



## **LINEA AYUDA ON LINE PARA LAS ADOLESCENTES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO EN SUS RELACIONES DE PAREJA Y SUS FAMILIAS**

---

### **1. INTRODUCCIÓN**

Esta línea de ayuda *on line* tiene como objetivo el apoyo y la orientación a aquellas chicas que, en sus incipientes relaciones de pareja, viven situaciones que les llevan a sospechar que se encuentran en un caso de maltrato. Este mismo apoyo y orientación están dirigidos también a sus familias.

La violencia de género es un problema social que afecta a todos los sectores de la sociedad, incluida la población juvenil o adolescente. La violencia no se inicia normalmente con agresiones físicas sino con comportamientos de dominio y abuso, sin que, en muchas ocasiones, la adolescente tenga conciencia de estar sufriendo dicha violencia.

Ayudar a las adolescentes y a sus familias a identificar situaciones de maltrato y ponerles freno es uno de los objetivos prioritarios de la Comunidad de Madrid en su lucha contra la violencia de género.



## 2. INFORMACIÓN PARA CHICAS

### SEÑALES QUE DEBES TENER EN CUENTA

Ha intentado aislarte de tus amigos. No le gusta que vayas a ninguna parte sin él.

Cada vez que estás con amigos, se pone borde y monta numeritos. A veces te deja plantada.

No le gustan tus amigos y te habla mal de ellos. Te hace creer que no vales nada.

Se burla de ti, te insulta y te ridiculiza. Te avergüenza en público.

No se fía de ti, te acusa injustamente de coquetear con otros chicos. Critica constantemente tus opiniones o tu forma de pensar.

Te trata como si fueras menos competente que él. No suele valorar ni alabar tus cualidades o tus aciertos.

Encuentra defectos en casi todo lo que haces. Sientes que cuando le cuentas tus cosas muestra poco interés.

Te ha pegado, empujado alguna vez. Alguna vez se pone tan nervioso contigo que sientes miedo.

Dice que le provocas, que "le llevas la contraria", para que "salte". Te amenaza con mensajes en el móvil o Internet.

Ha difundido mensajes, insultos o imágenes tuyas por Internet o móvil sin tu permiso. Te ha grabado sin que tú lo supieras.

Intenta saber quién te llama y escribe al móvil y tus contactos en las redes sociales. Si no quedas con él, te pide explicaciones, no quiere secretos entre vosotros.

Es él quien decide dónde quedar, a qué hora, con quién. Controla tu manera de vestir, maquillarte, de hablar, de comportarte.

No se fía de lo que cuentas, y lo comprueba. Siempre quiere tener la última palabra en vuestras discusiones, no escuchando tu opinión.

Te confunde haciéndote pensar que lo que te ha molestado ha sido una broma. A veces da órdenes, y otras veces no te habla.

No expresa lo que siente, pretende que tú lo adivines. Te has sentido obligada a conductas de tipo sexual en las que no querías participar.

Te ha intimidado con frases, insultos o conductas de carácter sexual. Pone en duda tus sentimientos por él si no accedes a sus deseos.



**Amenaza con abandonarte si no haces lo que quiere. Te provoca sentimientos de lástima.**

**Promete cambios que no cumple.**

**Amenaza con suicidarse si le dejas.**

**A veces utiliza en tu contra secretos que le has contado confidencialmente. No pide disculpas por nada.**

#### **REVISA TU RELACIÓN DE PAREJA**

**Una relación es sana cuando dos personas se quieren, se respetan y se divierten estando juntas. Los celos no son una expresión de amor.**

**Es tratarse bien, con ternura y sin faltarse el respeto. Es saber escuchar a la otra persona y poder contarte tus problemas.**

**Es tener confianza mutua y no comprobar si lo que hace o dice tu pareja es verdad. Es tener diferentes puntos de vista y poder hablar sobre ellos sin que ninguno imponga su opinión.**

**Es compartir experiencias y momentos juntos, sin dejar de disfrutar de tiempo y espacio para ti misma, para estar con tus amigas, familia o realizar tu hobby favorito sin que te moleste que tu pareja también lo haga. Es no abusar de la pareja pidiéndole constantemente que haga cosas por el otro.**

**Es poder expresarnos con total libertad y sin temor a que nuestra pareja se enfade por decir lo que pensamos. Es no enfadarse si el otro nos lleva la contraria.**

**Es aceptar y respetar las opiniones, gustos, actividades y amistades de la otra persona. Es apoyarse y ayudarse mutuamente en planes y proyectos aunque estos no siempre coinciden.**

**Es reconocer cuando nos hemos equivocado.**



### 3. INFORMACIÓN PARA FAMILIAS

#### OBSERVA SI TU HIJA

No sale con sus amigos habituales.

Se aísla cada vez más.

Recibe llamadas telefónicas que condicionan su estado anímico.

Acepta comentarios degradantes y humillantes.

Calla ante insultos verbales y maltrato físico en su relación afectiva.

Se siente torpe, insegura y demuestra dependencia del chico con el que sale.

Manifiesta temor o miedo físico con respecto a él.

El chico con el que sale es celoso, controlador y posesivo.

Su pareja reclama atención continua, exclusividad y dedicación a tiempo completo con respecto a su relación sentimental.

El chico con el que sale tiene comportamientos e ideas machistas: es intransigente e intolerante y descalifica sistemáticamente a la otra persona.

Su pareja suele tener gran capacidad de persuasión y manipulación y por ello confunde a la víctima.

#### Fuentes:

- “Hombres Violentos, Mujeres Maltratadas: Aportes a la investigación y tratamiento de un problema social”. Graciela B. Ferreira. Editorial Sudamericana, S.A., 1992, Buenos Aires.
- “Porque la igualdad suma y la violencia resta podemos hacer algo”. Guía Informativa de la Comunidad de Madrid.
- “Vida sin Violencia: información para jóvenes”. <http://www.guiaviolenciadegenero.com/index.php>. Asociación Vida sin Violencia.
- “Igualdad y prevención de la violencia de género en la adolescencia”. M.ª Jesús Díaz Aguado Jalón y M.ª Isabel Carvajal Gómez. Universidad Complutense de Madrid y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. 2011.

### 4. CONTACTO

Si crees que estás en alguna de estas situaciones, o tienes dudas, puedes contactar con nosotros en:

Correo electrónico: [vgjovenes@madrid.org](mailto:vgjovenes@madrid.org)

Línea telefónica: 116111

Servicio de Atención Telefónica: 012 Mujer