

# ¿y si yo...

TEST PARA

FRENAR

DETECTAR

PREVENIR

frenar

detectar

prevenir

EL SEMÁFORO DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

## ¿y si yo... test...

## la violencia de género...

### cualquier mujer puede sufrir malos tratos

... pues no tienen nada que ver con la edad, la raza, la religión, el estatus social y/o económico ni la capacitación profesional.

### ... el único factor de riesgo es ser mujer

Los modelos de género, es decir, la masculinidad y la feminidad —cómo deben ser y comportarse los hombres y las mujeres—, a pesar de los avances en igualdad, siguen vigentes en nuestra sociedad y en nuestros entornos más cercanos, aunque a veces parezcan difuminados.

Es la persistencia de esos modelos la que nos puede impedir **identificar como conductas generadoras o constitutivas de malos tratos ciertas prácticas que consideramos “normales” en las relaciones entre mujeres y hombres.** Por eso es tan difícil para las mujeres detectar cuándo están siendo víctimas de violencia de género o están en riesgo de serlo.

Pero también puede ser difícil para los hombres reconocer que pueden estar ejerciendo este tipo de violencia.

La violencia contra la mujer por motivos de género es “la violencia dirigida contra la mujer porque es mujer o que la afecta en forma desproporcionada. Incluye actos que infligen...”

... **daños o sufrimientos de índole física, mental o sexual, amenazas de cometerlos, coacción y otras formas de privación de libertad”** (ONU)

Esta violencia **constituye una manifestación de relaciones de poder históricamente desiguales entre hombres y mujeres** que han conducido a la dominación de la mujer y a la discriminación en su contra por parte del hombre e impedido su avance pleno en todos los ámbitos. Por eso la violencia de género **es universal.** No hay ninguna región del mundo, ningún país y ninguna cultura en que se haya logrado que las mujeres estén libres de violencia. Las manifestaciones de la violencia de género pueden ser muchas (trata de mujeres, agresiones sexuales, mutilación genital...) y pueden tener lugar en escenarios muy variados: en la familia, en la sociedad, en el Estado...

La forma más común de violencia experimentada por las mujeres en todo el mundo es **la violencia dentro de la pareja.** Esta violencia comprende toda una gama de actos sexual, psicológica y físicamente coercitivos practicados contra mujeres adultas y adolescentes por una pareja actual o anterior, sin el consentimiento de la mujer.

INFORME DEL SECRETARIO GENERAL DE LA ONU ANTE LA ASAMBLEA GENERAL SOBRE “ESTUDIO A FONDO SOBRE TODAS LAS FORMAS DE VIOLENCIA CONTRA LA MUJER”. JULIO DE 2006

## para ella: TU CHICO...

NO <sup>A</sup>VECES SÍ

1. ¿**Critica** tu forma de vestir, de arreglarte y trata de convencerte **para que cambies** tu aspecto? .....
2. ¿**Te impide** ir donde quieras, cuando quieras y con quien quieras? .....
3. ¿**Intenta que te alejes** de tu familia o de tus amistades o las critica y descalifica? .....
4. ¿**Te hace sentir inferior**, tonta o inútil o se burla de tus creencias? .....
5. ¿**Te insulta** o se dirige a ti con nombres ofensivos? .....
6. ¿**Te ignora**, muestra indiferencia o **te castiga** con el silencio? .....
7. ¿**Se pone celoso** y te acusa de mantener relaciones con otras personas? .....
8. ¿**Se muestra muy sobreprotector** contigo? .....
9. ¿**Te llama o manda mensajes constantemente** al móvil para saber qué haces, dónde estás y con quién? .....
10. ¿**Te obliga a mantener relaciones sexuales** o muestra insistencia hasta que cedas para que se calle o porque te exige una “prueba de amor” y tienes miedo de perderle? .....



## para él: A TU CHICA...

NO <sup>A</sup>VECES SÍ

1. ¿**Crees que le gusta ir provocando** porque se pone una ropa que ella ha elegido o se arregla como quiere? .....
2. ¿**Le impides que decida** cuándo, dónde y con quién ir porque piensas que si te quiere a ti no debe salir con nadie más? .....
3. ¿**Te molesta que mantenga buenas y sólidas relaciones** con su familia y sus amistades? .....
4. ¿**Te burlas** de lo que piensa, de lo que hace y/o de su trabajo? .....
5. ¿**La insultas** o te diriges a ella con nombres ofensivos? .....
6. ¿**La ignoras**, te muestras indiferente o la castigas con el silencio cuando quieres demostrarle tu enfado? .....
7. ¿**Te pones celoso** y la acusas de mantener relaciones con otras personas? .....
8. ¿**Crees que debes protegerla siempre** de todo y de todos porque piensas que ella sola no va a saber o no podrá hacerlo? .....
9. ¿**La llamas o le mandas mensajes constantemente** al móvil para saber qué hace, dónde y con quién está? .....
10. Si ella no quiere mantener relaciones sexuales, ¿**le sigues insistiendo** porque piensas que el “no” puede ser un “quizás” o **le amenazas** con romper la relación porque no te “demuestra su amor”? .....



© CEM 2011

Si el semáforo de tu test se ha puesto en **rojo** en alguna pregunta... ¡peligro!, puedes encontrar ayuda y consejo en el

**016** • **900 116 016** •  
PERSONAS DISCAPACIDAD AUDITIVA

**cem**  
**ced**

Centro de Estudios sobre la Mujer  
Centre d'Estudis sobre la Dona

**Universitat d'Alacant**  
Universidad de Alicante

# i si jo...?

TEST PER A

## frenar

FRENAR

## detectar

DETECTAR

## previndre

PREVINDRE

### per a ella: EL TEU XIC...

NO VEGADES SÍ

1. **Critica** la teua forma de vestir, d'arreglar-te i tracta de convèncer-te perquè **canvies** el teu aspecte? .....
2. **T'impedeix** anar on vulgues, quan vulgues i amb qui vulgues? .....
3. **Intenta que t'allunyes** de la teua família o de les teues amistats o les critica i desqualifica? .....
4. **Et fa sentir inferior**, panoli o inútil o es burla de les teues creences? .....
5. **T'insulta** o es dirigeix a tu amb noms ofensius? .....
6. **T'ignora**, mostra indiferència o et castiga amb el silenci? .....
7. **Es posa gelós** i t'acusa de mantindre relacions amb altres persones? .....
8. **Es mostra molt sobreprotector** amb tu? .....
9. **Et telefona o t'envia missatges constantment** al mòbil per a saber què fas, on estàs i amb qui? .....
10. **T'obliga a mantindre relacions sexuals** o mostra insistència fins que cedeixes perquè calle o perquè t'exigeix una "prova d'amor" i tens por de perdre'l? .....



### per a ell: A LA TEUA XICA...

NO VEGADES SÍ

1. **Creus que li agrada anar provocant** perquè es posa una roba que ella ha triat o s'arregla com vol? .....
2. **Li impedeixes que decidisca** quan, on i amb qui anar perquè penses que si et vol a tu no ha d'eixir amb ningú més? .....
3. **Et molesta que mantinga bones i sòlides relacions** amb la seua família i les seues amistats? .....
4. **Et burles** del que pensa, d'allò que fa i/o del seu treball? .....
5. **La insultes** o et dirigeixes a ella amb noms ofensius? .....
6. **La ignores**, et mostres indiferent o la castigues amb el silenci quan vols demostrar-li el teu enuig? .....
7. **Et poses gelós** i l'acuses de mantindre relacions amb altres persones? .....
8. **Creus que has de protegir-la sempre** de tot i de tots perquè penses que ella sola no sabrà o no podrà fer-ho? .....
9. **Li telefones o li envies missatges constantment** al mòbil per a saber què fa, on i amb qui està? .....
10. Si ella no vol mantindre relacions sexuals, **segueixes insistint** perquè penses que el "no" pot ser un "potser" o **l'amenaçes** de trencar la relació perquè no et "demostra el seu amor"? .....



© CEM 2011

Si el semàfor del teu test s'ha posat en **roig** en alguna pregunta... perill!, pots trobar ajuda y consell en el

**016**

**900 116 016**  
PERSONES DISCAPACITAT AUDITIVA

**cem**  
**ced**

Centro de Estudios sobre la Mujer  
Centre d'Estudis sobre la Dona

**Universitat d'Alacant**  
**Universidad de Alicante**

EL SEMÀFOR DE LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

# i si jo...? test... la violència de gènere ...

**qualsevol dona pot patir maltractaments**...

perquè no tenen res a veure amb l'edat, la raça, la religió, l'estatus social i/o econòmic, ni la capacitat professional.

**l'únic factor de risc és ser dona**

Els models de gènere, és a dir, la masculinitat i la feminitat —com han de ser i comportar-se els homes i les dones—, a pesar dels avanços en igualtat, segueixen vigents en la nostra societat i en els nostres entorns més pròxims, encara que a vegades pareguen difuminats.

És la persistència d'aqueixos models la que ens pot impedir **identificar com a conductes generadores o constitutives de maltractaments certes pràctiques que considerem "normals" en les relacions entre dones i homes**. Per això és tan difícil per a les dones detectar quan estan sent víctimes de violència de gènere o estan en risc de ser-ho.

Però també pot ser difícil per als homes reconèixer que poden estar exercint aquest tipus de violència.

La violència contra la dona per motius de gènere és "la violència dirigida contra la dona perquè és dona o que l'afecta en forma desproporcionada. Inclou actes que infligeixen..."

**danys o patiments d'índole física, mental o sexual, amenaces de cometre'ls, coacció i altres formes de privació de llibertat"** (ONU)

Aquesta violència **constitueix una manifestació de relacions de poder històricament desiguals entre homes i dones**, que han conduït a la dominació de la dona i a la discriminació en contra seu per part de l'home i impedit el seu avanç ple en tots els àmbits. Per això la violència de gènere **és universal**. No hi ha cap regió del món, cap país i cap cultura en què s'haja aconseguit que les dones estiguen lliures de violència. Les manifestacions de la violència de gènere poden ser moltes (tracta de dones, agressions sexuals, mutilació genital...) i poden tindre lloc en escenaris molt variats: en la família, en la societat, en l'Estat...

La forma més comuna de violència experimentada per les dones en tot el món **és la violència dins de la parella**. Aquesta violència comprén tota una gamma d'actes sexual, psicològica i físicament coercitius practicats contra dones adultes i adolescents per una parella actual o anterior, sense el consentiment de la dona.

INFORME DEL SECRETARI GENERAL DE L'ONU DAVANT DE L'ASSEMBLEA GENERAL SOBRE "ESTUDIO A FONDO SOBRE TODAS LAS FORMAS DE VIOLENCIA CONTRA LA MUJER". JULIOL DEL 2006