de cotización efectiva a efectos de las prestaciones de Seguridad Social. Asimismo, su situación será considerada como asimilada al alta.
- Cuando las víctimas de violencia de género careciesen de rentas superiores, en cómputo mensual, al 75% del salario mínimo, interprofesional, excluida la parte proporcional de dos pagas extraordinarias, recibirán una ayuda de pago único, siempre que se presuma que debido a su edad, falta de preparación general o especializada y circunstancias sociales, la víctima tendrá especiales dificultades para obtener un empleo.
- Las mujeres víctimas de violencia de género serán consideradas colectivos prioritarios en el acceso a viviendas protegidas y residencias públicas para mayores, en los términos que determine la legislación aplicable.

Anexo 3

“Recursos en Cantabria ante la Violencia de Género”

Servicio telefónico de atención e información 24 horas: **016**: Asesoramiento jurídico: confidencial y gratuito ofrece la posibilidad de realizar consultas y recibir información sobre los derechos que te asisten.

Direcciones de los Centros de información a la Mujer en Cantabria Dirección General de la Mujer

Consejería de Empleo y Bienestar Social

C/ Castilla, 2 - 1º Izda.

39002 Santander

Tel.: 942 – 22 14 33

Centro de Atención e Información a Mujeres. Torrelavega. Dirección General de la Mujer.

Avda. de la Constitución nº 14, bajo

39300 Torrelavega

Tel.: 942 - 80 32 08

E-mail: espaciomujerestorrelavega@unidaddeigualdad.es

Espacio Mujeres Camargo. Centro de Atención e Información a Mujeres.

Dirección General de la Mujer.

Santa Ana, 2 - Bajo

Maliaño

Tel.: 942 25 11 41

E-mail: espaciomujerescamargo@unidaddeigualdad.es

Centro de Información a la Mujer. Área de Igualdad de Castro Urdiales

Edificio Eladio Laredo (Edificio Royal)

C/ Jardines 3, 2º

Castro Urdiales

Tel.: 6942 859 094

E-mail: centromujer@castro-urdiales.es

Centro de Información y Asistencia a la Mujer. Ayuntamiento de Santander

C/ General Dávila 124

39007 Santander

Tel.: 942 20 08 33

E-mail: concejalia.mujer@ayto-santander.es

Centro de Información a la Mujer. Área de Igualdad.

Carretera Guamizo-Villacarriedo s/n.

39694 Santa María de Cayón

Tel.: 942 – 51 78 45

Centro de Información a la Mujer. Área de Igualdad.

C/ Ceballos nº 12

39340 Suances

Tel.: 942 – 81 15 56

E-mail: oficinadelamujer@aytosuances.com

Centro de Asistencia y Atención a Víctimas de Violencia de Género del Gobierno de Cantabria

c/ Rualasal 22 ,1º

Santander

Tlf.:942 21 41 41

Centros Municipales de Asistencia y Atención a Víctimas de Violencia de Género de Cantabria

Centro de Información y Asistencia de la Mujer C.I.A.M. del Ayuntamiento de Santander

C/ General Dávila, nº 124

39007 Santander

Tel.: 942 – 20 08 33

Centro de Información a la Mujer. Área de Igualdad.

Edificio Cruz Roja

C/ Barrera nº 2-3º

39700 Castro Urdiales

Tel.: 942 - 86 99 83

Servicio integral de Atención y Acogida a víctimas de violencia de género.

Si te ves en la necesidad de salir de tu hogar la Dirección General de la Mujer te ofrece protección y apoyo. Existen varios centros distribuidos por toda la provincia de Cantabria y se puede acudir a cualquier hora del día. Según el tipo de urgencia que tengas hay tres tipos distintos de centros: Centros de emergencia, Casas de Acogida o Pisos Tutelados. La manera de llegar a ellos es a través de los Centros de Información de la Mujer y la línea **016**. Pero cualquier institución que trabaje de manera directa o indirecta con mujeres víctimas de violencia de género puede ayudarte a conseguirlo.

Centros de emergencia, casas de acogida y pisos tutelados en Cantabria

Dirección General de la Mujer

C/ Castilla, 2-1º Izda

39002 Santander

Tel.: 942 - 22 14 33 / 27 39

Otros recursos disponibles

La Secretaría de Estado de Seguridad, dependiente del Ministerio del Interior, ha creado los Servicios de Atención a la Familia (S.A.F.), las Unidades de Prevención, Asistencia y Protección (UPAP) en el ámbito de la Policía Nacional y los Equipos de Mujer y Menor (Emumes) en la Guardia Civil. Con estos tres servicios se intenta proteger tus derechos como mujer víctima de violencia de género desde el mismo momento en que presentas la denuncia contra tu maltratador. Lo que se pretende es proporcionarte una asistencia integral, personalizada y especializada.

Santander

Servicio de Atención a la Familia (SAF)

Jefatura Superior de Policía

C/ López Dóriga, 4

39071 Santander

Tel.: 942 – 36 10 80

Equipo Mujer Menor (EMUME)

Unidad Orgánica de Policía Judicial

Comandancia de la Guardia Civil

C/ Campogiro, 90

39011 Santander

Tel.: 942 - 321400 ext. 2320

Unidad de Prevención, Asistencia y Protección (UPAP)

Santander

Policía Nacional

Tel.: 942 - 36 10 38 / 46

Email: santander.upap@policia.es