

Por una vida libre de violencias contra las mujeres

Guía para parroquias



Pastoral para el Desarrollo Humano Integral





Contenido

Prólogo	02
¿Por qué una guía para las Parroquias?	03
¿Qué metodología proponemos?	05
¿Qué es la violencia de género?	08
Marco legal.	11
Formas de violencia contra las mujeres.	12
Ciclo, evolución y desarrollo de la violencia de género.	13
¿Qué hace que una mujer permanezca en una relación violenta?	15
Impacto sobre las víctimas.	16
Errores y mitos sobre la violencia machista.	20
Detección y señales de alarma.	25
Protocolo de actuación.	27
a. Actuación en caso de noticia de una situación de violencia de pareja contra la mujer.	28
a.1. Actuación tras una revelación de violencia hacia mujeres adultas.	29
a.2. Actuación tras revelación de violencia hacia mujeres adolescentes.	35
a.3. Actuación tras revelación de violencia hacia hijos o hijas menores de mujeres víctimas.	36
b. Actuación en caso de señales de alarma de violencia ejercida hacia las mujeres.	37
b.1. Actuación ante señales de alarma en mujeres adultas.	37
b.2. Actuación ante señales de alarma en mujeres adolescentes.	38
b.3. Actuación ante señales de alarma en hijos e hijas menores de mujeres víctimas.	39
¿Qué más hacer como comunidad? Buenas prácticas.	40
Herramientas para la prevención.	41
Bibliografía	46

Prólogo

“Quien lastima a una mujer profana a Dios, nacido de una mujer”, afirma con contundencia el Papa Francisco (1).

El feminicidio y otras formas de violencia contra la mujer constituye una lacra para nuestra sociedad. Lamentablemente, los datos no avalan que lo estemos afrontando de una manera totalmente correcta. Nuestra juventud parece repetir patrones que deberían estar superados. Por otra parte, como suelen repetir desde la Comisión que ha preparado esta Guía, es perfectamente posible que tengamos juntos, en los bancos de nuestras parroquias, a mujeres víctimas de violencia y a sus agresores. Por ello, esta guía constituye una buena respuesta a la necesidad de concienciar a nuestras comunidades cristianas sobre las múltiples formas de agresión que padecen bastantes mujeres y, sobre todo, acerca de la forma de abordar esta tragedia. Como ocurre en otros ámbitos, no debe servir de consuelo el que existan otras formas de violencia igualmente inasumibles. Lo propio de esta Comisión diocesana es ayudarnos a reflexionar, concienciar, prevenir y acompañar a las mujeres víctimas de agresiones. Y, también, a superar las raíces culturales y mentales que subyacen; en particular, el machismo.

De nuevo con el Papa, “la violencia contra las mujeres es una mala hierba venenosa que aflige a nuestra sociedad y que debe ser eliminada de raíz [...]. Estas raíces crecen en el terreno de los prejuicios y de la injusticia y deben ser contrastadas con una acción educativa que ponga en el centro a la persona con su dignidad” (2). Según datos de ONU Mujeres, una de cada tres mujeres en el mundo ha sufrido, al menos, un episodio de violencia sexual o física en su vida. Es claro que precisamos avanzar en la educación, en el respeto a la dignidad de la persona y seguir la dirección de una cultura del encuentro que apueste por lo dialógico y no por lo dialéctico, también en lo referido a las relaciones entre los hombres y las mujeres.

Esta guía tiene una clara vocación práctica. Es fácilmente utilizable no solo como recurso de emergencia, sino también como herramienta de sensibilización. Si nuestro grado de humanidad se revela en el modo en que tratamos a la mujer, aún tenemos el listón bastante bajo. Elevarlo será imposible sin reconocer a las mujeres y darles la participación y las responsabilidades que merecen, también en la Iglesia. Sé que detrás de esta guía hay grandes y humildes mujeres profesionales y muchos años de atención cuidadosa hacia las víctimas. Ojalá esta publicación ayude a generar cultura del encuentro, del buen trato y del respeto mutuo, y contribuya a la iniciación de una vida nueva a quienes por fin abandonan el infierno de una relación tormentosa. Este trabajo será un paso inequívoco en la dirección adecuada.

+Jose Cobo Cano
Cardenal arzobispo de Madrid

(1) FRANCISCO, *Homilía de la Misa de Año Nuevo (1 de enero de 2024)*.

(2) FRANCISCO, *post en X con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer (26 de noviembre 2023)*.

¿Por qué una guía para las parroquias?

La violencia hacia las mujeres no solo tiene que ver con mujeres ya sean jóvenes, de mediana edad o mayores, ni únicamente con las mujeres que la viven o la han vivido, sino con todas las personas. Es un grave problema social que afecta también a nuestra Iglesia. Es imprescindible que nuestras comunidades cristianas conozcan la realidad que están viviendo muchas de las mujeres de dentro y fuera de la Iglesia, mujeres que acuden a nuestras parroquias, que comparten su fe. Una realidad que afecta a miles de ellas en nuestra diócesis, mujeres que se levantan cada día con miedo y vergüenza pensando que no hay salida para lo que están viviendo.

La Comisión Diocesana por una Vida Libre de Violencia contra las Mujeres (CDVM), promovida por el cardenal Carlos Osoro, nace en 2017 como expresión de la implicación de la Iglesia de Madrid contra la violencia de género; una Iglesia que quiere “posicionarse de forma inequívoca, radical, afectiva y efectivamente con las víctimas” (3).

Esta Comisión la formamos un grupo de mujeres cristianas comprometidas, profesionales de diferentes ámbitos, que trabajamos por la sensibilización y la prevención de la violencia de género en nuestra Iglesia y nuestras comunidades con la certeza de que "La violencia hacia las mujeres es una lacra social que jamás es justificable" (4) y es sustancialmente opuesta al Evangelio.

“Al amor se le hace intolerable la injusticia” (Cor. 13,6)

Para favorecer que nuestras parroquias sean espacios seguros, de respeto y protección para las víctimas, es necesario conocer qué es la violencia de género, cómo afecta a las mujeres que la sufren, definir procedimientos de acción y acompañamiento que eviten la

(3) I Jornadas Diocesanas STOP Violencia contra la mujer “Desde la cultura del buen trato: Responsabilidad, respuesta y acompañamiento como Iglesia”. Discurso inaugural de José Luis Segovia, Vicario para el Desarrollo Humano Integral y la Innovación de la diócesis de Madrid, 2013

(4) Declaraciones de Francisco Cesar García Magán Secretario General de la CEE tras la Asamblea Plenaria de la Conferencia Episcopal Española, 24 de noviembre de 2023. ECCLESIA



revictimización y trabajar para eliminar lenguajes y prácticas excluyentes. A lo largo de estos años, para alcanzar este objetivo, hemos realizado campañas de sensibilización, formación en vicarías y parroquias y jornadas de oración. Y ahora damos un paso más con la publicación de esta guía, con el convencimiento de que la **#ComunidadSalva** del aislamiento, de la impotencia, de la vulnerabilidad. Por eso, soñamos con comunidades cristianas en parroquias comprometidas con la erradicación de la violencia, que rompan soledades, que tejan redes de solidaridad y acompañamiento en las que todas las personas, especialmente las mujeres víctimas de violencia, sientan y compartan la mirada liberadora de Jesús.

Esta guía pretende ser una herramienta al servicio de párrocos, agentes de pastoral y comunidades para aproximarse a este grave problema.

He venido para que tengáis vida y vida en abundancia (Lc. 10,10)

Ante un problema tan complejo, además de esta guía, creemos que es necesario crear una figura de referencia parroquial o interparroquial, que pueda acompañar y ayudar a gestionar los posibles casos de violencia de género en nuestras comunidades en coordinación con la Comisión Diocesana.

La CDVM se ofrece a prestar formación y asesoramiento sobre criterios de actuación y recursos. **Podéis poneros en contacto con nosotras en el siguiente correo electrónico:** cdviolenciacontramujer@archimadrid.es

¿Qué metodología proponemos?

Para abordar la violencia en nuestras parroquias os proponemos la metodología “**ver-juzgar-actuar**”, que ha acompañado muchos procesos pastorales a lo largo de los años, aunque preferimos hablar de “mirar - discernir – actuar”. Os invitamos a hacer este recorrido.



Mirar. Momento de toma de conciencia de la realidad.

Es necesario comprender qué es la violencia de género, el alcance y las consecuencias que tiene.

Algunos datos

- El **70%** de las mujeres en el mundo sufre o ha sufrido algún tipo de violencia.
- Un **35%** de las mujeres sufre o ha sufrido violencia física y/o sexual.
- El **38%** de los asesinatos de mujeres que se producen en el mundo son cometidos por su pareja masculina. (5)
- Las mujeres con discapacidad tienen un **40%** más de riesgo de sufrir violencia por parte de su pareja. (6)

Las cifras nos asustan tanto que nos llevan a la incredulidad y la minimización.

Veremos cómo afecta a personas de todas las edades, de todas las clases sociales y niveles culturales. Conoceremos algunas falsas creencias que nos llevan a culpabilizar, justificar, minimizar y revictimizar a las víctimas. Para poder entender por qué una mujer vive violencia, hace falta comprender cómo funciona esta violencia y cómo, a través de ella, se mantiene y encierra a las mujeres en una jaula invisible, de la que es difícil escapar.

(5) Datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) <https://www.paho.org/es/temas/violencia-contra-mujer>
(6) Datos de American Psychological Association (APA) <https://www.apa.org/topics/gun-violence-crime/violencia-pareja>



Discernir. Momento de reflexionar sobre la realidad a la luz de la fe, de la vida y el mensaje de Jesús y su Iglesia.

La Iglesia, en el pasado, ha mantenido una actitud tibia en la denuncia y el rechazo a la violencia de género y el mensaje transmitido a las mujeres que la sufrían, era de resignación, tenía que ver con una concepción de las mujeres desde la entrega y la sumisión. Este posicionamiento va cambiando. Para la elaboración de esta guía hemos recurrido a las palabras del papa Francisco, las aportaciones de la Conferencia Episcopal Española y de nuestro cardenal arzobispo de Madrid D. José Cobo, que en repetidas ocasiones nos piden comprometernos, como comunidades cristianas, con este cambio. Os presentamos citas y referencias, que pueden ayudar a comprender mejor esta guía.

“Nos duele sobremanera la violencia doméstica que tiene a las mujeres como sus principales víctimas. Resulta necesario incrementar medidas de prevención y protección legal, pero sobre todo fomentar una mejor educación y cultura de la vida que lleve a reconocer y respetar la igual dignidad de la mujer” (7).

“Reafirmamos nuestro empeño para que nuestras comunidades sigan siendo lugares seguros de protección y acogida a quienes sufren violencia y a sus familias” (8).

“No nos es lícito separarnos de su vera, ni apartarnos de las cruces que sufren las mujeres, sino empeñarnos con toda pasión y ternura en ayudar a desclavarlas de esas cruces y denunciar a los hombres que sin escrúpulos las han clavado en ellas” (9)

(7) Introducción Pastoral Iglesia servidora de los pobres, 1.1.7 CEE abril de 2015

(8) Celebración “Memoria y Esperanza-libre de violencias” Cardenal Arzobispo de Madrid Mons. José Cobo Noviembre 2021

(9) I Jornadas Diocesanas STOP Violencia contra la mujer. “Desde la cultura del buen trato: Responsabilidad, respuesta y acompañamiento como Iglesia” Arzobispo de Madrid Mons. Carlos Osoro 2013.



Actuar. Momento de concretar en una acción transformadora

“Porque nombrar es existir y callar nos hace cómplices, como Iglesia no podemos callar ante tanto dolor, hemos de hacer nuestro el grito de las mujeres violentadas, grito de denuncia, comprometido, de actitud vigilante, atenta, amorosa, de escucha y acompañamiento” (10).

Os proponemos algunas acciones transformadoras que podemos llevar a cabo como parroquia:



Herramientas para actuar como parroquia ante un caso de violencia.



Información sobre recursos para la atención de las mujeres víctimas de violencia de género y sus hijas e hijos en la Comunidad de Madrid.



Referencias de material audiovisual que posibilitará trabajar el tema en los grupos de catequesis y grupos parroquiales y que ayudará a prevenir la violencia.



Buenas prácticas de comunidad.

(10) Vigilia de Oración en Memoria Y Esperanza. José Luis Segovia, Vicario para el Desarrollo Humano Integral y la Innovación de la diócesis de Madrid. Noviembre, 2023

¿Qué es la violencia de género?

Las Naciones Unidas definen la **violencia contra la mujer** como “Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico, estructural para las mujeres, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como privada” (11)

La CDVM entiende que es importante hablar de violencias hacia las mujeres pues son múltiples: violencia directa (física, psicológica, etc.), violencia estructural y violencia cultural o simbólica. En esta guía, **por razones operativas, solo nos centraremos en la violencia de género ejercida por parejas o exparejas, pero no debemos olvidar sus interrelaciones con otras violencias estructurales y culturales, que han contribuido a la aceptación de esta violencia como algo privado y doméstico, cuya única salida era la resignación.**

Para poder entender la violencia de género, que se produce dentro y fuera del vínculo matrimonial, tanto contra la pareja como contra la expareja, es necesario que vayamos a la definición de la misma. “Un patrón de conductas abusivas que incluye un amplio rango de maltrato físico, sexual y psicológico, usado por una persona en una relación íntima contra otra, para ganar poder o para mantener el abuso de poder, control y autoridad sobre esa persona.” (12)

Por tanto, en el caso que nos ocupa, la violencia contra la mujer es ejercida por la pareja y/o expareja, la víctima tiene o ha tenido un vínculo afectivo y un proyecto de vida en común con el agresor. Este tipo de violencia afecta a las mujeres de todas las edades, clases sociales y niveles culturales.

Algunos datos

- ✓ **15.6%** de las mujeres asesinadas en España en los últimos 5 años era mayor de 65 años.
- ✓ **53,8%** de las llamadas que recibe la fundación ANAR son por violencia de género en adolescentes (13).
- ✓ Vivir en la violencia es un proceso largo, con una **media de 7 años** desde que se inicia hasta la denuncia (si la hay); y salir de ella lleva también mucho tiempo.

(11) Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer AG ONU, 1993

(12) Definición de la American Psychological Association (APA).

(13) Fundación ANAR en el Estudio sobre la evolución de la violencia contra las mujeres en la Infancia y adolescencia (2018-2022)



Para entender la violencia de género es imprescindible partir de que cada mujer es diferente y cada historia también lo es. Lenore E. Walker (1942) educadora, escritora y psicóloga, que ha escrito sobre el “ciclo de la violencia”, referido al proceso que vive la víctima de violencia de género respecto a su maltratador nos interpela:

“La mejor manera de comprender la violencia que sucede en el hogar es escuchar las descripciones obtenidas de aquellas personas que la han experimentado.” (14)

A lo largo de la guía encontraréis algunos testimonios reales que nos acercarán más a las víctimas:

Cuando le conocí me pareció una persona maravillosa. Era educado, atento y cariñoso y me enamoré de él. Me decía que en mí había visto a la mujer de su vida, que ya no podía imaginar el futuro sin mí, que estaríamos juntos siempre. Y nos casamos...

Cuando empezamos la convivencia me decía que yo era muy valiosa e inteligente como para no ver que había cosas que una mujer casada ya no podía hacer: ir a ver todas las semanas una tarde a mi madre o ir a visitar a alguna amiga. Si yo no lo hacía, él era maravilloso, pero si lo hacía, venían las malas caras, los enfados y el silencio hasta que yo cedía. Pensaba que si se enfadaba tanto y estaba tan seguro de su postura, sería porque realmente yo estaría haciendo algo mal. Yo creía que él estaba en lo cierto y yo equivocada.

Él era una buena persona. Él me decía que me quería, que era la mujer de su vida. Si dejaba de quererme sería que yo no tenía razón. Eso pensaba yo...

Si me decía que era una sinvergüenza o una fresca yo pensaba que era por el enfado, porque luego volvía a decirme que me quería.

Hasta que un día me dio una bofetada porque le dije que iba a aceptar un ascenso en el trabajo que supondría estar más horas fuera de casa y viajar.

Ahí todo cambió.

(14) *The Battered woman*, Lenore E. Walker, HarperCollins 1979



La violencia de género en pareja y expareja comienza de forma sutil, con ciertos comportamientos, actitudes, comentarios, etc. y con episodios ocasionales. Al igual que en otras relaciones tóxicas es muy importante, desde el principio, no subestimar estos hechos ni restarles importancia. Frecuentemente, en las primeras etapas de la relación, el agresor mostrará que siente amor hacia la víctima, para paulatinamente dejar de reconocer su valor y sus cualidades. Enseguida comenzará a descalificarla y a desvalorizarla soterradamente. Se iniciará un proceso de debilitamiento, confusión y anulación, dando lugar a la culpabilización y dominación de la víctima. Según avanza la relación, las formas de violencia serán más explícitas: insultos, humillaciones y burlas. La criticará, gritará y culpabilizará de los problemas en la relación.

Para reflexionar:

- ¿Cuántos de estos patrones reconoces en el testimonio anterior?
- ¿Conoces en tu entorno alguna pareja con estos comportamientos?
- ¿Alguna vez has vivido esto en una relación de pareja?

Marco legal

España es pionera y referente en la lucha contra la violencia de género (15). Aquí hacemos referencia a algunas leyes estatales y autonómicas. Pueden consultarse en los siguientes enlaces:

- [Ley 1/2004 de 28 de diciembre de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.](#)
- [Ley Orgánica 1/2015, de 30 de marzo, por la que se modifica el Código Penal.](#) Introduce modificaciones para reforzar la protección específica a las víctimas de violencia de género.
- [Ley 4/2015, de 27 de abril, del Estatuto de la Víctima del Delito.](#) Visibiliza como víctimas a los menores que se encuentran en un entorno de violencia de género.
- [Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de Protección Integral a la Infancia y la Adolescencia frente a la Violencia.](#) Señala la obligación de denuncia ante cualquier delito cometido contra un menor.

En 2017 se aprobó, sin ningún voto en contra, el **Pacto de Estado en Materia de Violencia de Género.**

A nivel autonómico, contamos con la ley que se puede consultar en el siguiente enlace:

- [Ley 5/2005 de 20 de diciembre, integral contra la violencia de género de la Comunidad de Madrid.](#)

Gracias a estas leyes y planes de acción y de sensibilización, cada vez son más las mujeres que denuncian las situaciones de malos tratos, aunque todavía son muchas las que no se atreven a hacerlo por temor a las represalias, falta de independencia económica, dependencia afectiva o consideración a los hijos y las hijas. En el caso de mujeres extranjeras tampoco denuncian por miedo a perderlos, a la expulsión, etc. Las chicas adolescentes son las que menos denuncian, tardando 41 meses de media en hacerlo (16).

(15) *Manual de Legislación de Violencia sobre la Mujer elaborado en 2010 por Naciones Unidas*

(16) "Estudio sobre el tiempo que tardan las mujeres víctimas de violencia de género en verbalizar su situación", de la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género (2019).

Formas de violencia contra las mujeres

- **Violencia física:** se emplea la fuerza física y causa daño físico (golpes, tirones de pelo, empujones, patadas, mordiscos). Posiblemente la más fácil de reconocer.
- **Violencia psicológica:** intimidación, amenazas, chantaje emocional. Provoca miedo en la víctima, forzándola a distanciarse de sus amistades y familiares con el objetivo de obtener control sobre ella.
- **Violencia emocional:** minar la autoestima a través de críticas constantes, de infravalorar sus capacidades y someterla a abuso verbal.
- **Violencia económica:** limitar y controlar la autonomía económica para generar dependencia financiera y, por tanto, tener el control sobre ella.
- **Violencia sexual:** realizar cualquier acto sexual no deseado, para el que no se haya dado, o no se haya podido otorgar consentimiento.
- **Violencia de control:** acciones ejercidas por el maltratador para dificultar el acceso al trabajo, a las relaciones familiares o laborales.
- **Violencia ambiental:** aquella que se realiza contra el entorno: portazos, ruptura de objetos, golpes.
- **Violencia vicaria:** aquella que se ejerce sobre los hijos para herir a la mujer.
- **Violencia sobre el entorno afectivo de la mujer:** familia, animales, objetos personales.
- **Violencia por acoso:** cualquier comportamiento persecutorio repetido, intrusivo y no deseado como puede ser: el acoso psicológico, el acoso sexual, el acoso físico, el *stalking*, violencia digital y doméstica. Son otras formas de causar en las víctimas sentimientos de angustia y malestar.

Ciclo, evolución y desarrollo de la violencia de género

Como ya se ha señalado, dentro de las relaciones donde existe violencia, esta se instala poco a poco y pasa por diferentes fases, empezando siempre por agresiones psicológicas difíciles de reconocer y de visibilizar al principio, por estar normalizadas y naturalizadas en la sociedad.

Progresivamente deteriora la autoestima y la seguridad de la víctima. Aparece la ansiedad, la culpa, la vergüenza, el aislamiento, el miedo, la indefensión, la incertidumbre sobre lo qué va a pasar y, consecuentemente, la dificultad para evitar nuevos conflictos y agresiones. El agresor cada vez va ejerciendo más control, utilizando distintas estrategias que van desde el chantaje hasta la victimización, las promesas de cambio, la minimización, justificación y negación, pasando por responsabilizar a la mujer de todo lo que ocurre, incluso de su propio comportamiento agresivo hacia ella. Así, él va minando la confianza, la estabilidad y la autonomía de la mujer, incluso sus propias creencias y su manera de entender el mundo.

Las mujeres se sienten atrapadas y sin salida, profundamente aisladas. Gradualmente los comportamientos del victimario se vuelven más agresivos y los episodios de violencia más frecuentes. Este es el ciclo de la violencia, un modelo explicativo de las situaciones de violencia de género en pareja y expareja que describió la psicóloga e investigadora Lenore E. Walker tras escuchar los relatos de muchas mujeres víctimas de violencia (citada en 14).





FASE DE ACUMULACION DE LA TENSION. Escalada gradual de la tensión, donde la hostilidad del hombre va en aumento sin motivo aparente y comprensible. La violencia comienza con incidentes menores: gritos, peleas, miradas y comportamientos hostiles. La víctima empieza a sentirse como si caminara sobre cáscaras de huevo. Para evitar cualquier cosa que pueda detonar la ira de la pareja acaba sometiéndose a todas las exigencias del agresor.



FASE DE EXPLOSIÓN O AGRESIÓN. El agresor pierde el control y estalla. Se trata de una violencia gradual, comienza con empujones y bofetadas pudiendo acabar con una agresión mortal. Se producen agresiones físicas, psicológicas y/o sexuales. El agresor justifica la violencia, haciendo responsable de su comportamiento a la víctima.



FASE DE RECONCILIACIÓN O LUNA DE MIEL. El agresor manifiesta que se arrepiente y pide perdón a la mujer. Utiliza estrategias de manipulación afectiva (regalos, caricias, disculpas, promesas...) para evitar que la relación se rompa. Y realmente, al principio, cambiará. La tensión y la violencia desaparecen, no hay escenas de celos, y dejan espacio a un comportamiento de "reparación, seducción y disculpa". Tiene detalles, concede, atribuye la culpa de su comportamiento a razones externas (una dificultad económica, problemas laborales...). Cambia su comportamiento y la víctima vuelve a creer en la pareja. Pero, cuando el agresor se siente seguro y perdonado, se reiniciará el ciclo partiendo de nuevo de la fase de acumulación.

IMPORTANTE

- La duración de las fases no es previsible.
- La luna de miel se dará con menos frecuencia y será progresivamente más breve.
- A mayor nivel de violencia más corta será la luna de miel.
- El estallido de la violencia llegará antes, con mayor intensidad y con nuevas formas.
- Cuando se produce la separación, el peligro es especialmente alto.

¿Qué hace que una mujer permanezca en una relación violenta?

TEMOR A LA REACCIÓN DEL AGRESOR.

Las mujeres viven en el horror diario de agresiones, amenazas y sometimiento.

CREER QUE EL AGRESOR CAMBIARÁ.

La mujer vive atrapada en el círculo de la violencia, ofreciendo incontables oportunidades al agresor, creyendo que cambiará.

NO SE PERCIBEN A SÍ MISMAS COMO VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO.

Muchas mujeres la llegan a normalizar, asumiendo las vejaciones, el control, las faltas de respeto, etc. como parte del día a día.

SENTIRSE CULPABLE DE LA SITUACIÓN.

El agresor manipula psicológicamente a la víctima para que crea que lo que sucede es por su culpa.

POR FALTA DE RECURSOS ECONÓMICOS.

Muchas mujeres víctimas de violencia en la pareja no pueden abandonar la relación porque dependen económicamente de su agresor. Con frecuencia esta dependencia ha sido generada por el propio agresor, que la ha presionado para que abandone su puesto de trabajo.

POR AUSENCIA DE APOYO FAMILIAR Y SOCIAL.

La víctima pierde sus apoyos porque el agresor procura alejarla de su familia, sus amistades o compañeros de trabajo.

hijos justificación
culpa sentimiento
cambiará
ingresos aislamiento
miedo
autoengaño

Impacto en las víctimas

EN LAS MUJERES

Son muchas las posibles secuelas, dependiendo del tiempo de exposición a la violencia

- **Físicas:** lesiones, agotamiento físico, dolor generalizado en el cuerpo, etc.
- **Cognitivas:** problemas de concentración, pérdidas de memoria, dificultad para pensar, planificar o imaginar el futuro, confusión, etc.
- **Conductuales:** reducción de conductas de interacción social (dar y recibir), dificultades para comunicarse, problemas al negociar, etcétera.
- **Sexuales:** embarazos no deseados, contagio de infecciones y enfermedades de transmisión sexual.
- **Emocionales y afectivas** a menudo son las más difíciles de detectar:
 - **Baja autoestima, problemas de identidad y autoimagen distorsionada hacia lo negativo:** Dudan de sus propias capacidades y posibilidades, refieren ser una persona totalmente distinta a la que eran al empezar la relación tóxica. En general, se perciben sin recursos, desamparadas y sin las habilidades necesarias para responsabilizarse de sus vidas. Minimizan sus capacidades y habilidades, y maximizan las probabilidades de equivocarse y de “fracasar”.
 - **Sentimientos de culpa y miedo:** Surgen a raíz de los mensajes de culpabilización de parte del agresor, desarrollan tensión constante, hipervigilancia y miedo, lo que las paraliza y les impide mirar hacia adelante y avanzar.
 - **Aislamiento emocional:** Por el aislamiento social que provoca el agresor, la víctima siente que está sola y que nadie puede entender lo que le sucede. Siente que no puede confiar en nadie y que nadie la puede ayudar. Cada vez depende más del agresor.
 - **Dificultad para reconocer y expresar emociones:** Se produce la negación de emociones y sentimientos de la víctima. Piensa que sus sentimientos no tienen importancia, que está exagerando o que está equivocada. De esta manera, suele optar por esconderlos. Puede mostrar rabia mal canalizada pues la víctima tiene que ser capaz de controlar todas sus emociones para no “irritar” al agresor.
 - **Trastorno de estrés postraumático:** Ansiedad, pesadillas, depresión, hipervigilancia, embotamiento emocional, irritabilidad, insomnio, respuestas emocionales exageradas, ideas de suicidio...
 - **Sentimientos de haber traicionado al agresor** por haberle denunciado, separarse o habérselo contado a otra persona. Este sería uno de los elementos que llevaría a muchas mujeres víctimas de violencia de género a retirar sus denuncias.
 - **Trastornos vinculares.** Presentan dificultad para confiar en los demás, sienten que no son merecedoras de ser queridas o respetadas y perciben el entorno como una amenaza, por lo que mantienen distancias por miedo a volver a sufrir. De alguna manera, se intentan proteger de futuras situaciones de violencia.



EN LOS HIJOS E HIJAS

Algunos datos

- Más del 70% de las mujeres que han sufrido o sufren violencia de género tienen hijos e hijas menores que viven expuestos a esta situación y que por tanto son víctimas de la misma.
- El 61,7% de las mujeres que alegaban haber sufrido maltrato en el último año, aseguran que los menores también han sido víctimas de maltrato en algún momento.

En un hogar donde se vive violencia de género, esta acaba afectando a todos los miembros. Las hijas e hijos de las mujeres que están sufriendo violencia por sus parejas o exparejas **siempre son víctimas directas de la violencia de género.**

La **Ley de Protección Integral a la Infancia** reconoce específicamente como violencia de género aquella que se comete contra familiares o allegados menores de edad, con el objetivo de causar daño a la mujer (17). El Tribunal Supremo reconoció que los menores expuestos a violencia de género también son víctimas y su bienestar debe ser protegido (18).

La exposición reiterada a un ambiente de violencia hacia la madre constituye una forma grave de maltrato psicológico hacia los y las menores. Por lo tanto, no son víctimas porque sean testigos de la violencia hacia sus madres, sino porque viven la violencia, son víctimas de ella. La violencia en la que estos menores se ven inmersos se suele producir en periodos de su vida especialmente sensibles para su desarrollo personal y tiene consecuencias físicas, emocionales, cognitivas y conductuales claramente demostradas por la evidencia científica. Si bien la repercusión de la violencia es diferente en función de la edad en la que se produzca, hay que destacar que contrariamente a lo que popularmente se piensa, a menor edad del menor, mayor daño cognitivo y emocional. Así mismo, el tiempo de exposición a la violencia tiene una incidencia directamente proporcional, aumentando el daño e interfiriendo con la posibilidad de recuperación futura.

(17) *Hijos que son víctimas de violencia de género (emerita.legal)*

(18) *Hijos que son víctimas de violencia de género (emerita.legal)*



La exposición a la violencia puede ser:

- **Directa:** el hijo o la hija recibe la violencia al interponerse en la agresión.
- **Testimonial:** son testigos de la violencia contra la madre.
- **Vicaria:** reciben la violencia como una forma de agresión a la madre.

Los niños y las niñas que viven en hogares donde existe violencia de género, están en una situación de alarma permanente, porque la amenaza es constante:

- Observar cómo su madre está siendo amenazada y maltratada.
- Ver lesiones en su madre o ser testigos de las consecuencias emocionales, como el miedo, estrés, ansiedad y depresión, aún sin haber sido testigos directos de actos de violencia.
- Presenciar comportamientos violentos, agresivos o crueles de su padre o de otro varón con significado de figura paterna.
- Escuchar golpes, gritos, amenazas, rotura de objetos y cualquier otra forma de violencia.
- Experimentar las etapas del ciclo de la violencia, viviendo en un clima de inseguridad y temor.
- Presenciar la desautorización, desvalorización y descalificación de su madre.
- Experimentar sentimientos de miedo, ansiedad, impotencia, desprotección y desamparo, que produce vivir en un ambiente de enorme tensión y hostilidad.
- Sufrir amenazas de daño o muerte, chantajes y manipulación.
- Estar en riesgo de sufrir violencia directa, física, emocional y sexual.
- Enfrentarse al maltratador o interponerse, con el riesgo de sufrir daños y lesiones o incluso la muerte.
- Presenciar la intervención de la policía, la detención de su padre, acudir a juicios o pruebas periciales, tener que abandonar el domicilio o ingresar en un centro de acogida.

En cuanto a cómo afecta a los hijos ser víctimas de violencia de género, es complicado dar una respuesta única, ya que cada niño es diferente. Sin embargo, es evidente que cuando se sufren vivencias traumáticas de este tipo se pueden experimentar consecuencias emocionales y psicológicas significativas. En la página siguientes mostramos algunas de ellas.

Los estudios muestran cómo, en la mayoría de los casos, es posible la recuperación y la reestructuración del desarrollo de la persona. Estas son más efectivas cuando se crea un entorno de seguridad en el que las niñas y los niños puedan desarrollar estrategias de resiliencia.



CONSECUENCIAS EN MENORES DE LA EXPOSICIÓN A LA VIOLENCIA DE GÉNERO	
Problemas físicos	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia de género traumática durante la gestación: bajo peso al nacer, discapacidad. • Depresión del sistema inmune. • Muerte del menor por agresión directa.
Problemas de socialización	<ul style="list-style-type: none"> • Aislamiento, inseguridad, agresividad. • Reducción de competencias sociales.
Síntomas depresivos	<ul style="list-style-type: none"> • Llanto, tristeza. • Baja autoestima.
Miedos	<ul style="list-style-type: none"> • Miedos no específicos, “presentimientos” de que algo malo va a ocurrir. • Miedo a la muerte, miedo a perder a la madre, miedo a perder al padre.
Alteraciones del sueño	<ul style="list-style-type: none"> • Pesadillas. Miedo a dormir solo o sola. Terrores nocturnos.
Síntomas regresivos	<ul style="list-style-type: none"> • Encopresis/Eneuresis. • Retraso en el desarrollo del lenguaje. • Actúan como si tuvieran menos edad de la que tienen.
Problemas de integración en la escuela	<ul style="list-style-type: none"> • Problemas de aprendizaje. • Dificultades en la concentración y atención. • Disminución del rendimiento escolar. • Dificultades para socializar con otros niños o niñas.
Respuestas emocionales y de comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Rabia, cambios repentinos de humor y ansiedad. • Sensación de desprotección y vivencia del mundo como algo amenazante. • Sentimientos de culpa (se responsabilizan de los conflictos entre sus padres o de no haber hecho algo para evitar la violencia). • Dificultad en la expresión y manejo de emociones. • Negación de la situación violenta o restar importancia a la situación vivida. • Tendencia a normalizar el sufrimiento y la agresión como modos naturales de relación. • Aprendizaje de modelos violentos (de víctima o de agresor, con la interiorización de roles de género erróneos). Transmisión intergeneracional. • En adolescentes la exposición crónica a conflictos parentales puede favorecer más relaciones conflictivas y adicciones. • En adolescentes, comportamientos de riesgo, evasión y comportamientos violentos dentro del hogar o fugas. • Conflictos y dificultades en el modo de establecer las primeras relaciones sentimentales.
Síntomas de estrés postraumático	<ul style="list-style-type: none"> • Insomnio. Pesadillas recurrentes. • Fobias. Ansiedad. • Re-experimentación del trauma. • Trastornos disociativos.
Parentalización	<ul style="list-style-type: none"> • Asumir roles parentales y protectores hacia los hermanos menores y de protección con la madre.

Errores y mitos sobre la violencia machista

Para aproximarnos a la violencia de género es necesario aclarar algunos errores y mitos.

¿Por qué decimos agresivo cuando queremos decir violento?

Una equivocación común es confundir violencia con agresividad pero son comportamientos muy distintos que es importante diferenciar.

Todas las personas podemos responder agresivamente en un momento determinado. Por ejemplo, si alguien nos asusta es fácil que reaccionemos con un grito o un insulto, incluso con un golpe, como defensa ante lo que hemos percibido como amenaza. Sin embargo la violencia conlleva la intención de hacer daño. Veamos las diferencias.

VIOLENCIA	AGRESIVIDAD
<ul style="list-style-type: none">No es impulsiva.Se repite.Busca dañar y/o dominar.Es selectiva, solo se ejerce hacia la pareja o expareja.Es elaborada y estratégica.Suele presentar diferentes formas.	<ul style="list-style-type: none">Es impulsiva.No tiene porqué repetirse.No tiene intencionalidad.Es indiscriminada.Es una reacción ante un acontecimiento puntual.No responde a un patrón fijo.



La agresión a una mujer en una relación de pareja es una realidad muy compleja. Sin embargo, se suele recurrir a las ideas preconcebidas socialmente aceptadas en una simplificación que no contribuye al análisis serio y profundo que se requiere.

ALGUNOS DE LOS MITOS SOBRE LA VIOLENCIA

A continuación, recogemos algunos mitos. Pensemos cuántas veces hemos escuchado estos argumentos como justificación de la violencia.

✓ **Los malos tratos solo ocurren en las clases sociales más desfavorecidas.**

Existe esta creencia porque en esos casos la violencia es más visible y pública. Sin embargo, los expertos afirman que los maltratadores son hombres de todos los estratos socioeconómicos (19).

Las mujeres con buena posición económica, social o profesional tardan más en denunciar por vergüenza o porque su entorno las presiona para que lo oculten. Además, no suelen recurrir a entidades públicas, reciben atención privada de médicos, abogados y psicólogos, lo que contribuye a la invisibilización del problema, alimentando la falsa creencia de que solo hay violencia de género en familias desestructuradas y con problemas económicos.

✓ **Los hombres que maltratan a su pareja o expareja fueron, a su vez, niños maltratados o presenciaron violencia entre sus padres**

El niño que ha crecido en una familia en la que se han producido situaciones de violencia de género puede acabar aprendiendo e interiorizando que esa es la forma natural de relacionarse entre un hombre y una mujer. No existe tal relación causa/efecto. Por tanto, no puede afirmarse que todos los niños que han presenciado malos tratos o los han recibido van a convertirse en adultos maltratadores.

(19) Echeburúa 1990. Hornung, MacCulloch y Sugimoto, 1981



✓ **Los agresores agreden porque están bajo el efecto del alcohol u otras sustancias.**

El consumo de alcohol, al actuar como desinhibidor, puede aumentar las posibilidades de que se produzca una conducta violenta, pero no causarla. Muchas personas actúan violentamente sin haber tomado alcohol u otras sustancias. Y, del mismo modo, hay personas adictas que no son violentas.

«Se bebe para pegar y no se pega por beber. Generalmente, los hombres que maltratan saben cuándo y con quién ser violentos» (20).

✓ **Los agresores agreden porque no son capaces de controlar sus impulsos.**

El agresor sabe esperar y se controla muy bien para iniciar su comportamiento agresivo cuando ya tiene el control sobre la víctima. Siempre lo hace en la misma dirección: la mujer. Ser impulsivo no es sinónimo de ser violento. Como hemos señalado se trata de acciones premeditadas que buscan hacer daño y someter a la víctima. A menudo los hombres que son violentos con su pareja luego se muestran amables y pacíficos en el trabajo o en la calle, incluso pueden ser personas reconocidas y respetadas en otros ámbitos.

✓ **Los agresores son enfermos (21).**

La proporción de las agresiones cometidas por la pareja vinculadas a trastornos mentales es muy baja. Ser violento no implica padecer una enfermedad psiquiátrica. Este mito favorece la justificación de la violencia evitando que la sociedad condene el maltrato.

✓ **Un hombre no maltrata porque sí, algo habrá hecho la mujer para provocarlo.**

Esta falsa creencia culpabiliza a la víctima responsabilizándola del comportamiento violento del victimario, haciendo creer a la mujer que, con una conducta diferente, podría haber evitado la agresión. Aunque al inicio ella intente evitar las agresiones modificando su respuesta, pronto comprenderá que es muy difícil prever la agresión y, por tanto, evitarla. La agresión puede aparecer en cualquier momento, pues no depende de lo que

(20) Protocolo de Actuación Sanitaria ante la Violencia Contra las Mujeres. Consejería de Salud del Gobierno de La Rioja

(21) 12 mitos sobre la violencia de género que es necesario desmontar (belenpicadopsicologia.com)



haga o no la mujer, sino del significado que el hombre atribuya a ese comportamiento. De hecho, este puede encontrar provocadora cualquier actitud que implique lo que él considera una ruptura del rol que debe adoptar la mujer (por ejemplo, el de atención y cuidado). Es cierto que una determinada conducta de la persona puede provocar enfado en otra, pero recurrir a la violencia es responsabilidad exclusiva de quien la ejerce.

✓ **Si hay hijos, es mejor aguantar en la relación para que no sufran.**

Nunca será beneficioso para un niño o una niña permanecer en un entorno marcado por la violencia. Exponerlos de forma directa o indirecta al maltrato dejará en ellos importantes secuelas físicas, psicológicas y emocionales (ver tabla de la página 19).

✓ **La mujer que ‘aguanta’ una situación de maltrato es porque quiere.**

Son muchas y complejas las razones que explican la permanencia de las mujeres en esa situación. Según la teoría de la indefensión aprendida, Leonor Walker explica la sensación de parálisis y anestesia emocional, que experimentan las mujeres víctimas de la violencia de género. La mujer que vive en condiciones abusivas, ante las amenazas de violencia o incluso de muerte, siente impotencia y se rinde.

Dicha teoría explica que cuando las agresiones se producen de manera aleatoria y con intervalos de tiempos variables entre una y otra es muy difícil que se pueda llegar a detectar un patrón del comportamiento violento. La mujer acaba desarrollando como estrategia de afrontamiento la adaptación que impide la huida.

“Las mujeres permanecen en la relación SIN PODER SALIR, NO QUEDÁNDOSE, qué es diferente”. (22)

(22) Miguel Lorente Acosta. Exdelegado del Gobierno contra la Violencia de Género del Ministerio de Igualdad.



Comencé la relación con 17 años. Me lo presentaron y ya no me volví a separar de él. Era muy atento, me hacía sentir muy especial. Al poco tiempo, empezó a marcar todas las normas de nuestra relación. Íbamos juntos a todas partes, dejé a mi familia y a mis amigos. Bailar con otro chico fue el detonante de la primera agresión verbal y física, con insultos y empujones. Yo sólo quería agradecerle para que estuviera tranquilo y no tuviera celos. Me preocupaba más lo que necesitaba él que lo que necesitaba yo. Llegó un momento en que lo aceptaba todo por no discutir. Creía que renunciaba a cambio de amor, pero sólo encontraba más desconfianza y exigencias. Él siguió aleccionándome con castigos, insultos y empujones que se alternaban con gestos y palabras cariñosas. Me convertí en una réplica de él. Todas sus creencias las hice mías. La relación me generaba tanta tensión que me hacía estar continuamente irritable, desesperada. No era consciente de que estaba siendo víctima de malos tratos.

Testimonio real

Reflexiona:

- ¿Conoces en tu entorno alguna mujer en una situación similar?
- ¿Has observado en alguna de las mujeres con las que te relacionas que haya cambiado su forma de vestir o de relacionarse por agradar a su pareja?
- ¿Has escuchado alguno de estos mitos?
- ¿Alguna vez has vivido esto con alguna pareja?

DetECCIÓN Y SEÑALES DE ALARMA

Las señales de alarma de violencia de género son muchas y diversas (23). A continuación enumeramos algunas de ellas, que podrían poner de manifiesto que la mujer está atravesando una situación de violencia. Aunque pueden deberse a otras causas, nos han de poner en alerta para incrementar nuestra observación, buscando espacios de escucha para facilitar el diálogo con ella.

- Cambios en su imagen, manera de vestir (por ejemplo, empieza a usar ropa más discreta).
- Señales físicas de lesiones.
- Actitud evasiva, apresurada, atemorizada y mirada huidiza.
- Evita a amigos y familiares. Restringe sus actividades para estar únicamente con su pareja. Está todo el día hablando por teléfono con él, informándole continuamente donde está y con quien.
- Cuando la observamos con su pareja se muestra sumisa y sometida. Cambia totalmente su manera de actuar, por ejemplo lo mira antes de hablar. Puede no interactuar con otros hombres y manifestar dependencia afectiva.
- Expresa alta reactividad emocional, por ejemplo se asusta fácilmente ante ruidos inesperados.
- Falta de autonomía para tomar decisiones que no toma si no tiene el consentimiento previo de su pareja.
- Se niega a reconocer los cambios que el entorno observa tanto en ella como en su pareja, justificándolos.
- Se aleja de su familia. Su red social suele ser escasa, no participa en las actividades de ocio y sociales. Las víctimas adolescentes pueden no participar en actividades extraescolares.
- No suele expresar sus necesidades, cediendo a lo que él le pide.
- Se desvaloriza a sí misma, calificándose como torpe e incapaz.
- Presenta síntomas depresivos y de ansiedad.

(23) *Guía de buen trato y prevención de la violencia de género. Junta de Andalucía*
<https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/web/igualdad/guia-buen-trato-y-prevencion-violencia-genero>



- Le cuesta concentrarse en el estudio o en el trabajo, con frecuentes ausencias injustificadas. Disminución del rendimiento académico en adolescentes y conductas disruptivas.
- Puede tener un consumo abusivo de alcohol u otras sustancias.
- Sufre el control digital estando continuamente pendiente del móvil para responder a RRSS, likes, eliminación de fotos y perfiles que a su pareja no le gustan.
- Interrupción en sus actividades de ocio y tiempo libre.
- Puede presentar problemas del sueño, mostrándose más cansada durante el día y cambiar patrones de alimentación, con oscilaciones de peso rápidas.



Protocolo de actuación

Hasta aquí hemos expuesto su magnitud, formas y efectos de la misma. Como decíamos en la primera parte de nuestra guía, las parroquias han de ser espacios seguros para las víctimas, por lo que tras comprender el fenómeno de la violencia y discernir desde la Palabra, hay que actuar.

No podemos improvisar la ayuda desde la buena voluntad o las habilidades personales. Hemos de establecer protocolos eficientes de atención y acompañamiento a las mujeres teniendo en cuenta que se trata de un fenómeno muy complejo y doloroso.

Nuestra actuación ha de ser diferente dependiendo de quién haga la revelación de la situación, del momento en el que se encuentre la mujer y de si la violencia afecta a una adulta o se ejerce sobre menores de edad, ya sean víctimas de la violencia vivida hacia sus madres o chicas adolescentes en relaciones de pareja y expareja violentas.

Es importante hacerlas protagonistas, y partícipes de su proceso, ya que actuar sin su consentimiento (contarlo a terceros, derivar a algún profesional o llamar a la familia) puede perjudicarlas, asustarlas, enfadarlas y de nuevo invisibilizarlas al hacer y decidir por ellas. Si no se sienten protagonistas pueden revocar esa revelación al no ser realmente una decisión suya o verse forzadas a una situación para la que no están preparadas.

Con respecto a las personas menores de 16 años la legislación internacional y nacional convierte a todos los adultos en garantes de sus derechos. Por tanto, existe la obligación legal de comunicar a las autoridades los delitos que pudieran estar sufriendo, así como las situaciones de vulnerabilidad que puedan padecer. Recordar que en nuestro país no existe el consentimiento sexual válido por debajo de los 16 años.



a. Actuación en caso de noticia de una situación de violencia de pareja contra la mujer

En el desarrollo de las actividades de la parroquia, podemos encontrarnos el caso de una mujer, una niña o una adolescente que decida revelar una situación sugerente de violencia de género en su entorno cercano a otra persona de la parroquia: sacerdote, agente de pastoral o miembro de la comunidad. La revelación puede darse como víctima o como testigo.

- **Revelación directa:** Por parte de la víctima, ya sea mujer adulta, hijo o mujer adolescente. En el caso de hijos e hijas y en el de mujeres adolescentes o mujeres mayores de 65 años es, relativamente infrecuente que revelen directamente la violencia que están sufriendo. Algunas adolescentes lo revelan a otros iguales, pero no a adultos.
- **Revelación indirecta:** En ocasiones las víctimas no se atreven a contar su situación y colocan el problema en terceros “tengo una amiga”, o en el caso de menores mediante dibujos, relatos escritos o preguntas que nos llevan a identificar que algo está ocurriendo.
- **Revelación por un testigo:** Una persona presencia una situación o signo de violencia, y lo comunica a algún miembro de la comunidad parroquial.

Detectar un caso de violencia de género nos hace conocedores de una realidad muy compleja, de mucho dolor y riesgo para la víctima, de ahí la importancia de saber cómo actuar. La falta de reacción mantiene a la víctima en riesgo y le envía el mensaje de que no va a tener respuesta aunque lo cuente, perpetuando su silencio.

Tal y como señala el cardenal arzobispo de Madrid, D. José Cobo:

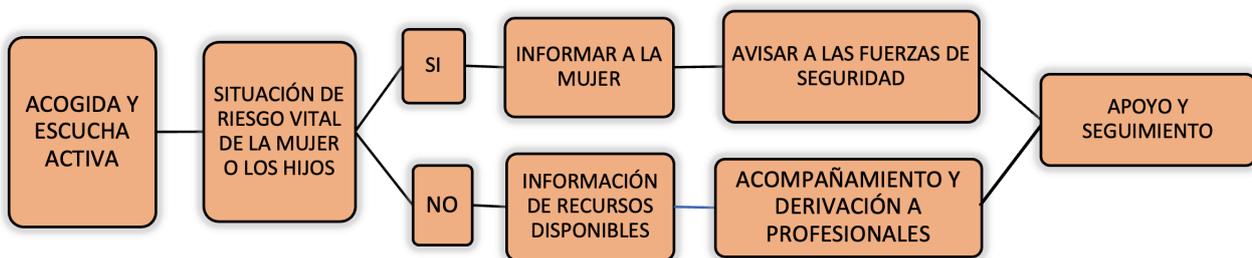
“Es tiempo de comprometernos para escuchar a las víctimas y ponerlas en el centro. Es tiempo para ayudar a quienes se atreven a romper el silencio. Ellas son un grito de socorro que no podemos ignorar” (24)

(24) Celebración “Memoria y Esperanza-libre de violencias” Noviembre, 2021



A continuación analizaremos las tres posibles situaciones de revelación de violencia:

a.1. Actuación tras una revelación de violencia hacia mujeres adultas



ACOGIDA Y ESCUCHA ACTIVA

Para que una víctima rompa el silencio y cuente la situación de violencia que está sufriendo ha de superar muchas dificultades, incluida la vergüenza, la culpa, el temor de que nadie la crea, y, sobre todo, el miedo a las amenazas de su agresor para mantener la situación en secreto.

Nuestra misión como comunidad es acoger, escuchar, orientar y facilitar el acceso a la información y a los recursos profesionales, así como favorecer espacios parroquiales de confianza y seguridad.

Las siguientes pautas en esta primera etapa pueden ayudar a disminuir el riesgo de causar más daño y la consiguiente revictimización:



QUE NO HACER

- Posponer la conversación.
- Mostrar conmoción o hacer juicios de valor.
- Mantener una actitud paternalista, decirle a la mujer qué le ocurre y lo que tiene que hacer.
- Interrogar con preguntas cerradas, sugerir con las preguntas o hacer preguntas retóricas: “Pero ¿te pegó muy fuerte?”, “¿Cómo fue exactamente?”, “Y tú ¿qué hacías?”.
- Prometer aquello que no se está seguro de poder cumplir: “Todo estará bien ahora”.
- Minimizar el problema restándole importancia.
- Dudar de la revelación: “No te puedo creer”.
- Recoger información que no sea relevante.

QUE SÍ HACER

- Mostrar disponibilidad para escucharla de forma inmediata. Escuchar sin juzgar.
- Cuidar el lugar y la privacidad de la conversación. Procurar que el lugar sea íntimo, sin interrupciones. Hacerle saber que se encuentra en un espacio seguro y que no está sola.
- Hacer preguntas abiertas: “¿Hay algo más que quieras decirme?”
- Respetar el ritmo y los silencios.
- Tranquilizar a la víctima y asegurarle que la violencia no la ha provocado ella.
- Señalar lo que ella está haciendo bien, reconociendo lo difícil que debe de haber sido romper el silencio.
- Hablar con sinceridad y transparencia para no generar falsas expectativas, desconfianza o sentimientos de traición.
- Mostrar proactividad ofreciendo conversaciones regularmente. Posibilitar encuentros informales, por ejemplo tomar un café.
- Proporcionar información clara y práctica sobre dónde acudir y los derechos que la asisten.
- Buscar alternativas para asesorarla con profesionales.
- Verificar si hay menores en el hogar.
- **Valorar si existe riesgo vital.**

Las víctimas eligen a una persona de su confianza para realizar la revelación. La forma en la que reaccione la persona a quien la víctima revela su experiencia va a resultar fundamental. No obstante, si ésta se sintiera incapaz de mantener esta conversación o considera que



precisa ayuda, lo adecuado es explicárselo a la víctima y consensuar con ella a qué otra persona puede realizar la revelación (25).

Lo que la víctima no cuenta en la revelación, no lo está ocultando, simplemente no puede ir más allá en ese momento. Hay que tener paciencia y esperar. Si ella no está preparada o convencida para terminar con la relación no se la debe forzar.

El asesoramiento debe ir vinculado a la demanda de ayuda por parte de la víctima considerando el momento en el que se encuentra.

SITUACIONES DE RIESGO VITAL DE LA MUJER O DE LOS HIJOS

Los **siguientes son factores de riesgo** vital inmediato que pueden poner en peligro la vida de la mujer y/o de sus hijos e hijas (26). Es importante valorar su presencia durante el momento de escucha a la víctima.

- ✗ Momento en el que se plantea la separación.
- ✗ Incremento de la frecuencia o intensidad de la violencia física.
- ✗ Amenazas con armas u objetos contundentes.
- ✗ Consumo de alcohol u otras drogas.
- ✗ Muestra celos, impulsividad o depresión.
- ✗ Ejerce conductas de acoso.
- ✗ Historia de violencia hacia otras parejas.
- ✗ Problemas laborales o sociales.
- ✗ Intentos de suicidio.
- ✗ Incumplimiento por parte del agresor de las Órdenes de Alejamiento/Protección.

INFORMAR A LA MUJER

En caso de detectar algún factor de riesgo de los anteriores hay que dejar claro a la mujer el peligro que corre y nuestro deber de denuncia. Corresponde a los servicios especializados asegurar la protección de la víctima.

AVISAR A LAS FUERZAS DE SEGURIDAD

Ante una situación de potencial riesgo vital es preceptivo llamando al teléfono de emergencias 112. Los servicios especializados son los responsables de valorar, confirmar e intervenir en la situación.

(25) Si la persona lo admite, podría ser como se ha señalado la persona de referencia por Parroquia o al servicio de varias parroquias para abordar esta situación

(26) https://www.mjusticia.gob.es/es/ElMinisterio/OrganismosMinisterio/Documents/Protocolo%20valoracion%20forense%20urgente%20del%20riesgo%20VdG_2020.pdf



INFORMACIÓN DE RECURSOS DISPONIBLES

Uno de los elementos importantes es conocer e informar a las víctimas adultas de los recursos existentes pues en muchas ocasiones no saben que pueden recibir ayuda y apoyo de los servicios especializados. Conocerlos puede facilitar la salida de las situaciones de violencia. La información que facilitamos a continuación es conveniente tenerla accesible en los despachos parroquiales:

		
016	Teléfono gratuito y confidencial de ámbito estatal.	Servicio de atención a mujeres que sufren violencia 24 horas, los 365 días. Ofrecen información de recursos disponibles en España y asesoría jurídica.
012	Teléfono de información general Comunidad de Madrid.	Informa sobre recursos disponibles y proporciona a la mujer la dirección, teléfono y horario de atención del Punto Municipal que le corresponda por domicilio. Lunes a viernes de 8 a 22h. Sábados de 10 a 22h. Domingos y festivos de 10 a 14 h. Fuera de ese horario se ha de llamar al 112.
900222100	Teléfono del Servicio de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia de Género.	Servicio Municipal de Madrid, especializado en atención de emergencia y protección a las víctimas de violencia de género en el ámbito de la pareja y expareja. Brinda atención las 24 horas.
91 444 17 22	Unidad de atención a adolescentes víctimas de violencia de género. No te cortes.	Servicio de la Comunidad de Madrid atendido de lunes a viernes, de 10 a 20 horas por un equipo multidisciplinar de psicólogas, educadora, abogada y trabajadora social.
900202010	Fundación ANAR de Ayuda a Niños/as y Adolescentes.	Teléfono-chat atendido por psicólogos que pueden identificar y derivar a recursos especializados si detectan violencia en chicas adolescentes.

La CDVM está disponible para atender consultas y brindar formación en cdviolenciacontralamujer@archimadrid.es



COMUNIDAD DE MADRID

Pulsando en este enlace tendrás acceso a todos los recursos de la Comunidad de Madrid

[Red de Atención Integral para Violencia de Género de la Comunidad de Madrid](#)

La red de atención a víctimas de violencia de la Comunidad incluye:

Centros residenciales que proporcionan alojamiento temporal y manutención tanto a las mujeres como a sus hijos menores, a la vez que desarrollan programas de apoyo (centros de emergencia, de acogida, pisos tutelados, centro para mujeres jóvenes víctimas de violencia).

Recursos no residenciales que ofrecen atención integral para las mujeres que han sido víctimas de violencia de género, sus hijos menores y personas dependientes de ellas. Ofrecen atención psicosocial, orientación jurídica, orientación laboral:

- Centro para la Atención Integral de Mujeres Víctimas de la Violencia Sexual de la Comunidad de Madrid. CIMASCAM. **915340922**
- Servicio de Orientación Jurídica para mujeres. **917206247**
- Programa MIRA. Centro de atención psicosocial. Red de Puntos Municipales del Observatorio Regional contra la VG. **012**
- Unidad de Atención a Adolescentes Víctimas de violencia de género. No te cortes **91 444 17 22** vgjovenes@madrid.org; unidadadolescentes@madrid.org

AYUNTAMIENTO DE MADRID

Estos recursos ofrecen en el ámbito municipal información, orientación y derivación a las víctimas de violencia hacia los distintos servicios especializados. La relación de estos recursos está disponible en la web de la Dirección General de la Mujer: www.recursosmujeres.org

Pulsando en el siguiente enlace tendrás acceso a todos los recursos del Ayuntamiento de Madrid [Red municipal de Madrid contra la violencia de género](#)

- [Servicio de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia de Género \(SAVG 24 Horas\)](#) Servicio especializado en atención de emergencia y protección a las víctimas de violencia de género en el ámbito de la pareja y expareja, que atiende, en primera instancia, como dispositivo referencial de primer nivel y de acceso a otros dispositivos. Atiende en todo el municipio de Madrid. Calle Virgen de Lluc, 101. 28027. Madrid.



- **[Punto Municipal I, II y III](#)** Servicios de atención psicosocial y asesoramiento jurídico especializado, dirigido a mujeres que cuentan con algún tipo de medida judicial de protección y que requieren atención derivada de la situación de violencia.
- **[Red de Espacios de Igualdad](#)** Pulsando en este enlace se accede a la dirección de todos los espacios de igualdad existentes en el municipio de Madrid.
- **[Centros de Apoyo a las Familias \(CAF\) - Ayuntamiento de Madrid](#)** Pulsando en este enlace podrás conocer la dirección de todos los Centros de Apoyo a las Familias del Ayuntamiento de Madrid.

ACOMPAÑAMIENTO Y DERIVACIÓN A PROFESIONALES

Es importante ayudar a la mujer a tomar sus propias decisiones sin sustituirla, evitando dar consejos, soluciones paternalistas, sobreprotectoras o poco realistas, así como opiniones o comentarios culpabilizadores. Una vez que se le ha dado la información es posible que necesite que se la acompañe a los recursos profesionales, dándole apoyo emocional. Por parte de la parroquia es importante manifestar una implicación activa, empática y de apoyo. Puede ser necesario regular la propia expectativa y frustración de la persona que escucha, sabiendo que hay circunstancias que no se podrán solucionar a corto plazo.

APOYO Y SEGUIMIENTO

La persona que ha escuchado la revelación de la víctima realizará el seguimiento del caso de forma periódica, respetando las decisiones que la mujer vaya tomando. Hay que tener en cuenta que los procesos suelen ser largos y lo importante es que la mujer sienta que puede contar con una comunidad atenta a sus necesidades.

Si el proceso lo permite habrá que:

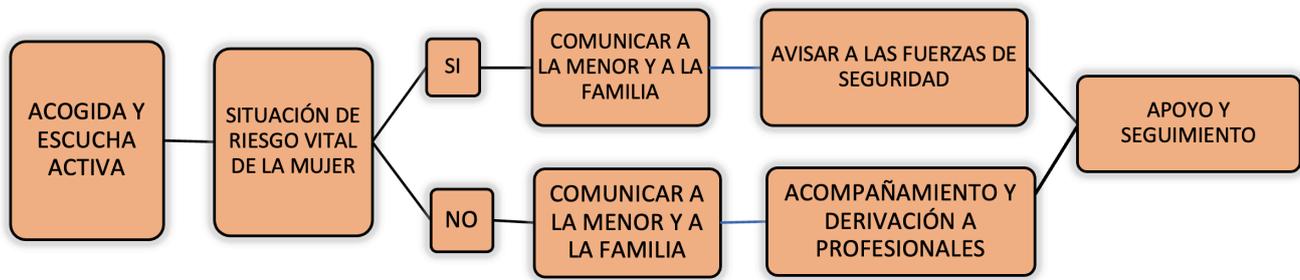
- Identificar la red social o círculo de apoyo de la víctima.
- Visibilizar la violencia de género, no normalizarla, y reducir el umbral de tolerancia al maltrato.
- Enfocar el acompañamiento sobre aquellos factores o situaciones que dependen de la víctima y que ella puede modificar.
- Fomentar la creación de una red social con otros miembros de la parroquia como elemento de apoyo.



DEBER DE RESERVA

La persona que ha detectado una situación de violencia tiene la obligación ética y legal de guardar la confidencialidad, no cabe ningún tipo de difusión, ni pública ni privada. Sólo comunicará la situación a los profesionales implicados en la intervención.

a.2. Actuación tras la revelación de violencia hacia mujeres adolescentes



La incidencia de violencia de género por parte de parejas y exparejas en adolescentes es similar a otros grupos de edad. Es importante señalar la relevancia de la violencia ejercida a través de redes sociales y de la violencia sexual. En muchas ocasiones, los agresores son también menores de edad, lo que deja a las víctimas en una mayor indefensión legal. Una adolescente tiene mayor resistencia a denunciar lo que le está ocurriendo porque no se identifica como víctima de violencia de género y, también, porque la violencia entre pares está muy normalizada. El 27,4% de los jóvenes de entre 15 y 29 años cree que la violencia machista es "una conducta normal" en el seno de una pareja (27). Es habitual que las adolescentes que sufren violencia se lo cuenten en primer lugar a una amiga, por lo que podemos recibir más revelaciones indirectas. De ahí la importancia de incluir estos temas en las pastorales de juventud y catequesis, así como en la formación de los agentes de ambas pastorales y de los monitores de campamentos y convivencias.

Tras la revelación, si se detecta potencial riesgo vital se avisará al 112, informando a la menor y a su familia.

Se informará a la menor y a su familia de los recursos disponibles para adolescentes que se han citado ya.

(27) Barómetro 2017 del ProyectoScopio realizado por el Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud de la FAD

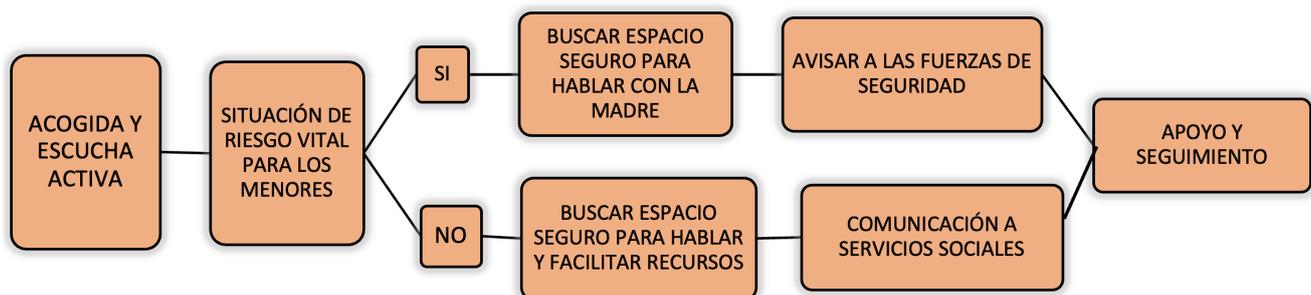


Es importante explicar las actuaciones que se seguirán, para que la adolescente se sienta segura. No se le debe prometer confidencialidad, ni aceptar guardar secretos, porque no se pueden cumplir. Es importante dejar claro en la conversación que estamos para apoyarla y asegurarle que recibirá la ayuda necesaria. Habrá que identificar si su familia conoce la relación y, en caso negativo, preguntarle con qué progenitor se siente más cómoda para informarle del tema. En menores de edad conocimiento y comunicación (28) son dos hechos ligados e inseparables. Comunicar es notificar. Es una condición necesaria para posibilitar la intervención y una obligación legal. Serán los padres o las figuras adultas de referencia quienes deseablemente tendrán que notificar.

a.3. Actuación tras revelación de violencia hacia hijos o hijas menores de mujeres víctimas

A un niño que está sufriendo violencia en su casa, le diría que busque ayuda, que hable con su profesor, que hable con su madre... Que lo cuente, que busque ayuda, que pueden ayudarlo. Porque un niño no puede poner una denuncia como una persona adulta, no puede decir pues me voy... yo salgo adelante. Un niño es mucho más complicado... creo que si te sucede, tienes que pedir ayuda, es mejor ir a un centro de menores.... Y a una madre le diría que salga de casa, saque a sus hijos y denuncie.

Testimonio del hijo de una mujer víctima de violencia



El menor puede revelar su situación a un catequista, monitor u otro agente de pastoral. Lo puede expresar verbalmente o a través de dibujos o relatos que le permitan romper su silencio. Es muy importante ofrecer al niño o a la niña la posibilidad de ser escuchado y de que hable sobre sus sentimientos, para que pueda liberar toda la angustia reprimida y regular sus emociones. En esa primera conversación el objetivo debe ser descargarle de

(28) En el artículo 13 de la Ley 26/2015 de 28 de julio, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia, se establece el deber y la obligación que tienen todas las personas que tuvieran noticias de un hecho que pudiera ser delito contra la libertad e indemnidad sexual o de trata o explotación de menores, de ponerlo en conocimiento del ministerio fiscal.



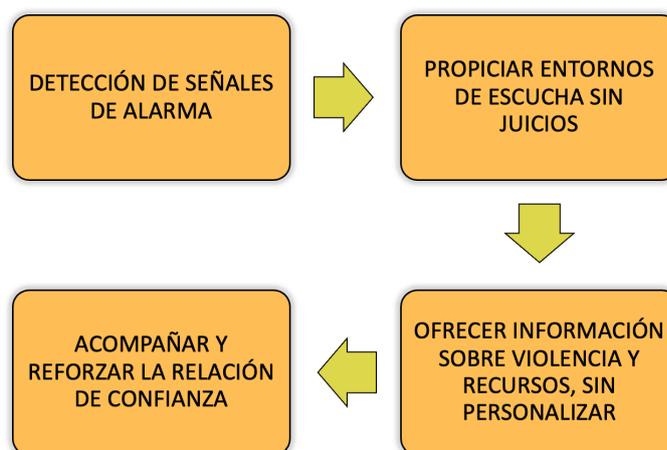
sus posibles sentimientos de culpa y vergüenza para que pueda explicar lo que ha vivido. Demostrarle que se le cree y nunca cuestionarle. Seguramente, el menor no es consciente de que tanto su madre como él son víctimas, por lo que habrá que hacerle ver la necesidad de hablar con ella para que podamos ofrecer ayuda a los dos. Es imprescindible, por tratarse de un menor, buscar un espacio seguro para hablar con la madre y plantearle abiertamente la situación. En ocasiones la revelación del menor ayuda a la madre a romper el silencio.

La **Ley Orgánica 8/2021**, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia, obliga a toda persona a comunicar a la autoridad competente cualquier indicio de violencia ejercida contra un menor.

Hay que tener en cuenta que, por la experiencia traumática de las situaciones que han vivido, en ocasiones, los menores son incapaces de recordar o relatar lo padecido. En este caso, no se debe entrevistar formalmente a la posible víctima, sino que debemos dejarlo en manos de un profesional preparado.

b. ACTUACIÓN EN CASO DE SEÑALES DE ALARMA DE VIOLENCIA EJERCIDA HACIA LAS MUJERES

b.1. Actuación ante señales de alarma en mujeres adultas.



Ante posibles señales de alarma que nos hagan sospechar situaciones de violencia debemos:



- Escuchar sin juicios: Para entender una situación de violencia hay que hacer un profundo ejercicio de empatía siendo conscientes de que cada persona es dueña de su vida y de su proceso.
- Fomentar un clima tranquilo y agradable sin presionar para que cuente más.
- Respetar sus tiempos y sus decisiones para aumentar su autoconfianza. Es fundamental entender que en el ciclo de la violencia las relaciones son ambivalentes y las emociones contradictorias.
- No nombrar la situación como “violencia de género” si percibimos que ella no la está identificando como tal. Hablar de violencia de género cuando la mujer no está preparada puede ser contraproducente y hacer que la mujer se cierre a narrar lo que está viviendo.
- Ofrecerle información sobre los recursos disponibles.
- Construir una relación de confianza y reforzar los vínculos.
- Ofrecerle actividades de grupo que se desarrollen dentro de la parroquia con otras personas, para ampliar su red de apoyo.
- Acompañamiento y seguimiento han de ser un estar presente y disponible sin invadir el espacio personal, que contribuirán a reforzar la relación de confianza y los vínculos.

Es importante que nuestras parroquias y comunidades aborden el buen trato como forma de relación. Los grupos de jóvenes, las catequesis infantiles, el catecumenado de adultos, así como los grupos de matrimonios y los espacios de oración, retiros, preparación al matrimonio, campamentos, ocio y tiempo libre y cualesquiera otras actividades parroquiales son espacios privilegiados para, desde el Evangelio, abordar el buen trato como única forma relacional en todos los órdenes.

b.2. Actuación ante señales de alarma en mujeres adolescentes





La comunicación con la familia es muy importante, preguntarles si han observado también alguna señal de alarma, sin ponerles nombre, tratando de ayudar a la familia a detectar indicios de maltrato en la adolescente.

Propiciar entornos de escucha con los adolescentes.

Favorecer en los grupos de jóvenes de la parroquia un diálogo abierto sobre este tema, sin personalizar, para que puedan tomar la decisión de revelar lo que les ocurre.

b.3. Actuación ante señales de alarma en hijos e hijas menores de mujeres víctimas



Los hijos e hijas viven la violencia dentro del hogar como un secreto que les hace sentirse diferentes.

Los niños y niñas generan respuestas de supervivencia que elaboran para adaptarse a las situaciones que viven, son estrategias para autoprotegerse del miedo y alarma permanente que experimentan. Estas respuestas son variadas, se pueden manifestar como conductas violentas, hiperactividad, exceso de control, etc. No debemos juzgarlas ni culpabilizarlos.

¿Qué más hacer como comunidad? Buenas prácticas

- Hacer de la **Pastoral Familiar** un espacio de escucha profunda, ausencia de juicio y acompañamiento que posibilite la detección temprana.
- **Desenmascarar cualquier manifestación de violencia**, física, verbal, psicológica y/o sexual, porque ninguna forma de violencia es compatible con vivir como hijos e hijas del Dios en el que creemos.
- **Formar a sacerdotes y agentes de pastoral** a la luz de los avances y conocimientos en todo lo relacionado con la violencia contra las mujeres. De este modo se sensibilizará a las comunidades cristianas para erradicar esta lacra social.
- **Enriquecer la formación bíblica para incluir la mirada de las mujeres en la interpretación de la Palabra y la liturgia.** El Evangelio es Buena Noticia y fuente de esperanza y liberación. Como lo fue para las mujeres que acompañaron a Jesús, así debe ser para las mujeres de las comunidades parroquiales.
- **Cultivar la paz, la no discriminación, la comprensión y la compasión para transformar las relaciones desiguales, injustas y dominadoras** en fraternas y liberadoras a la luz del Evangelio.
- **Introducir en la liturgia días señalados, que hagan visible el gran sufrimiento de provoca esta violencia** contra las mujeres y sensibilicen a las comunidades en apoyo de nuestras hermanas.
- **Rescatar de nuestra tradición imágenes, lenguaje, símbolos sobre Dios que sean inclusivos** y, también, poner en valor la experiencia femenina de Dios en predicaciones y catequesis.
- **Eliminar lenguajes y prácticas excluyentes o discriminatorias que justifiquen la violencia** contra las mujeres y prestar atención a la que se da también en el interior de la Iglesia.
- Divulgar y dar a conocer los servicios que pueden ayudar a las mujeres que sufren violencia.
- Promover en la parroquia acciones de **sensibilización sobre violencia de género.**

Herramientas para la prevención

Como hemos señalado, nuestras comunidades parroquias deben ser espacios seguros. Conocer qué es la violencia, cómo impacta, qué consecuencias tiene nos permitirá prevenirla en las personas que forman parte de nuestros entornos parroquiales.

Las investigaciones señalan que un profesional formado en violencia triplica su capacidad de detección de casos (29).

Esta guía ha pretendido ofrecer algunos de los pilares básicos. La CDVM se ofrece a seguir profundizando en la formación sobre violencia.

Para propiciar el diálogo os proponemos algunos casos prácticos que nos ayudan a la reflexión y al diálogo, así como otras herramientas audiovisuales y libros que pueden contribuir a abordar este tema.

CASO PRÁCTICO 1

Pilar asiste al grupo de mujeres mayores de la parroquia, se acaba de incorporar al quedarse viuda. Esta iniciativa forma parte de su estrenada vida en libertad a los 78 años.

Refiere a sus compañeras: “Le pedí al Señor muchas veces que me concediera algunos años de vivir sola y tranquila. De ninguna manera deseaba la muerte de mi marido, solo necesitaba un poco de tiempo en paz”.

Pilar se casó a los 22, no tuvo hijos, pero sí un marido que le recordaba constantemente que no servía ni para parir, que le controlaba salidas, entradas, forma de vestir y, por supuesto, el dinero que le daba a cuentagotas, aunque no tuvieron nunca apuros económicos. Ella, de tanto oír “tú no tienes ni idea, cállate mujer y escucha a ver si aprendes algo”, se acostumbró a callar, convencida de que era un buen hombre: “Nunca me puso la mano encima”.

(29) La atención primaria frente a la violencia de género. Necesidades y propuestas 20215 Delegación de Gobierno para la violencia de género



Ahora que no está su marido puede salir y entrar cuando quiera, aunque no sabe por qué, le cuesta mucho hacerlo, se siente mal y no tiene ganas de nada. Siempre se ha encargado de las cosas de la casa y de gestiones varias, pero desde que murió su marido siente miedo de todo, de salir, de hacer las cosas mal, de equivocarse con las cuentas y se siente bloqueada. Pilar cree que nadie la va a entender y, además, como su marido ha fallecido, cree que el problema lo tiene ella.

PREGUNTAS PARA EL DIÁLOGO:

1. ¿Crees que Pilar sufrió en su vida de pareja maltrato de algún tipo?
2. ¿Le podría haber ayudado participar en algún grupo con otras mujeres dentro o fuera de la parroquia?
3. ¿La vida de Pilar te recuerda a la de otras mujeres mayores de tu entorno?

CASO PRÁCTICO 2

Silvia es una chica de 17 años que siempre ha estado vinculada a la parroquia. Desde pequeña ha acudido junto a sus padres y hermanos a las misas y celebraciones religiosas. Ahora participa en grupos de catequesis para adultos después de haber celebrado la confirmación hace unos años.

Al grupo de catequesis acude una vez por semana, aunque desde hace unos meses su asistencia ha sido muy irregular. Un día, en el grupo de catequesis, cuenta que desde hace 10 meses sale con un chico al que conoció en las redes sociales. Ella está muy enamorada de él. Poco a poco, él ha comenzado a controlar lo que ella hace. Ella considera aceptable que su novio controle sus horarios, a dónde va, con quién está, pues piensa que es una muestra de amor, de atención hacia ella y de protección. A veces su novio le dice a Silvia que no vea tanto a sus amigas. A él no le gustan las amigas de Silvia porque ellas disfrutaban saliendo al parque y paseando todas juntas, por lo que pide a Silvia que no las vea. También le reprocha que comparta tiempo con su familia los fines de semana y quiere que solo pase tiempo con él. Poco a poco, Silvia ha comenzado a distanciarse de sus amigas y su familia.

Además, el chico le dice que la ropa que se pone no es adecuada. En verano, no le deja usar vestidos porque considera que llama mucho la atención.

En el grupo de catequesis cuenta que ha tenido una discusión con su novio, porque ella ha colgado una foto en Instagram con su familia. Muchos amigos le han escrito comentarios bonitos que a él le han molestado mucho, y ha dicho a Silvia que a nadie le interesan esas fotos. Así que le ha pedido que le dé su contraseña “para protegerla” y ella, que se ha sentido muy presionada, ha accedido a dársela.



A los pocos días, Silvia ha visto que su novio había borrado de su cuenta a todos sus amigos varones y también algunas fotos.

Al grupo de catequesis le ha desconcertado lo que les ha contado Silvia, que se encuentra triste y se la percibe insegura y con temor.

PREGUNTAS PARA EL DIÁLOGO:

1. ¿Crees que Silvia está sufriendo algún tipo de maltrato?, ¿De qué tipo?
2. ¿Qué indicios de maltrato se pueden apreciar?
3. ¿Crees que hay alguna responsabilidad por parte de la catequista y/o compañeros de catequesis, si pueden llevar a cabo alguna intervención o por el contrario es mejor no hacer nada?
4. ¿Crees que los insultos y descalificaciones son malos tratos?
5. ¿Crees que el control y los celos NO son amor?
6. ¿Crees que los golpes y el maltrato NO son formas corrientes de resolver problemas en una pareja?

HERRAMIENTAS DIDÁCTICAS

LIBROS

Flor del desierto. La modelo y escritora somalí Waris Dirie narra sus vivencias personales, entre ellas el ser víctima de la mutilación genital femenina.

Yo sé por qué canta el pájaro enjaulado. Es una especie de autobiografía de la escritora norteamericana Maya Angelou, y las dificultades que enfrentó en su condición de mujer y afroamericana.

Mil soles espléndidos. Conmovedora novela de Khaled Hosseini, a través de la cual el lector revivirá los sufrimientos y alegrías de dos mujeres afganas en medio de una sociedad violenta y machista.

Sé amable contigo mismo. Kristin Neff hace una buena síntesis de la amabilidad y de la compasión como fuerzas transformadoras y muestra el camino de una autoestima sana.



El rompecabezas: anatomía del maltratador. Miguel Lorente Acosta examina los rasgos psicológicos y perfiles del hombre agresor, destacando el hecho de que no es posible establecer un perfil único.

Amores que matan. En este libro Vicente Garrido analiza la violencia física y emocional que las mujeres sufren a manos de su pareja, llamando la atención para que eviten caer en este tipo de relaciones.

Dependencia emocional: características y tratamiento. En esta obra, el psicólogo Jorge Castelló Blasco explica por qué las personas con dependencia emocional son más propensas a entrar en relaciones dañinas y cómo pueden superarlo.

El color púrpura. Es una popular novela de la autora afroamericana Alice Walker, publicada en 1982 y llevada al cine por Steven Spielberg. Describe la historia de una joven negra abusada sexualmente por su padre, que trata de superarse a sí misma a través de los libros y se enfrenta los estigmas sociales de la época.

Las mujeres que aman demasiado. Obra de Robin Norwood y best-seller mundial. Trata de ayudar a las mujeres a entender que el amor que tengan por su pareja no puede justificar el maltrato hacia ellas.

Mujeres que sufren demasiado. En este libro Pamela Jayne extrae ejemplos de la vida real para mostrar cómo muchas mujeres justifican la agresión de sus parejas y el peligro que ello representa.

Yo soy Malala. Cuenta la inspiradora historia de la joven paquistaní y Premio Nobel de la Paz 2014, Malala Yousafzai, y su lucha por la educación de las niñas.

No soy yo. En esta obra, dirigida a pacientes ya profesionales, la psiquiatra Anabel González muestra la forma de superar experiencias dolorosas analizando el trauma complejo, el apego y la disociación.



CUENTOS PARA PREVENIR LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER DESDE LA INFANCIA

Monstruo pequeño dice ¡no!
Los monstruos grandes no lloran
Orejas de Mariposa
Estoy contigo
Mi cuerpo es mío
La parte que falta
Malena en el espejo
Finn Herman
El árbol generoso
Marta no da besos
Presentes
Arturo y Clementina
Flor Fané
Yo voy conmigo

PELÍCULAS Y SERIES

Te doy mis ojos (Icíar Bollaín, 2003)
Solo mía (Javier Balaguer, 2001)
Maid (Serie) (Molly Smith, 2021)
Solo una vez (Guillermo Ríos, 2021)
No estás sola, Sara (Carlos Sedes, 2009)
Invisibles (Gracia Querejeta, 2020)
Big Little Lies (Serie, Liane Moriarty - J.M.Vallée, 2017-2019)
Siempre nos quedará mañana (Paola Cortellesi, 2023)

CORTOS

No es Normal | Día Internacional Contra La Violencia De Genero ([youtube.com](https://www.youtube.com))
EL ORDEN DE LAS COSAS - Corto contra la violencia de género ([youtube.com](https://www.youtube.com))
Retratos de la violencia machista en el cine y las series ([rtve.es](https://www.rtve.es))
Películas sobre violencia de género - Concienciar con el cine ([enfemenino.com](https://www.enfemenino.com))

1. Protocolo de actuación para primera acogida en situación de crisis desde una perspectiva de género e interseccional. Oficina Desarrollo Estratégico Departamento Equidad de Género y Diversidad Dirección de Desarrollo Comunitario. Chile. 2021.
2. Guía breve de actuación en los servicios de urgencias hospitalarios. <https://www.madrid.org/bvirtual/BVCM017382.pdf>
3. The Battered woman. Lenore E. Walker. Ed. Harper and Row. New York. 1979.
4. Relaciones de las Cortes e Igualdad. Secretaria de Estado de Igualdad. Delegación del Gobierno para la Violencia de Género. Ministerio de la Presidencia. <http://www.violenciadegenero.igualdad.mpr.gob.es/instituciones/delegacionGobierno/home.htm>
5. Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.
6. Violencia Doméstica. Grupo de Salud Mental del Programa de Actividades de Prevención y Promoción de la Salud (PAPPS) de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (SEMFYC), con la colaboración del Ministerio de Sanidad y Consumo. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid. 2003.
7. Protocolo Común para la actuación sanitaria ante la Violencia de Género en el Sistema Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2012.
8. Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. Asamblea General de las Naciones Unidas. A/RES/48/104.23 de febrero de 1994. <http://www.acnur.org/biblioteca/pdf/1286.pdf>. 1994.
9. Protocolo Común para la Actuación Sanitaria ante la Violencia de Género. Comisión contra la Violencia de Género. Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Consumo. 2012. <http://www.msc.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/protocoloComun.pdf>
10. Guía de Apoyo en Atención Primaria para abordar la Violencia de Pareja hacia las Mujeres. <https://www.madrid.org/bvirtual/BVCM009545.pdf>
11. Guía de Actuación en Atención Especializada para abordar la violencia de pareja hacia las Mujeres. <https://www.madrid.org/bvirtual/BVCM017023.pdf>
12. Los 7 tipos de violencia de género (y características) <https://psicologiymente.com/forense/tipos-violencia-de-genero>
13. Guía de buen trato y prevención de la violencia de género. Protocolo de actuación en el ámbito educativo.” Junta de Andalucía consejería de educación dirección general de participación y equidad.
14. Las Mayores tienen voz. Claves para el acompañamiento a mujeres mayores en situación de violencia de Género. Obra social Apostólicas del Corazón de Jesús 2º Edición. 2018.



Pastoral para el Desarrollo Humano Integral

Archidiócesis de Madrid

25 de Noviembre de 2024

Autoras: CDVM. Julia Almansa, Aurora Álvarez, Judith Arroyo, Teresa Casillas, Belén Gavilanes, Paloma González-Blanch, Carmen Montejo y Aránzazu Perea.