

NOVIAZGOS VIOLENTOS

Que a vos no te pase

Alberto, o “Beto” como le decíamos en el grupo, era el chico que nos gustaba a todas, nos parecía que era re-lindo, fuerte, un ganador. Una tarde me pidió que fuera su novia; me sentí muy afortunada. Al principio, cuando nos quedábamos solos, me demostraba cuánto me quería, primero con abrazos, después con besos más apasionados; yo muy enamorada pensaba que tenía mucha suerte en haber logrado que se fijara en mí.

En un principio me sentía confundida por su actitud, porque sólo se acercaba a mí cuando nadie nos veía, y cuando le preguntaba por qué, me acariciaba la cara y me decía: “es que si se enteran los demás van a empezar con los chismes y cargadas y no quiero que tengamos problemas”; yo pensaba que era lógico lo que decía y que era mejor mantener en secreto nuestro amor.

Un día en una fiesta, aún manteniendo nuestra relación en secreto, comencé a bailar mientras todos me hacían un círculo. Beto se enfureció, me miró fijamente a los ojos y dijo: “mírenla, si parece una puta!”. Lloré toda la noche pensando que no me merecía ese trato, al otro día, cuando le reclamé, me abrazó, y dijo: “perdoname, no supe como reaccionar, es que me muerdo de celos”; entonces pensé que de alguna manera era lindo que él sintiera celos, porque eso significaba que me quería.

Lo peor fue una tarde que pasó a buscarme, anduvimos un rato largo, yo no conocía el camino y entonces le pregunté a dónde íbamos, pero él me respondió de una manera muy violenta que “no preguntara tonterías o mejor me llevaba de regreso a mi casa”, preferí no preguntar más. Después de un tiempo sin saber en donde estaba me animé a preguntar otra vez, me dijo que si seguía molestando me iba a dejar ahí mismo y, aunque era lo que yo quería, preferí seguir porque me daba miedo que terminara la relación conmigo. Finalmente, llegamos a un edificio y no tuve tiempo de nada, sentí que me arrastraba hacia una escalera, pero como no podía ir más rápido él se burlaba de mí llamándome gorda y lenta, yo cada vez me asustaba más.

Entramos a un departamento –que al parecer era de su tío–, cerró la puerta, me tomó de los hombros y me besó con la rudeza acostumbrada, pero ahora sentí algo extraño; estábamos solos como siempre había querido, sin embargo, yo tenía miedo pero... me aguanté. Entonces comenzó a besarme apasionadamente y a tocar todo mi cuerpo, yo no sabía qué hacer, no tuve el valor de detenerlo hasta que quiso quitarme la remera, le agarré la mano y lo detuve, él intentó nuevamente, y, como yo me resistía, se apartó sorpresivamente.

Por unos minutos todo estuvo en silencio, pensaba que me iba a dejar, que ya no me iba a querer, así que, aunque no estaba tan segura de lo que quería, lo abracé y le dije que “no volvería a hacer otra tontería como esa”. Entonces comenzó a besarme con mucha fuerza, me tocaba ansiosamente, me apretaba, claro que me dolía, pero no podía decirle nada porque se enojaría; pensé que era normal, que en esos momentos así eran las demostraciones de amor. Las caricias aumentaron, me quitó la remera, sentía vergüenza y miedo, pero cuando quiso desabrocharme el pantalón no aguante más y lo

aparté bruscamente; a él ya no le importó y lo intentó nuevamente, yo luché por quitármelo de encima y salí corriendo de ahí... No sé cómo, pero llegué a mi casa.

Desde entonces no me habla, tal vez es lo mejor, al menos ya no tengo ese miedo que tenía al estar a solas con él.

Sabias

- Que en distintas partes del mundo, entre 16% y 52% de las mujeres experimentan violencia física de parte de sus compañeros, y por lo menos una de cada cinco mujeres son objeto de violación o intento de violación en el transcurso de su vida.
 - Y que 3 de cada 10 de las estudiantes reportan violencia en el noviazgo.
 - En Argentina, 4 de cada 10 mujeres sufren en algún momento de su vida maltrato emocional, físico o sexual.
 - En la ciudad de Buenos Aires las estadísticas dicen que casi el 80% de las esposas maltratadas sufrió los primeros abusos durante el noviazgo. El 54% de las mujeres asistidas en los centros de atención del gobierno porteño son casadas. El 79% de los victimarios son esposos y convivientes.
- La violencia que inicia en el noviazgo, continúa en la relación formal de pareja.
- Una de las manifestaciones de la violencia en el noviazgo son los celos en extremo.
- La violencia física puede iniciar con daños ligeros, pero puede también provocar discapacidades e incluso la muerte.
 - La violencia psicológica puede producir baja autoestima, ansiedad, depresión, e incluso el suicidio.
 - La violencia física y sexual es un delito y puedes denunciarlo.
 - Otro tipo de violencia que se ejerce en el noviazgo es la violencia económica, la cual consiste en controlar a otras personas a través de los recursos necesarios para vivir.

¿Que es la violencia?

Seguramente asociamos violencia con la idea de “fuerza” y/o acciones como golpear, gritar, forzar y violar a una persona. Cuando la violencia tiene muchos rostros, a veces puede ser un insulto, a veces un golpe. **La violencia es todo lo que nos produce daño físico y emocional, temporal o permanentemente.**

Existen varios tipos de **violencia**, pero en el noviazgo debemos tener mucho cuidado con:

- **La violencia verbal**, es cuando nuestra pareja utiliza miradas, gestos y/o palabras que nos rebajan y nos lastiman.
- **La violencia emocional o psicológica**, es cuando nuestra pareja nos insulta y se burla de nuestra forma de ser, de vestir, de hablar, e incluso cuando lo hace para referirse a nuestros amigos/as y familia.

- **La violencia física**, se relaciona con todas las acciones en contra del cuerpo de alguna persona tales como empujones, tirones de cabello, patadas, cachetadas, golpes, etcétera.

A veces pensamos que la gente que nosotras queremos no nos puede o no nos quiere lastimar, e incluso hemos escuchado y dicho frases como: “me cela porque me quiere”, “todo lo hago por tu bien”, “no te pongas esa falda tan corta”, “no te juntes con esa amiga porque te mete malas ideas”. Y entonces nos preguntamos ¿es violencia o sólo muestra interés por mí?, pero desgraciadamente sufrimos violencia a manos de gente que queremos y conocemos, por eso es tan difícil identificar y detener la violencia

¿El amor duele?

Para responder esta pregunta, deberíamos imaginarnos al amor como un “algo” que forme parte de nuestro cuerpo, el amor es un sentimiento que cada una/o vive distinto, ¿quién dijo que para amar hay que padecer? Estas ideas erróneas nos van enseñando que la violencia es “normal” en una relación. Cuando tu relación se llena de “pequeños detalles” como celos, empujones, groserías; tendrías que preguntarte si lo que te duele es el amor o la violencia. Es una mentira aquel dicho que para amar hay que sufrir, las personas tenemos la capacidad de dar sin lastimar.

¿Qué es lo que te duele?

Cuando tu chico o tu chica te hace sentir fea/o, gorda/o y poco inteligente; cuando tu pareja desaparece por cortos períodos de tiempo sin explicar los motivos de sus ausencias; cuando constantemente te amenazan con terminar la relación si no cambias tu forma de vestir, de hablar, de reírte, o si no le dejas de hablar a alguna amiga. Cuando te grita, cuando te niega, cuando no valora tu trabajo, tu creatividad, tus esfuerzos; cuando te niega la posibilidad de iniciar o continuar tus estudios, un trabajo, o tu participación en grupos culturales, artísticos, etcétera. **Todas estas actitudes son violencia en el noviazgo.**

¿Qué podemos hacer?

Exigir un buen trato, aprender a no minimizar nuestras emociones y sentimientos. Si alguien a quien nosotras/os queremos nos lastima de alguna manera, debemos hablarlo. Si tu novio/a te hace sentir mal por algo, lo más recomendable es que se lo digas para que sepa que no te gusta que te maltraten ni lastimen, y que no estás dispuesta/o a permitirlo, es una buena herramienta para defenderte de la violencia en el noviazgo.

¿A qué tenemos derecho?

Tenemos derecho a una vida libre de violencia, tenemos derecho a la privacidad, a la libertad y a la seguridad. Toda persona que lastime de manera física o sexual puede ser demandada. Nadie, ni mi novio/a ni mi familia, tiene derecho a golpearme o a maltratarme ni en público ni en privado.

Tenemos derecho a recibir un trato de respeto a nuestros cuerpos, a nuestros pensamientos, opiniones y a nuestras cosas. A reconocer que nuestras necesidades son

igual de importantes que las de nuestras parejas. También tenemos derecho a mantener la comunicación con nuestras amistades; a crecer y a realizarnos como personas, a cambiar de opinión si lo consideramos pertinente; a decidir cuánto tiempo queremos pasar con nuestra pareja; a no recibir abuso físico, emocional, psicológico y/o sexual. Tenemos derecho a romper la relación y a dejar de quererlo/a sin culpas.

Consejos

- Cuando veas que tu novio/a te cela de manera excesiva por cualquier razón, no acepta explicaciones, y no te acepta como sos, seguramente no es la persona indicada para estar con vos.
- Si tu novio/a utiliza bofetadas, empujones u otro acto de violencia bajo el argumento de juego, pensá que la violencia irá creciendo cada vez que tengan diferentes opiniones para cosas en común.
- Cuando tu novio/a te insulta, te ofende en público, está demostrando que no te respeta como sos.
- Tu novio/a no tiene derecho a apropiarse de tus cosas ni de romper las cosas u objetos que para vos son importantes (fotos, cartas, etcétera).
- Cuando tu novio/a te exige o te presiona para tener relaciones sexuales está cometiendo un abuso y, probablemente, sólo pretende satisfacerse a sí mismo/a y no está considerando lo que vos querés.
- Siempre habla con otras personas de lo que te sucede en tu relación, lo que te haga sentir mal o te lastime.
- Nadie tiene el derecho de violentarnos de ninguna forma.
- No debes sentir pena, vergüenza o sentimientos de culpa si sufrís violencia, lo que debes hacer es evitar ponerte en riesgo y pedir ayuda para salir de la violencia.
- Nosotra/os no somos responsables de los comportamientos de otro/as.
- Si en tu relación vivís estos tres momentos de manera continua y permanente:
 - Dificultad para conversar y llegar a un acuerdo.
 - Agresión.
 - Reconciliación.

Estas viviendo en un circulo de violencia y necesitas ayuda.

Si necesitas ayuda o mas información, llama al Tel.: 4296-9677, Dirección de Niñez, Juventud y Familia, Secretaría de Desarrollo Social, o dirigitte a la dirección

Sofía T. Santamarina 464, Monte Grande.

También puedes dirigirte al Centro Comunitario de Promoción y Protección de los Derechos de Niños/as y Adolescentes en el CAI de tu barrio:

BAFICO - Mercedes y Las Heras, M. Grande - Tel.: 011 4263-3366

EL JAGUEL - El Ceibo 1319 - Tel.: 011 4232-3060

EL MANZANAR - Monte Grande y Lozano, 9 de Abril - Tel.: 011 4693-0488

EL ZAIJAR - Vernet y Garreador, 9 de Abril - Tel.: 011 4272-3821

SANTA ISABEL - Pizurno y San Pedrito - Tel.: 011 4235-0835

SANTA LUCIA - San Pedrito 428, M. Grande - 011 4263-3329

DELEGACION 9 DE ABRIL - Paula Albarracín 1611, 9 de Abril - Tel: 4693-0877

Mitos

Averigua lo que existe detrás de los mitos más arraigados con respecto a la violencia:

“Porque te quiero te aporreo” La violencia no une, la violencia despedaza relaciones.

“ Mi amor lo va a cambiar” Los comportamientos son resultados de un aprendizaje, y el cambio no depende de una entrega de amor.

“Le gusta que le peguen, si no, ¿por qué no lo deja?” Las desventajas económicas, sociales y culturales en que viven las mujeres, así como el miedo y el no encontrar apoyo, las obliga a mantenerse en una situación de violencia.

“Las mujeres deben ser abnegadas” A las mujeres se les educa para ser sumisas y obedecer, y esto las hace vulnerables frente a la violencia.

“Seguro que ella hizo algo que lo provocó” Las mujeres no somos culpables de las acciones de otras personas. No hay provocación que justifique la violencia.

“La violencia sólo se da en hogares pobres” La violencia se da en todos los niveles sociales, económicos y culturales.

“Sólo los hombres adictos a drogas o al alcohol, desempleados o con problemas en su trabajo son violentos. No sólo los hombres con problemas de alcoholismo o drogadicción son violentos. El consumo de alcohol o drogas puede favorecer pero no es la causa de la violencia. De hecho, muchos alcohólicos no son violentos. Algunos violentos son violentos si beben en su casa y no afuera.