

VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

LO SOMBRÍO DE UNA RELACIÓN



En una relación a veces. ...

Una persona puede dominar y controlar a la otra con amenazas, golpes, intimidándola o separándola de amigos y familiares.

Puede maltratarla de diferentes formas, desde lo físico, sexual o hasta lastimarla mentalmente.



LA VIOLENCIA EN NÚMEROS



3 de cada 10 adolescentes denuncian que sufren violencia en el noviazgo. No es el número real porque no se atreven a hablarlo.

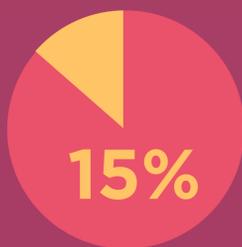
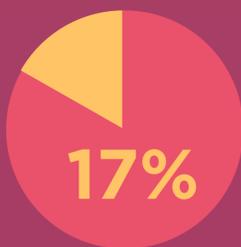
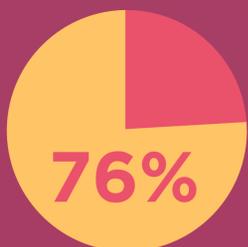
Adolescentes entre **15 y 17 años** han sufrido

VIOLENCIA

psicológica

sexual

física



957

Agresores por violencia familiar y lesiones vinculados en 2021.

De acuerdo a datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) Encuesta Nacional sobre Violencia en el Noviazgo 2021 (ENVIN). Declaratoria de alerta por violencia contra las mujeres de la Fiscalía General de justicia.



Solemos justificar la violencia como una forma de amor y cuidado.

Afecta a personas de cualquier edad, sexo, raza, religión, estatus socio-económico y origen étnico.

El amor implica valorar y respetar a la otra persona sin imponer formas de actuar, vestir o pensar.

La violencia en el noviazgo ocurre en los vecindarios más pobres y en las mansiones más lujosas.

JUVENTUD
PLENA



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



INSTITUTO DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

RED FLAGS DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO



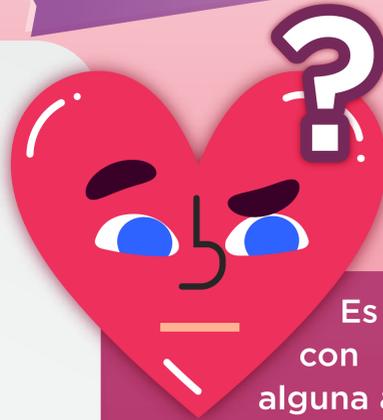
Alerta

Comportamientos sospechosos.

- Tu pareja es una persona celosa
- Ya no pasas tiempo con tus amigos o familia para estar más con tu pareja
- Tu pareja te exige que envíes tu ubicación constantemente
- Dejas de hacer actividades que te gustan para no tener peleas
- No respondes llamadas o mensajes para no tener problemas con tu pareja
- No aceptas invitaciones para salir con amigos para hacer trabajos de la escuela en casa de alguien, si tu pareja no está presente

Tienes el derecho a vivir una vida libre de cualquier tipo de violencia.

La violencia es contraria a la libertad.



¿Qué hacer si estás viviendo violencia?

Es importante que lo comentes con familiares cercanos a ti o alguna amistad de tu confianza. Contacta al psicólogo o psicóloga de tu plantel, podrán darte apoyo y orientación para que puedas salir de esto.

¿Qué hacer si ves que alguien está viviendo violencia?

- Brindar apoyo en escucha y acompañamiento, ya sea de familiares o bien de amistades cercanas.
- Hacerle saber que existen especialistas que pueden apoyar para recibir orientación, como las y los psicólogos de tu plantel.
- Compartir esta información y sepa a dónde acudir para recibir apoyo.

NO es:

- × Natural
- × Un instinto
- × NORMAL

La violencia

SI es:

- ✓ Una conducta aprendida
- ✓ Una forma de vulnerar los derechos humanos

¡No estás sola!

¡No estás solo!

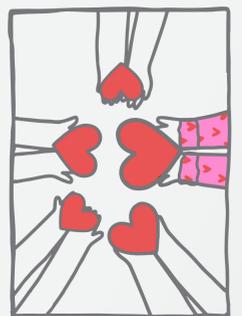
JUVENTUD PLENA

Recuerda que tienes derecho a:

Tener las amistades que desees y hablar con quien tú quieras.

Realizar las actividades que te gusten y deseen cualquiera que sean.

Comunicarte con familiares, amigas y amigos.



Puedes vestirte como quieras sin tener la aprobación de nadie.



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



INSTITUTO DE EDUCACIÓN
MEDIA SUPERIOR

TIPOS DE VIOLENCIA

LO SOMBRÍO DE UNA RELACIÓN



Es un *camino* sin retorno, que comienza con algo tan simple como un comentario hiriente, que puede terminar en la *muerte*.



La violencia tiene muchas caras.



No es necesario llegar a los golpes para sufrirla

VIOLENCIA EMOCIONAL



Minimiza la autoestima de una persona criticándola constantemente, haciéndola dudar de sus capacidades o de su apariencia. También puede humillarla usando sobrenombres hirientes.

VIOLENCIA PSICOLÓGICA



Juega con la mente de la víctima (gaslighting) haciéndole dudar de su realidad, la intimida, la amenaza con hacerse daño o hacerle daño, impide que mantenga relación con sus amigos más cercanos y familia, prohíbe que realice actividades como asistir a la escuela o el trabajo.



VIOLENCIA CULTURAL O DE IDENTIDAD



Amenaza con revelar información personal como puede ser la orientación sexual, la identidad de género, su participación en prácticas sexuales mal vistas por la sociedad, estatus de salud o cualquier otra información confidencial propia o de su círculo social. Usa su raza, clase, edad, estatus de inmigración, religión, habilidades, idioma y/o etnia, para hacerle daño de cualquier forma.

VIOLENCIA FÍSICA



Agrede físicamente a la víctima con pellizcos, empujones, bofetadas, golpes, mordidas, tirones de cabello, en ocasiones disfrazándolo como un "juego". Otras formas de maltrato físico son negar cuidados médicos y obligar a consumir alcohol y /o drogas.

VIOLENCIA ECONÓMICA



Convince a su pareja de ser financieramente dependiente haciendo que deje de lado las actividades que puedan generar un ingreso, mantiene el control total de los recursos financieros, dejando a la víctima sin acceso al dinero. Le da regalos que son un apoyo extra a su situación económica condicionando a no terminar la relación.

VIOLENCIA REPRODUCTIVA



Esconde o destruye sus anticonceptivos, exigiéndole tener relaciones sexuales sin protección, mentir sobre sus prácticas sexuales y prohibiéndole u obligándole a tener un aborto. No permite control de natalidad de su pareja.

VIOLENCIA SEXUAL



Obliga a alguien a tener actos sexuales con chantaje emocional o amenazas (violación). Sexo forzado después de golpes físicos a su pareja, agresiones sobre partes sexuales del cuerpo, degrada sexualmente, obliga a la víctima a que realice actos sexuales con otras personas y obliga a la víctima a posar para fotos explícitas sexualmente en contra de su voluntad.

Un *grito*, puede ser el comienzo de la película de *terror*.



JUVENTUD
PLENA



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



INSTITUTO DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

CARACTERÍSTICAS

de las PERSONAS QUE...



EJERCEN VIOLENCIA

- Controla todo lo que la otra persona hace, exige explicaciones por todo y pretende conocer hasta sus pensamientos, no quiere que tenga “secretos”.
- De manera permanente vigila, critica o pretende que la otra persona cambie su manera de vestir, peinarse, maquillarse, hablar o comportarse.
- Quiere saber con lujo de detalles a dónde va la pareja, dónde estuvo, con quiénes se encontró o a quienes va a ver, los horarios y el tiempo que permaneció en cada lugar.
- Deja plantada a su pareja en salidas o reuniones sin explicar ni aclarar los motivos de su reacción.
- No expresa ni habla acerca de lo que piensa o desea, pero pretende que su pareja adivine todo lo que le sucede sin tener necesidad de comunicar nada.
- Culpa a la pareja de todo lo que sucede.
- Amenaza a su pareja con abandonarla si no hace todo lo que desea.
- Muestra un carácter caprichoso, cambiante y contradictorio. Dice que no se va a dejar dominar.
- Es una persona seductora y simpática con todos, pero se comporta de forma diferente con su pareja.
- Promete cambios y mejoras en sus defectos o en sus adicciones. Nunca cumple, pero siempre renueva sus promesas.
- Para obligar a su pareja a mantener relaciones sexuales, pone en práctica todas sus artimañas, amenaza con buscar a otras personas para acostarse con ellas.



SUFREN VIOLENCIA

- La mayoría de las veces fue una persona maltratada por su madre y padre, ya sea con abusos físicos, psicológicos o sexuales, o siendo testigo de ellos.
- Aprendió a someterse a la voluntad de otra persona, generalmente por una figura paterna autoritaria y castigadora por ello adopta un rol pasivo de sumisión y sometimiento en sus relaciones.
- Tiene baja autoestima y se desvaloriza como persona, lo cual conduce a una vida de sumisión y obediencia.
- Tiene un concepto del amor, que la lleva al sacrificio y a la dependencia absoluta de su pareja. Está dispuesta a sacrificarlo todo por el otro.
- Necesita aprobación de su pareja, no tiene autonomía.
- Debido a su desvalorización y baja autoestima, tiene una visión irreal de su situación y no recibe como tal la humillación a la que está siendo sometida.
- Se siente incapaz, incompetente y carece de poder real para solucionar el problema (impotencia).
- Cuenta con un apoyo social escaso debido al aislamiento social que le impone la persona agresora.
- Presenta problemas de salud recurrentes: dolores de cabeza, dolores de espalda y articulaciones, trastornos del sueño, agotamiento, trastornos alimentarios severos, ansiedad, estrés, angustia y depresión.
- Tiene sentimientos de culpa, tristeza, lástima, vergüenza, falta de iniciativa, temor generalizado, arrepentimiento de no abandonar a la persona que la maltrata.

AMOR
CELOS
GOLPE
DIAR

JUVENTUD
PLENA

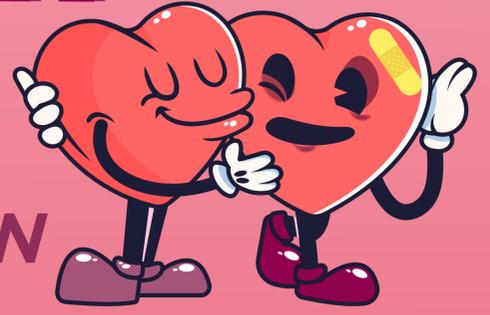


GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



INSTITUTO DE EDUCACIÓN
MEDIA SUPERIOR

MITOS DEL AMOR ROMÁNTICO



LO SOMBRÍO DE UNA RELACIÓN



Es un ideal que promueve y normaliza las relaciones de desigualdad, refuerza el papel sumiso de las mujeres y el papel dominante de los hombres, aunque en ocasiones el rol puede invertirse.

Existen varios mitos sobre el amor romántico, entre los cuales están:

JUVENTUD
PLENA

EMPAREJAMIENTO

Tiene como lema soportar todo a cambio de no estar sola/o:

- El mejor modo de relación es aquel en que se pierde la propia libertad y se renuncia a todo con tal de asegurar la armonía con la pareja.
- Encontrar pareja es el objetivo de la vida.

¡Pégame pero no me dejes!



Nos hacen creer que estamos incompletos y que para estar completos necesitamos una pareja.

En alguna parte hay alguien destinado para cada persona: "todos tenemos una media naranja".

¡Tu mi complemento, mi media naranja!



CELOS

"Es una señal de amor", que implica control sobre la otra persona.

Los celos NO son amor. Eso de "si te celan es porque te aman" no es real.

Los celos son signo de inseguridad y dependencia, así que pueden deteriorar las relaciones interpersonales.

¿Quién es Juan Mecánico?



OMNIPOTENCIA

"El amor lo puede todo".

No hay obstáculos para el amor verdadero.

Es suficiente con el amor para solucionar todos los problemas y para justificar todas las conductas.

¡El amor es ciego!



SI EL AMOR

TE APRIETA

ES QUE NO ES DE TU TALLA

Eso de cambiar por amor solamente pasa en las películas y en los novelones.



La creencia en que el amor romántico y pasional de los primeros meses de una relación puede y debe perdurar tras años de convivencia.

El "amor" (sentimiento) y el "enamoramamiento" (estado más o menos duradero) no son equivalentes: "la pasión debe durar toda la vida" idealiza el primer amor.

¡Juntos hasta el fin del mundo!



Spoiler Alert



EL AMOR ROMÁNTICO ES MUY DISTINTO AL ROMANTICISMO.
¡LA IDEA DEL AMOR ROMÁNTICO ES UNA ILUSIÓN!



AMOR
CELOS
GOLPE
DIAR



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



INSTITUTO DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

¡CUIDADO!

JUVENTUD
PLENA

Esto es
victimismo

Esto es manipulación
y aislamiento

AMOR
CELOS
GOLPE
DIAR

Esto es control

Esto es acoso

Amorcito
En línea

¿En dónde estás? ¿Porqué nunca me avisas dónde te metes? ¿Con quién estás? No estoy pintado, soy tu pareja.

No te molestes mi amor. Salí con mis amigas, la estoy pasando muy bien. No quiero pelear de nuevo.

Ya habíamos quedado de vernos, te he dicho que tus amiguitas no me caen bien, no son buena influencia para tí. No te creo que estés con ellas, mándame foto y tu ubicación.

Pero no recuerdo que quedamos en algo, te mando mi ubicación y foto con mis amigas para que no te enojés.

FOTO

ESTOY AQUÍ

Diles que tienes cosas que hacer y ya no puedes estar ahí. ¡Regresa ya!

Está bien mi amor, no te molestes. Ahorita me invento algo parairme y estar contigo.

10 Llamadas perdidas

A | Escribe un mensaje aquí

Si necesitas ayuda puedes acudir a varias instancias que te proporcionarán apoyo, no estás sola, no estás solo.

Programa de atención psicológica IEMS
<https://bit.ly/3JvNnqH>

NUBE - INJUVE
Núcleo Urbano de Bienestar Emocional
<https://bit.ly/36IEe5J>

LUNAS - SEMUJERES
Las Lunas son las unidades territoriales de atención y prevención de la violencia de género de la Secretaría de las Mujeres.
<https://bit.ly/3v1lh2F>

911
Atención de emergencias.



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



INSTITUTO DE EDUCACIÓN
MEDIA SUPERIOR

Y entonces ...



¿Qué sí es el amor?

Todo por amor



El amor verdadero lo aguanta y perdona todo

“Para conseguir el amor verdadero hay que sufrir mucho, aguantar mucho y pasarla muy mal”

Estas frases las hemos escuchado toda nuestra vida, y no sólo de las personas que están a nuestro alrededor también en canciones, películas, chistes, series de televisión. Y así reproducimos los mitos románticos del amor romántico, por ejemplo:

“Si tu le gustas a un niño en el colegio te va a violentar y molestar, así vas a saber que le interesas.”

“Si no le haces caso ella irá a ti”

“Quien bien te quiere te hará llorar”

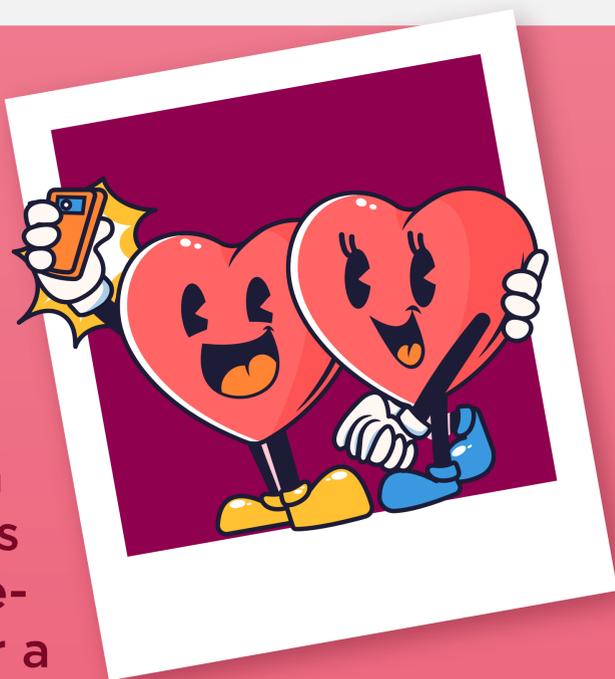


El amor es algo bonito y placentero, un motor que nos lleve a querernos y tratarnos bien.



Aprendemos desde pequeños que cuanto más maltrates a tu pareja más la vas a tener en tu poder, **nos enseñan desde pequeños a tratarnos mal y hacer sufrir a quien nos gusta o ama incluso a nosotros mismos.**

Necesitamos aprender a relacionarnos y a que nuestras relaciones sean menos conflictivas y dolorosas, a resolver conflictos sin violencia, tenemos que empezar a crear una imagen del amor como algo



bonito que no conlleve violencia, sufrimiento o sumisión y romper con la idea de que el amor es una guerra.

Nunca nos enseñan a **querernos bien a nosotros mismos**, por eso la autoestima es fundamental para relacionarnos.

Si yo estoy bien con mi mismo voy a tener una relación más bonita.



JUVENTUD
PLENA



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



INSTITUTO DE EDUCACIÓN
MEDIA SUPERIOR