

# **EL NOVIO DE MI HIJA LA MALTRATA ¿QUÉ PODEMOS HACER?**

**GUÍA PARA MADRES Y PADRES CON  
HIJAS ADOLESCENTES QUE SUFREN  
VIOLENCIA DE GÉNERO**



JUNTA DE ANDALUCÍA

Instituto Andaluz de la Mujer  
CONSEJERÍA DE IGUALDAD Y POLÍTICAS SOCIALES

Edita:

© Instituto Andaluz de la Mujer

CONSEJERÍA DE IGUALDAD Y POLÍTICAS SOCIALES

JUNTA DE ANDALUCÍA

Elaborada por:


**Juan Ignacio Paz Rodríguez**

*Asesor Técnico del Gabinete de Estudios y Programas del IAM*


**Paola Fernández Zurbarán**

*Coordinadora del Programa de Atención Psicológica a las Mujeres*

*Menores de Edad Víctimas de Violencia de Género en Andalucía*

**ecoedición**  RECLAMABLE

Tinta sin metales pesados y papeles procedentes de una gestión forestal sostenible

Impacto ambiental	Agotamiento de recursos fósiles	Huella de carbono	 reg. n.º: 2016/30 Más información en <a href="http://www.ecoedicion.eu">www.ecoedicion.eu</a>
por producto impreso	0,92 kg petróleo eq	0,26 Kg CO <sub>2</sub> eq	
por 100 g de producto	0,05 kg petróleo eq	0,16 Kg CO <sub>2</sub> eq	
% medio de un ciudadano europeo por día	2,04 %	0,86 %	

Diseño Gráfico y Aplicación Digital: irisgráfico/laletradigital

Imprime: Egondi Artes Gráficas

Depósito Legal: SE 494-2016

# 1.

## Presentación

Las políticas públicas implementadas desde el Gobierno Andaluz tienen como eje central la igualdad de género. La erradicación de la violencia de género, se ha convertido en una línea estratégica y prioritaria que desarrollamos de manera transversal, un compromiso multidisciplinar que impregna todas las actuaciones de la Junta de Andalucía y que implica por igual a todos sus departamentos.

Desde el Instituto Andaluz de la Mujer trabajamos desde hace muchos años en fomentar la coeducación como la mejor herramienta para la promoción de la igualdad de género y la prevención de la violencia machista.

Hoy damos un paso más, editando esta “Guía para madres y padres con hijas adolescentes que sufren violencia de género”, conscientes de que la formación para las familias es fundamental para detectar precozmente este tipo de violencia y saber cómo actuar frente a ella.

Esta Guía nace desde la experiencia en nuestro Programa de Atención Psicológica a Mujeres Menores de Edad Víctimas de Violencia de Género. Frente a estas nuevas realidades detectadas ponemos a disposición de las familias andaluzas esta herramienta de gran utilidad para prevenir, detectar y actuar ante la violencia machista en las víctimas adolescentes.

Elena Ruiz Ángel

Directora del Instituto Andaluz de la Mujer



# ÍNDICE

<b>1.</b>	<b>Presentación</b> .....	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Introducción</b> .....	<b>4</b>
<b>3.</b>	<b>Detección</b> .....	<b>7</b>
<b>4.</b>	<b>Posibles situaciones</b> .....	<b>8</b>
<b>5.</b>	<b>Reacciones de madres y padres</b> .....	<b>11</b>
<b>6.</b>	<b>Cómo actuar si vuestra hija se ha decidido a contaros lo que le pasa</b> .....	<b>17</b>
<b>7.</b>	<b>“Primeros auxilios” psicológicos</b> .....	<b>21</b>
<b>8.</b>	<b>Estrategias para apoyar la recuperación</b> .....	<b>23</b>
<b>9.</b>	<b>Vulnerabilidad - Recaídas</b> .....	<b>39</b>
<b>10.</b>	<b>Recursos</b> .....	<b>42</b>
<b>11.</b>	<b>Para ampliar</b> .....	<b>46</b>
	<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	<b>47</b>
	<b>ANEXO. Cuestionario sobre las relaciones de pareja</b> .....	<b>48</b>

# 2.

## Introducción

*“Quizá uno de los dolores más intensos para una madre o un padre es saber que su hija, sin importar su edad, está siendo maltratada física o verbalmente por su enamorado. Y lo peor es que cuando este hecho se pone al descubierto no faltan las chicas, quienes ante la pregunta de: ¿por qué sigues con esta relación?, responden “porque lo quiero”...*

<http://rpp.pe/lima/actualidad/mi-hija-es-maltratada-por-su-enamorado-testimonio-noticia-160470>

**Cuando madres y padres descubris que vuestra hija está siendo víctima de violencia por parte de su pareja no sólo vais a sufrir el intenso dolor de pensar en el daño que ella está soportando sino que vais a sentir os desorientados y perdidos y es que:**

- Es una situación nueva y desconocida: no podéis entender muy bien lo que le está pasando a vuestra hija, pues jamás habíais vivido estos problemas.
- Es una situación que no responde a un planteamiento lógico ¿cómo se hace daño a quien se quiere? ¿por qué no lo deja si la está dañando?
- Vuestra hija no reacciona como pensabais que lo haría.

Por eso queremos ayudar os para que podáis ayudar a vuestra hija, y para ello el primer paso es entender la violencia de género, cómo funciona y cómo está afectando a vuestra hija, y conocer las dificultades que encontraréis en el camino.

Lograr que una adolescente o una joven deje de sufrir violencia por parte de su pareja no suele ser una tarea fácil sino que generalmente **es un proceso complicado, largo en el tiempo y que va a poner a prueba vuestra fuerza como madres y padres y como familia. Es difícil, pero no imposible.**

La violencia de género no hace referencia a la conflictividad más o menos intensa que pueda existir en una relación de pareja, o a las discusiones y “peleas” que se puedan considerar “normales” en esas relaciones.

La violencia de género es un instrumento de **control, dominio y sometimiento** que tiene como objetivo imponer las pautas de comportamiento que el hombre (desde un sistema de creencias sexista) considera que debe tener la mujer con la que mantiene una relación, para seguir manteniendo el status de poder que en base a la cultura patriarcal considera “naturales”.

Así pues, el origen de la violencia no lo encontramos en razones como que la pareja de vuestra hija sea más o menos agresivo, que pierda el control, que provenga de una familia “difícil”, etc. La violencia que ejerce no tiene como fin hacer daño por hacerlo sino ejercer su dominio para mantener el poder sobre su pareja, imponiendo un modelo de relación de pareja desigual, que le da poder y privilegios y que está en consonancia con lo que ha aprendido (que ha asumido y que pretende llevar a la práctica) sobre cómo debe ser una pareja.

La violencia de género empieza a aparecer desde que se establecen las primeras relaciones de pareja (la mayoría de ellas en la adolescencia), no siempre como comportamientos agresivos (más evidentes y detectables) sino como comportamientos que favorecen la desigualdad, el dominio y el abuso. Cuando aparece la violencia en su faceta de agresión física la persona que la sufre ya está muy dañada en sus aspectos emocionales, relacionales y psicológicos.

Las estrategias de coacción que se utilizan en la fase de noviazgo son, básicamente, las que se manifestarán posteriormente a lo largo de la relación, pero con formas y maneras de carácter más sutil, indirecto, encubierto y disfrazado o mezclado con muestras de afecto y sentimientos amorosos, lo cual confunde a vuestra hija.

**Es fundamental entender que, aunque la pareja no emplee conductas que identifiquéis como violencia, la presencia de conductas de desigualdad, de dominio, que busquen la sumisión de ella o que ceda siempre a las imposiciones de él, son las manifestaciones tempranas de que en la relación se está instaurando la violencia de género.**

La violencia de género, además de dañar a la mujer que la sufre, puede generar una fuerte dependencia emocional: paradójicamente es muy probable que vuestra hija se sienta enamorada y que viva como algo imposible el dejar la relación que la daña.

El que esta violencia la ejerza su pareja (con quien tiene un vínculo afectivo), el que muchas veces los comportamientos violentos no sean identificados como tales, las consecuencias de la propia violencia y la dependencia emocional que provoca, hacen que sea muy difícil para quien está sufriendo violencia de género cambiar lo que está viviendo.

Entre las reacciones más habituales de quien sufre violencia de género está el negar que se esté sufriendo violencia, negar que se necesite ayuda o negarse a actuar para cambiar la situación que la daña.

Incluso en el caso de que reconozca la violencia o que sea iniciativa de ella el confrontárselo y pedirle ayuda, no va a ser un camino fácil ni rápido...

Podéis imaginar que el hecho de que os lo cuente o que reconozca la violencia cuando la confrontéis con ella va hacer que “automáticamente” ella reaccione y deje o modifique la relación que la está dañando.

**Os vais a enfrentar a un proceso largo, duro y complejo, más parecido a lograr que una joven abandone una toxicomanía o a rescatarla de una de esas sectas destructivas que “lavan el cerebro”.**

Esto os va a exigir que, más que realizar acciones puntuales, elaboréis una estrategia que posibilite la recuperación de vuestra hija de la situación de violencia de género que está sufriendo. Siempre que sea posible, buscad el apoyo de profesionales especializadas/os ya que necesitaréis información, orientación y ayuda.

Los contenidos que se presentan parten de la experiencia de atención a jóvenes y sus madres y padres en el *Programa de Atención Psicológica a Mujeres Menores de Edad Víctimas de Violencia de Género en Andalucía*, que el Instituto Andaluz de la Mujer lleva a cabo desde finales de 2012.

Esta publicación nace con la voluntad de ser una herramienta que pueda ayudar a otras familias a afrontar la violencia de género que sufren sus hijas, ayudando a madres y padres en la difícil tarea de “rescatar” a su hija de esta dañina situación.

Este cuaderno forma parte de la publicación digital **“GUÍA PARA MADRES Y PADRES CON HIJAS ADOLESCENTES QUE SUFREN VIOLENCIA DE GÉNERO”**, que podéis descargaros de forma gratuita en la página web del Instituto Andaluz de la Mujer.

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/>

Esta guía os permitirá ampliar y profundizar los conceptos planteados en el cuaderno, permitiendo un mayor conocimiento del tema y favoreciendo que vuestra actuación ante la situación de violencia de género que sufre vuestra hija sea más efectiva.

Que os sea de utilidad será la mejor recompensa que podamos tener.



# 3.

## Detección

***“Si ellos intuyen que su hija puede estar siendo maltratada, es muy probable que lo esté siendo, incluso desde hace más tiempo del que creen”***

Sonia Vaccaro. ¿Qué puedo hacer si mi hija ha sido maltratada? (2005).  
Publicada por la Comisión para la investigación de Malos Tratos a Mujeres.

Esta Guía está centrada en la actuación de madres y padres cuando ya han detectado dicha violencia, pero se ha considerado conveniente incluir un apartado que puede ayudar y apoyar esa detección.

Es importante que madres y padres conozcan que **la violencia más usada es la violencia psicológica**, que no va a dejar huellas evidentes en las jóvenes que la sufren aunque puede ser tan o más dañina que la violencia física.

Por ello es importante **que no os paralice la culpa o la vergüenza por no haberlo detectado antes**.

Es necesario conocer los mecanismos de dominio y abuso que está empleando sobre su hija y las “señales” que ella puede presentar.

También es importante no dejarse “convencer” por la imagen que la pareja de su hija les transmite o por cómo ven que la trata cuando ustedes están presentes.

Para ello se puede emplear el cuestionario que se presenta como ANEXO al final de este cuaderno. No está estandarizado (es decir no puede plantearse que “a partir de tantas respuestas positivas ya se confirma la violencia de género”), pero mientras más respuestas positivas y con más frecuencia aparezcan mayor es la posibilidad de que lo que está viviendo vuestra hija sea violencia de género.

# 4.

## Posibles situaciones

Los motivos y las formas por las cuales descubráis que vuestra hija está inmersa en una relación de control y dominio van a resultar determinantes para las estrategias que podáis seguir para ayudarla a salir de esta situación. No es lo mismo que ella niegue estar sufriendo violencia, y haber conocido la situación por alguien de su centro educativo o círculo de amistades, que ella misma haya sido la que asustada os haya pedido ayuda o que reconozca tener problemas pero quiera solucionarlos con él.

Por ello vamos a distinguir entre **TRES SITUACIONES POSIBLES:**

---

### → Si ella os lo cuenta:

Lo más probable es que si ella os cuenta que tiene dificultades es que la relación de violencia esté bastante avanzada, que ella tenga miedo o se encuentre bloqueada y esté receptiva para recibir ayuda.

- Aunque esta situación os pueda pillar por sorpresa lo principal es que no os bloqueéis y que actuéis con la mayor rapidez posible buscando ayuda profesional especializada.
- Es importante no juzgarla por no haber pedido ayuda antes, ni presionarla para que os facilite todo lujo de detalles de su situación.
- Lo fundamental es que ha confiado en vosotras/os o en alguien que la puede ayudar.

---

→ **Si no parte de ella pedir ayuda, pero reconoce que tiene un problema en su relación de pareja:**

Si reconoce que tiene un problema con su pareja, aunque sólo sea porque es un hecho evidente y señalado (o denunciado) por la gente de su entorno, puede ser un buen momento para explicarle que a veces las relaciones de pareja se vuelven poco saludables para sus protagonistas.

Abordar directamente que sea víctima de violencia de género no resulta una estrategia adecuada, ya que probablemente ella no pueda reconocer esta situación, si bien puede que acepte recibir ayuda para mejorar su relación (si lográis que acuda a profesionales especializados en violencia de género serán estos profesionales quienes analizarán con ella su situación real, a medida que vuestra hija esté preparada para ello). En este momento el bloqueo y la confusión, así como la presencia de los mitos del amor romántico “el amor todo lo puede”, “las personas cambian por amor”, “es mi media naranja”..., están fuertemente arraigados, por lo que es mejor no “plantarle cara de frente”, ya que sólo si ella es consciente por su propia experiencia de que la situación no mejora podrá abandonar la relación con mayores garantías.

- **No le digáis lo que debe hacer hasta que ella pregunte.**
- **Aprovechad, cada vez que ella os cuente algo, para preguntarle “¿cómo te sientes?”.**
- **Escuchadla. Decidle que la comprendéis, pero que sea ella la que hable.**
- **Dadle la razón, no la juzguéis, no le digáis que ella se lo ha buscado, que vosotras/os la advertisteis, que ella es la que debe pararlo y ponerse en su sitio...**
- **No la hagáis sentirse culpable, pero tampoco le digáis nada malo de él, sino intentad que ella misma lo diga.**
- **Sugeridle que acuda a un servicio especializado donde la pueden ayudar a que las cosas vayan a mejor, sin necesidad de que tenga que abandonar su relación.**

---

→ **Si no reconoce que está teniendo dificultades y no quiere actuar:**

Si a pesar de existir hechos que demuestran lo contrario vuestra hija no reconoce que está sufriendo violencia, el principal objetivo a conseguir en este momento es recuperar el buen clima familiar.

Es muy probable que las relaciones entre vosotras/os estén deterioradas (a veces incluso antes de que vuestra hija comenzara la relación con el chico que la agrede), por lo que **tratar de recobrar la confianza, y que vuestro hogar sea un sitio donde ella se sienta segura y tranquila es importantísimo.**

Una de las estrategias que habrá utilizado él para someterla es alejarla de vosotras/os. Seguramente él la habrá convencido de que no queréis que sea feliz, que la tratáis como a una niña, que no la dejáis vivir su amor, que le tenéis manía, que lo odiáis... Se trata de un lavado de cerebro que se complica si además la situación en vuestra familia es tensa. Sería conveniente acudir a un servicio especializado en atención familiar, para crear el “caldo” de cultivo apropiado para que ella acabe reconociendo tener un problema.

En el apartado “*Estrategias para apoyar la recuperación*” de este cuaderno encontrareis información y recomendaciones más precisas para abordar estas situaciones de la mejor forma posible.

# 5.

## Reacciones de madres y padres

Las primeras reacciones que suelen tener las madres y los padres cuando se enteran de la situación de violencia de género que está sufriendo su hija, pese a ser normales y esperables, no suelen ser las más adecuadas para lo que su hija necesita.

Como ya se ha planteado desde el inicio de esta Guía, recuperar a vuestra hija de la violencia de género puede ser una **“batalla” a largo plazo en la que las estrategias deben reflexionarse.**

### Rabia y enfado

La rabia y el enfado suelen ser sentimientos muy comunes en un primer momento.

Este sentimiento de rabia hace que una de las primeras reacciones que se tienen sea la intención de emplear la agresión contra él, bien como mecanismo para “solucionar” el problema o bien por querer “pagarle con la misma moneda”.

#### No es aconsejable, ya que:

- Puede generar problemas legales.
- No os garantiza que la pareja de vuestra hija deje sus conductas.
- Favorece que él se presente como víctima, ante los demás e incluso ante vuestra hija.
- No sabéis qué dependencia o “enganche” emocional tiene vuestra hija con su pareja, por lo que la hostilidad hacia él puede provocar enfrentamiento, alejamiento o rechazo de ella hacia vosotras/os.

## Angustia

Lo que estáis conociendo puede crearos mucha ansiedad y angustia y tender a paralizaros y a confundiros. Aunque quizás intuáis o sospechabais algo, conocer la realidad del daño que está sufriendo vuestra hija puede provocaros esa gran carga de angustia.

Es necesario que estéis calmados, para poder ayudar y apoyarla. Ella os va a necesitar con toda vuestra entereza y fuerza.

## No querer creérselo o quitarle importancia

Quizás conocéis a su pareja y os parezca imposible que haga esas cosas, no creéis que vuestra hija tolere esos comportamientos, no podéis creer que algo así esté pasando en vuestra familia...

También es muy habitual pensar que no debe ser algo grave, no darle importancia o pensar que es algo que se puede solucionar fácilmente o que “ya pasará”...

No debéis caer en el error de no creer lo que os cuenta o lo que habéis descubierto; o de pensar que estáis exagerando. Lo que está viviendo vuestra hija es un problema real y que puede ser grave. Y por supuesto no podéis pensar que es algo que se vaya a solucionar por sí solo, o que irá a menos: **la violencia de género siempre va a peor.**

## Culparla o culparse

Son muy habituales los sentimientos de autoculpa en madres y padres (por no haberse dado cuenta, por haber confiado en él...). Estos sentimientos pueden “debilitaros” o paralizaros y apartaros de lo principal: ayudar a vuestra hija a finalizar con la violencia que sufre.

También son muy comunes los comportamientos de culpar a la hija, por permitir la violencia, por no detenerla o incluso “por provocarla”. Esto es muy dañino porque va a aumentar la autoculpa que las víctimas de violencia de género presentan como consecuencia del daño a su autoestima y va a dificultar que vuestra hija actúe.

No podéis olvidar que **nada de lo que hayáis hecho o dejado de hacer ha provocado esa violencia. Sólo hay un responsable, y es quien ejerce la violencia.**

## Avergonzarse

Puede que os sintáis avergonzados porque esa situación esté pasando en vuestra familia; también es posible que vuestra hija se sienta avergonzada (no olvidéis la autculpa que siente).

Esto os puede llevar a silenciarlo por vergüenza, a no querer que se enteren otras personas, a no contarlo, a no pedir ayuda... Sólo tiene que avergonzarse quien ejerce la violencia.

## Enjuiciarla o reprocharle por continuar la relación

Que vuestra hija asuma estar sufriendo violencia o incluso que ella os lo cuente y os pida ayuda, no quiere decir que esté decidida a romper la relación. Ella está desorientada y confundida y posiblemente tiene dependencia emocional. Si no tomáis conciencia de esto podéis terminar culpabilizando a vuestra hija por su “incapacidad” de salir del problema.

No debéis enjuiciarla por estar aguantando en la relación y por supuesto **no condicionar vuestra ayuda a que rompa con su pareja**, aunque en ocasiones podáis sentirnos defraudados por no ver que vuestros esfuerzos tengan un resultado inmediato.

## Desconcierto y desorientación

Os enfrentáis a un problema complejo y desconocido para vosotras/os y, no sabéis si debéis o podéis intervenir (o cómo o cuándo), hasta dónde debéis implicaros, si tenéis que buscar apoyo y dónde hacerlo...

No podéis olvidar que **vuestra hija os necesita**, aunque no os lo pida, o aunque parezca reacia a aceptar vuestra ayuda.

También hay quienes piensan que no pueden intervenir, pero se pueden realizar muchas actuaciones y muy importantes para terminar con la violencia y para minimizar sus efectos presentes y futuros, aunque no haya soluciones inmediatas o “mágicas”.

## Querer controlar a la hija

Una reacción muy habitual, fruto del miedo y de la precaución, es intentar imponer a vuestra hija normas, prohibiciones y controles, intentando evitar que le sigan haciendo daño: Controlar horarios, salidas, actividades, su móvil, el uso de las redes sociales...

Esto suele causar una reacción negativa en las jóvenes que sufren violencia, que ven cómo se restringe su libertad (aunque sea “por su bien”). Es mucho más adecuado **acordar con ella un plan de seguridad**.

## Rescatarla de manera inmediata y “pese a ella”

Fruto de la angustia que sufren, es habitual que madres y padres tomen iniciativas para que su hija deje de sufrir violencia (rompiendo con la pareja).

Intentan que esto sea de forma inmediata, sin tomar en consideración los sentimientos de ella, el proceso que ha vivido ni sus intenciones o planes.

Esto puede generar conflicto con vuestra hija y rechazo hacia vosotras/os. Es mucho mejor acordar (si es posible) un plan de actuación consensuado con ella.

## No existencia de acuerdo entre los progenitores

Es probable que tengáis opiniones diferentes sobre cómo enfrentar el problema de la violencia que sufre vuestra hija, pero es importante que las discutáis entre vosotras/os y que ante vuestra hija planteéis opiniones y actuaciones acordadas y consensuadas.

## Hablar con la pareja de vuestra hija o con los padres de él

Pedirle explicaciones, afearle su actitud, exigirle que la deje tranquila...



Son alguna de las motivaciones que llevan a madres y padres a intentar actuar hablando con la pareja de su hija para “solucionar el problema”.

Además de ser una situación muy desagradable y que puede muy fácilmente derivar hacia situaciones violentas, la experiencia demuestra que no es de utilidad. Tampoco suele ser útil hablar con los padres de él, que no suelen reconocer la violencia y defienden a su hijo.

## **Esperar a que sea ella la que actúe**

Aunque hemos insistido en el plan acordado con vuestra hija, no podéis dejar la iniciativa totalmente en sus manos y no actuar a no ser que ella lo haga.

Si ella no quiere (o no puede) actuar contra la violencia que sufre vosotras/os podéis y debéis desarrollar muchas actuaciones, mediante la información y la coordinación con especialistas en el tema.

Y, por supuesto, si hay riesgo para su seguridad vuestras iniciativas pueden ser determinantes.

## **No saber cómo responder ante la negativa de vuestra hija a actuar o romper la pareja**

La reacción inmediata de madres y padres es querer que su hija rompa la relación con la pareja que la daña y que corte toda comunicación con él. Sin embargo, es muy posible que vuestra hija no esté dispuesta a hacerlo o a realizarlo de la forma rápida y tajante que esperáis.

Es necesario que os arméis de paciencia y que, sin perder nunca de vista el fin que se persigue (el fin de la violencia), asumáis que las resistencias a actuar rápidamente o la negativa a romper la relación de forma inmediata son parte del proceso de vuestra hija para salir de la violencia.

## Sentimiento de que su hija no confía en ellos

Este sentimiento suele aparecer cuando no ha sido su hija quien les ha contado la violencia que sufre y se han enterado por ellos mismos o a través de otras personas.

También suele aparecer cuando hay un nuevo episodio de violencia o un problema y ella no se lo cuenta a sus padres.

Es imprescindible que mantengáis la comunicación positiva con ella y que los pensamientos de que le falla la confianza en vosotras/os no impidan que vuestro apoyo sea permanente; indagad las razones de su silencio y trabajad con ella para convencerla de que lo mejor que puede hacer es compartir lo que le pasa con vosotras/os.

# 6.

## Cómo actuar si vuestra hija se ha decidido a contaros lo que le pasa

*“Por su especial situación, el hecho de que consulte o pida ayuda no significa que esté en condiciones de recibirla y llevarla a la práctica”*

*Graciela Ferreira. Clínica victimológica en casos de violencia conyugal*

El hecho de que ella os cuente lo que le está pasando no tiene por qué significar que ella va a seguir vuestras indicaciones para terminar con la violencia que vive, o que vaya a romper la relación que le está dañando.

Lo ideal sería que os lo contase a los dos progenitores juntos, pero si decide contaros cuando estáis sólo uno de los dos, o no quiere contaros a alguno de vosotras/os (miedo a su reacción, menor confianza...) **hay que priorizar que es más importante el hecho de que lo cuente que el que lo haga con los dos a la vez.**

- Es necesario que ambos progenitores mantengáis una actitud lo más unida posible.
- Es importante que se sienta escuchada.
- Debéis escucharla atentamente e interviniendo lo menos posible, dejando que os cuente “a su ritmo”, permitiendo que se desahogue, con una actitud receptiva, sin juzgar ni opinar y en un primer momento intentando preguntar lo menos posible.
- Os debe sentir cercanos y debéis reforzar positivamente que os cuente lo que le está pasando.

- Garantizar la confidencialidad de la conversación es imprescindible.
- No debéis desconfiar de lo que ella está contando. Es imprescindible creerla y demostrarle que la estáis creyendo.
- Tampoco debéis quitar importancia a los hechos que os está contando, ni minimizar la violencia que sufre.
- No cuestionéis lo que le dice por increíble que os parezca, aunque conozcáis a su pareja y os parezca imposible que él pueda haber hecho algo así.
- Pensar que lo que os está contando es un problema de la pareja y que no debéis/podéis intervenir es uno de los peores errores que podéis cometer.
- No la agobiéis en los primeros momentos preguntándoles detalles precisos.
- Intentad poneros en su lugar, manteniendo una actitud empática.
- No la juzguéis ni intentéis imponerle vuestro sistema de valores.
- No la culpéis ni hagáis comentarios o mantengáis actitudes que la hagan sentirse culpable.
- Debéis transmitirle y demostrarle que estáis a su lado, para darle toda la ayuda y el cariño que necesite.
- Cuando os haya terminado de contar su situación es muy importante dejarle muy claro que lo que está viviendo es una situación que la está dañando, por lo que es imprescindible actuar contra esa situación.
- Es importante que no le digáis a ella lo que debe hacer hasta que ella os pregunte.
- Aunque al principio os debéis mostrar de acuerdo en no contárselo a nadie, cuando termine de contaros, y poco a poco, debéis convencerla de lo importante que es pedir apoyo en situaciones de este tipo.
- Si veis que ella está receptiva planteadle acompañarla a un centro especializado en esta problemática.

- Reforzar positivamente las acciones o iniciativas que vuestra hija haya realizado o proponga, y que consideréis que son válidas para acabar con la situación de violencia que está viviendo.
- Debéis respetar sus tiempos y su “ritmo” en el proceso de asumir la violencia que vive y ponerle fin, aunque creáis que el “ritmo” de las iniciativas debe ser otro.
- Pese a que la tentación de “rescatarla” es la más normal que madres y padres tienen, es imprescindible tener paciencia y adaptaros.
- Así mismo, y aunque os resulte difícil, debéis respetar si ella aún no está preparada o decidida a romper con la relación.
- Es importante que no la juzguéis ni la culpéis por estar “aguantando” en la relación, que no os ofendáis ni os enfadéis ni la riñáis por no hacerlo o porque os diga que aún lo quiere o que está enamorada de él.
- Tampoco debéis presionarla ni amenazarla con no ayudarla si no termina la relación.
- Si quiere romper la relación pero tiene miedo o dudas, debéis ayudarla a hacer un plan para conseguirlo.
- Debéis intentar llegar a acuerdos con ella sobre qué le está ocurriendo, cómo actuar y cuáles serían los pasos a dar y el orden de las actuaciones.
- Si ella no habla mal de su pareja (pese a lo que os está contando) o lo excusa o lo justifica, no debéis criticarlo o enjuiciarlo negativamente.
- Si lo veis conveniente, indagad si alguien más conoce lo que os está contando, para poder en un futuro cercano establecer apoyos y alianzas para favorecer el plan de acción que establezcáis.

## Lo que debéis evitar

- 
- Dar la impresión de que no la estáis escuchando.
- 
- Vulnerar la confidencialidad de la conversación.
- 
- Desconfiar de lo que ella está contando.
- 
- Quitar importancia a los hechos que os está contando, o minimizar la violencia que sufre.
- 
- Cuestionar lo que relata, por increíble que os parezca, aunque conozcáis a su pareja y os parezca imposible que él pueda haber hecho algo así.
- 
- Agobiarla en los primeros momentos preguntándole detalles precisos.
- 
- Juzgarla o imponerle vuestro sistema de valores.
- 
- Culparla o hacer comentarios o mantener actitudes que la hagan sentirse culpable.
- 
- Decirle que ella se lo ha buscado, que ustedes la avisaron, que sólo es cuestión de que ella “se ponga en su sitio y lo pare”...
- 
- Criticarla por haber manteniendo la relación.
- 
- Pensar que tiene falta de confianza o que quiere ocultaros cosas, si no os lo cuenta todo o no os lo cuenta con los detalles que vosotras/os quisiérais.
- 
- Decirle lo que debe hacer antes de que ella os pregunte (o ustedes le pregunten qué cree que puede hacer). “Rescatarla” o imponer vuestro “ritmo”.
- 
- Juzgarla o culparla por estar “aguantando” en la relación.
- 
- Ofenderos o enfadaros o reñirle por no romper con su pareja o porque os diga que aún lo quiere o que está enamorada de él.
- 
- Presionarla ni amenazarla con no ayudarla si no termina la relación.
- 
- Hablar mal de su pareja, a no ser que ella lo haga.
-

# 7.

## “Primeros auxilios” psicológicos

- Cread un ambiente que le transmita **tranquilidad, confianza y seguridad**.
- **No la “castiguéis”** por lo que le está pasando. Aunque lo justifique o se niegue a dejar la relación dañina ella es la víctima de la violencia (y tiene esos comportamientos como consecuencia de la violencia que sufre).
- **Transmitidle la convicción de que salir de una relación dañina es posible**, aunque a ella le parezca muy difícil o imposible (él se ha encargado de convencerla de lo inevitable y lo inmutable de la situación). Animadla emocionalmente y motivadla para su recuperación.
- **Buscad soluciones a los problemas inmediatos** que se plantean (acompañamiento, comunicación con él, seguridad, etc.).
- **Intentad combatir el aislamiento** a que él quiere someterla: estar lo más presentes posible, demostrarle lo importante que es ella para ustedes, favorecer que amistades y familiares la llamen o queden con ella...
- **Si ha decidido romper la relación pero tiene miedo, ayudadla a hacer un plan para superarlo.**
- **No la forcéis a que termine la relación**, cuando no está preparada para ello.
- **Si ha “cortado” con su pareja, aunque sospechéis que es algo temporal, intentad que no se ponga en contacto con ella.** Así mismo **desaconsejad a vuestra hija que lo vea o hable con él,**
- **No le aportéis noticias ni comentarios de la gente sobre su pareja, ni para bien ni para mal.**

- **Averiguad si le dio (o si sospecha que él pueda tener) su clave del facebook, twenti, correo electrónico, twitter... para ver con ella cómo minimizar riesgos y daños.**
- Aunque os parezca necesario **no le cortéis el acceso a las redes sociales o al móvil.** Va a suponer mucho más un castigo que una protección.
- **Informaos y explicadle el CICLO DE LA VIOLENCIA** para que aprenda a verlo en su relación y la fortaleza para resistir las estrategias de manipulación de él.
- **Convencedla de que su bienestar y su seguridad física y psíquica es vuestro único interés y que debe ser también su prioridad.**
- Aunque os diga que no se lo contéis a nadie, **debéis buscar ayuda para saber qué se puede hacer en su situación.**
- Planteadle que existen recursos a su alcance para ayudarla en su situación. **Convencedla de acudir a especialistas que conocen su problemática.**
- **Apoyad sus decisiones, si os parecen positivas, y desaconsejad las que no os lo parezcan, pero no toméis decisiones por ella (excepto en caso de riesgo).**
- Aunque no sea la primera vez que os cuenta lo que le pasa u os pida ayuda y luego se mantenga en la relación de pareja dañina o vuelva a ella, no o debéis desanimar ni rechazarla. **Esas “idas y venidas” son parte del proceso y os necesita con la misma entrega todas las veces (aunque os cueste).**



# 8.

## Estrategias para apoyar la recuperación

En este apartado se plantean **actuaciones a medio y largo plazo**, con vistas a configurar una estrategia (siempre que sea posible con el apoyo de profesionales especializados) destinada a facilitar el proceso necesario para que vuestra hija se recupere de la situación de violencia de género que está sufriendo.

Las pautas de actuación que se plantean en este apartado no pueden ser entendidas como “recetas” (invariables, de resultado automático, rápidas o “mágicas”) ya que es importante tener en cuenta varias **DIFICULTADES**:

- **Distintas personas:** las personas son distintas y pueden responder de diversas formas a las actuaciones que se realicen desde su entorno. Por esto va a ser necesario adaptar y “personalizar” las pautas de actuación que se plantean.
- **Distintos momentos y situaciones:** en el proceso por terminar con la violencia podéis encontraros en momentos distintos: cuando vuestra hija no reconoce la violencia, cuando pide ayuda, cuando reconoce la violencia pero no quiere terminar con la pareja, cuando ha finalizado la relación pero él aún mantiene influencia sobre ella...

Por esto se presentan en esta guía pautas y actuaciones que son de carácter general y otras que se adecuan a momentos o situaciones concretas en el proceso de finalizar con la violencia.

- **Proceso largo y duro:** lograr que una joven “salga” de la violencia de género va a ser un proceso largo y complejo, una “carrera de resistencia” en la que va a ser fundamental vuestra flexibilidad, capacidad de comunicación, paciencia y resistencia, así como contar con apoyo familiar y profesional.

No esperéis “recetas mágicas o rápidas”: entrar en la violencia es un camino, salir es otro camino que hay que andar “paso a paso”.

- **Contraataque:** en este proceso no sólo vais a enfrentaros a las resistencias y dependencia que la violencia ha generado en vuestra hija, sino a las estrategias que el maltratador va a poner en marcha para mantener el dominio que ejerce sobre ella.

Esto hace necesario que os planteéis una estrategia flexible y que entendáis la vulnerabilidad de vuestra hija ante las nuevas conductas que su pareja ejerce.

- **Recaídas y pasos atrás:** es habitual que se produzcan retrocesos y “recaídas” en el proceso de salir de la violencia (volver a hablar con el chico, contactar con él, seguir interesada por los movimientos de él, retomar la relación de pareja...). No viváis como un fracaso u os frustréis ante estas situaciones: son parte del proceso de recuperación, aunque debéis aprender cómo actuar ante ellas.
- **“Unidad de acción”:** es muy importante que los criterios, las decisiones y las actuaciones que planteéis ante la situación de violencia que sufre vuestra hija sean compartidas y acordadas. Si no existe esta unidad de criterios las actuaciones con vuestra hija serán mucho menos efectivas.

## ESTRATEGIAS Y ACTUACIONES:

### Buscar apoyo profesional para vuestra hija

Una de las actuaciones esenciales que debéis plantearos es conseguir que vuestra hija acuda a servicios o profesionales especializados y que se mantenga en la relación de ayuda que se establezca.

Esto no suele resultar fácil, por lo que tendréis que ser a la vez flexibles e insistentes. Por ejemplo es muy útil aprender a utilizar las fases del ciclo de la violencia para plantear el tema cuando surge una etapa de crisis tras una explosión de violencia; También puede ser muy útil abordar la cuestión planteando que en ocasiones las parejas pueden tener problemas y que hay profesionales que pueden ayudar a mejorar dichas relaciones, sin nombrar la palabra maltrato o violencia que suelen provocar rechazo, por lo que no conseguiremos nuestro objetivo.

## Buscar apoyo profesional para vosotras/os

Tanto si vuestra hija acepta que necesita ayuda y apoyo como si se niega a acudir a ningún servicio o profesional que pueda ayudarla, es muy importante que vosotras/os busquéis apoyo para enfrentar esta situación.

**Contar con apoyo y ayuda especializada va a ayudaros a:**

- Contener la angustia, el miedo y la preocupación.
- Evitar la desorientación de no saber qué hacer o si lo que estáis haciendo es útil o adecuado.
- Comprender cómo funciona la violencia de género en el noviazgo y cómo vuestra hija ha llegado a esta situación y por qué se mantiene en ella.
- Planificar, mantener, revisar y adaptar estrategias específicas para la situación personal de vuestra hija, para mejorar la convivencia y tratar de ayudarla para abandonar la relación violenta y reparar el daño sufrido.

**Cuanto más apoyados y calmados estéis, mejor podréis ayudar a vuestra hija.**

## Reforzar o recuperar los vínculos familiares

Buena parte de las actuaciones del maltratador irán encaminadas a “alejarse” de vosotras/os y del entorno familiar, ya que esto facilita enormemente el dominio sobre vuestra hija, al no poder contar ésta con apoyos, afecto, referentes, comunicaciones o fuentes de autoestima.

**Para reforzar el vínculo familiar podéis:**

- Proponer a vuestra hija actividades que solíais hacer juntos, para reforzar la relación y ganar confianza con ella. (\*)<sup>1</sup>
- Potenciar las actividades familiares positivas: viajes, comidas, fiestas, celebraciones, tradiciones familiares, etc. (\*)

---

(\*) En ocasiones ella dirá que ha quedado con su pareja, por lo que tal vez sea necesario invitarlo (ver la actuación “Permitir” que siga con él, más adelante en este apartado). Es probable que él se niegue, o que acabe boicoteando la actividad, pero sólo así ella podrá comprobar que es cosa de él, que es su actitud la negativa, que no son sus padres los que quieren fastidiar o entorpecer la relación.

- Crear espacios de tranquilidad familiar, fomentando la realización de actividades agradables, que no estén “contaminados” por la tensión que produce él.
- Buscar espacios agradables con ella, donde no se hable de lo sucedido, sino de cuestiones positivas, para permitir el descanso emocional tanto de ella como del resto de la familia.
- Establecer una relación positiva entre ella y toda la familia, intentando que se sienta segura y apoyada en casa.
- Plantearle (y demostrarle) que siempre estaréis a su lado.
- Revisar el modelo de pareja, de madre o padre y de familia que transmitimos, para ofrecerle modelos positivos.

Tiene que notar vuestro cariño ahora más que nunca, que vea que lo que os importa es que esté bien. Debéis combatir la trampa de su pareja que busca que ella crea que él es el único que la quiere y que se preocupa por ella. **Tiene que darse cuenta de que ustedes sí la quieren, sin pretender cambiarla, porque les gusta cómo es en realidad. Refuércenle eso mucho. Y no la dejen sola.**

Es muy importante que **toda la familia tenga toda la información posible**, para que entiendan y compartan las actuaciones que proponéis.

## Comunicación

Puede resultar difícil, por las características de la adolescencia, por el daño que sufre vuestra hija, por cómo se han tensado las relaciones familiares, pero tenéis que esforzaros en hablar con ella.

- Fomentar el hablar con ella de muchas cuestiones, no de este tema en concreto sino establecer el hábito de hablar.
- Es muy importante que la comunicación se realice desde el respeto: aprender a mantener una comunicación adecuada con ella, una comunicación asertiva, sin juzgarla ni criticarla.
- Si estimáis que puede ser positivo abordar el tema de su relación, debéis evitar hacer juicios de valor; explicando cómo os sentís y lo que pensáis de la relación, sin hacerle reproches.

- El objetivo es que ella no se sienta cuestionada y mal en casa, sino que sepa que tiene unos padres que la quieren y se preocupan por ella, que os sienta cerca. Una frase que suele funcionar bien: “es normal que los padres nos preocupemos”.
- Debe saber que os preocupáis, lo mucho que os importa ella y que aunque no os guste lo que veis en su relación respetáis sus decisiones.

Si es posible crear un clima de confianza y buena comunicación podréis hablar incluso acerca de la violencia en las parejas y de lo que ella considera “normal”, ayudándola a cuestionarse pero sin imponer vuestros criterios ni soluciones y sin juzgarla.

*“No quiere hablar con su padre porque cuando habla con ella le da lecciones, no le pregunta su opinión ni cómo se siente, sino que le da soluciones sin contar con ella”.*

*“He comenzado a acercarme a mi hija, preguntándole cómo le va con él, si están bien... aunque me cuesta mucho trabajo”.*

## Crear una red de apoyo

**Averiguar quién más conoce la situación de violencia que está sufriendo vuestra hija y cuál es la actitud que mantienen ante este problema** es el primer paso para crear una red de apoyo que haga más efectivas las actuaciones.

**Es importante informar a otras personas que la rodean y que pueden tener influencia en ella: amigas y amigos, grupo de iguales, profesorado (orientador/a, tutor/a...), otras madres y padres, familiares, etc.**

Esto os permitirá establecer alianzas con ellas para **que las opiniones, consejos y respuestas a sus dudas vayan en la misma línea y para que no se realicen actuaciones contradictorias.**

Debéis intentar **favorecer la relación de vuestra hija con esas personas**, para fomentar un círculo de referencia y ambiente positivo a su alrededor; además así dificultaréis el aislamiento al que la somete el maltratador.

**El grupo de amistades puede ejercer una influencia enorme.** Es importante que exploréis cual es la actitud de esas amigas y amigos ante este tema para ver si pueden favorecer o entorpecer (por prejuicios, mitos románticos, etc.) la salida de vuestra hija de la violencia. **Intentad acercaros a las amistades de vuestra hija que veáis que la están ayudando o que podrían hacerlo, para convertirlas en un apoyo para que ella tome conciencia de su situación y ayudarlas a lograr alejarse del maltratador.** En la medida de lo posible procurad fomentar las relaciones de vuestra hija con esas amigas y amigos y evitar las relaciones con los miembros del grupo de iguales que justifican, minimizan o niegan la violencia.

## Controlar las opiniones e intervenciones del entorno

La violencia de género es un fenómeno complejo y en muchas ocasiones difícil de comprender; **muchas veces la sociedad, en vez de apoyar a las víctimas, las responsabiliza y culpa de toda la violencia que sufren.**

Por eso no será extraño que tengáis que enfrentaros a opiniones, actitudes y comentarios por parte de personas de vuestro entorno que cuestionen a vuestra hija, justifiquen la violencia que sufre, la culpen a ella o critiquen vuestras actuaciones.

**Aprender a dar a esos comentarios y opiniones el valor real que tienen, a que os afecten lo menos posible, a no permitir intromisiones constantes en vuestra vida, a establecer espacios, tiempos y personas con las que es positivo hablar del tema... será una tarea difícil pero muy necesaria para vuestro equilibrio emocional.**

## Establecer o retomar normas de funcionamiento familiar

Una estrategia que la experiencia muestra como muy positiva **es establecer (si es posible acordar) normas de funcionamiento del hogar, lo más “lógicas y sensatas” posibles.**

Por ejemplo, horas a partir de las cuales no se deben aceptar llamadas telefónicas o conectarse al móvil u otros dispositivos de redes sociales, visitas del novio, horarios de salida, horarios de estudio, actividades que la familia hace unida (por ejemplo las comidas) y **explicar el por qué de estas normas.**

Esto va a dificultar el control que su pareja ha establecido sobre su vida y también puede ayudar a “crear crisis” en su relación, por la negativa de él a aceptar normas “lógicas y sensatas” con las que funciona su familia. Así mismo **va a reforzar vuestro papel como responsables de la familia y referentes para vuestra hija.**

**Os va a ser difícil conseguir el equilibrio entre confianza y autoridad, pero es una tarea en la que tenéis que ser pacientes, flexibles y contar con el apoyo de los demás miembros de la familia.**

Todo debe ser **razonado, argumentado, hablado y establecido con mucha calma** por vuestra parte.

- Las normas deben ser comunes para todas/os vuestras hijas e hijos, para que ella no pueda vivirlo como algo en su contra (va a ser el argumento que va a emplear él).
- Debéis cuidar que vuestra hija no lo viva como un ataque por su relación o un castigo.
- Es importante que esto se establezca como un proceso, planteando una norma cada vez y plantear la siguiente cuando la anterior norma está asumida.
- Hay que intentar que no asocie nuestros límites y normas con su relación de pareja, por lo que no debéis plantear este tema como respuesta a una situación problemática sino abordarla cuando la situación esté tranquila.
- A la vez que establecéis estas normas y sois firmes en su cumplimiento, tenéis que ser flexibles con las cosas menos importantes, ceder más y no tener broncas por esas cosas (por ejemplo con la ropa que se pone).

## “Permitir” que siga con él

Por difícil y contradictorio que parezca, en muchas ocasiones se aconseja a madres y padres que “permitan” o “toleren” que su hija mantenga la relación de pareja que la está dañando y que se niega a terminar.

La violencia de género provoca en la mujer que la sufre una dependencia emocional y unos daños personales que dificultan enormemente o impiden que la víctima pueda protegerse o alejarse de su maltratador. Esta dependencia se ha comparado a una adicción; prohibir a una persona toxicómana que use las drogas no es la solución, hay que intervenir para “curar” esa adicción.

Además, muchas madres y padres plantean cómo la prohibición ha provocado que su hija se aleje de ellos, reforzando el aislamiento que tan conveniente le resulta al maltratador e incluso acercándola afectivamente más a él.

*“La prohibición hacía que yo fuera siempre “la mala de toda esta historia”, ya que él le “comía el coco para ponerla en mi contra”.*

Vuestra hija necesita asumir que la relación es negativa para ella, que la está dañando.

Y para que esto ocurra, paradójicamente, tiene que mantener la relación.

Debéis confiar en que, al mantenerse en la relación, ella se va a dar cuenta de cómo es él y se va a desencantar pero que no se puede saber cuánto tiempo va a necesitar.

**Por supuesto ayudada**, por vuestro apoyo, comunicación y actuaciones e incluso por la intervención de profesionales especializados.

**... pero es duro.**

## Ayudar a vuestra hija a “normalizar” su vida

El hombre que ejerce violencia busca la sumisión de su pareja, para que acepte su dominio, su poder y su modelo de pareja. Esta sumisión y aceptación sólo se consiguen anulándola como persona.

**Por esto, todo aquello que refuerce a vuestra hija como persona va a dificultar el dominio del maltratador y va a favorecer su recuperación:**

- Refuércenle su auténtico “yo”: sus gustos, sus aficiones, sus amistades. No lo que hace ahora, sino lo que hacía antes de conocerlo a él.
- Recuérdenle qué le gustaba, qué proyectos tenía...
- Fomentar que realice de nuevo las actividades que le gustaba realizar, o que inicie nuevas que sean de su interés.
- Apoyarla en iniciar nuevos proyectos o intereses.
- Reforzar el hecho de que salga con compañeras/os, amistades... Que realice nuevas actividades, salidas,...



- Ayudarla a realizar esos cambios, aunque puedan suponer “bajadas” en su rendimiento estudiantil o laboral. El objetivo ahora es su recuperación emocional y personal; si esto supone repetir un curso o que “le queden” algunas asignaturas es algo que debéis asumir y aceptar.
- Promover su autonomía personal, confiando en ella, aunque tomando las precauciones y las medidas necesarias para que no suponga un riesgo.
- Favorecer que restablezca relación con sus amistades, que no pierda el contacto. En especial con amigas o amigos que pueda serle de ayuda.
- Ayudarla a establecer redes sociales adecuadas, a que se relacione con personas positivas para ella.

## No caer en la tentación del “apagón tecnológico”

**En muchas ocasiones la violencia de género se ejerce a través de las NUEVAS TECNOLOGÍAS:**

- La llama constantemente al móvil o le pone mensajes de forma insistente (que ella debe contestar, sea la hora que sea o esté haciendo lo que esté haciendo).
- La presiona para que lo llame al skype o a vídeo-llamada en mitad de la noche para comprobar que está en casa.
- La presiona para que le mande fotos por whatsapp para “demostrarle” que ella está en el sitio o con las personas que le dice.
- Decide a quién tiene que eliminar como contacto de sus redes sociales.
- La desvaloriza o insulta a través de facebook.
- Ha difundido fotos de ella por internet sin su permiso.
- La obliga a usar un programa de geolocalización en el móvil.
- La ha chantajeado o presionado para que le dé las contraseñas del twenti, facebook...

Cuando madres y padres descubren que la pareja de su hija la controla y daña a través del móvil y de las redes sociales la primera reacción es quitar esos medios o prohibir a su hija que los use.

Sin embargo **esta reacción no es recomendable en la mayoría de los casos.**

Tenéis que entender que no usáis esos medios de la misma forma que ella y por ello su importancia en vuestras vidas es diferente. Los adultos/as suelen usar las nuevas tecnologías para informarse y comunicarse, pero para las y los jóvenes es un medio fundamental para relacionarse; gran parte de sus relaciones las realizan a través de esas nuevas tecnologías, llegando a adquirir **su “personalidad virtual” o “e-reputación”** tanta o más importancia que su personalidad real.

**No permitir que use estos medios va a suponer para ella un alto grado de aislamiento e incluso de daño para su personalidad** (“virtual”, pero importantísima). Va a suponer mucho más un castigo que una protección.

*“Le hemos quitado la línea del móvil y eso la ha distanciado más de nosotros”.*

**Va a ser mucho más positivo establecer, como se planteaba en un punto anterior, normas “lógicas y razonables” sobre el uso del móvil y las redes sociales**, ayudarla a entender los mecanismos de control que él emplea a través de las nuevas tecnologías, apoyarla para que no ceda a las presiones de él, convencerla para que cambie las contraseñas y no se las facilite...

## **El ciclo de la violencia y las crisis cíclicas que provoca: aprender a usar esas crisis**

La violencia de género se caracteriza por seguir un ciclo con tres etapas: acumulación de la tensión, explosión de la violencia y “luna de miel”.

En la primera fase, aunque haya problemas y conflictos, vuestra hija lo resuelve cediendo y no se cuestiona su relación, no quiere cambiar nada y no acepta ayuda.

En la fase de explosión de la violencia ella va a quedar en un estado de conmoción, asustada por la reacción de él y se va a cuestionar qué está pasando. **En la crisis que provoca esta fase es cuando va a estar receptiva a vuestro apoyo y ofrecimientos de ayuda, incluso a recibir ayuda profesional.**

Pero es necesario que actuéis con rapidez, ya que inmediatamente después de la fase de explosión él va a iniciar la manipulación afectiva que caracteriza la “luna de miel” (pedir perdón, prometer no volver a ser violento, reconocer su culpa, plantear

que va a cambiar, mejorar sensiblemente la relación...) y esto va a hacer que ella “se vuelva a poner la armadura” y que la posibilidad de ayudarla o intervenir con ella se dificulte enormemente o se imposibilite.

Es necesario que establezcáis una relación de comunicación y confianza con vuestra hija para poder conocer los problemas a los que se enfrenta en cada momento del ciclo y poder actuar y ofrecer apoyo y ayuda cuando va a ser efectiva.

## Hablar con vuestra hija de sus relaciones sexuales

*“Al descubrir que mi hija había vuelto a tener relaciones con su pareja le dije “guarra”. Esto nos alejó durante bastante tiempo”.*

Las ideas que en vuestra familia mantenéis sobre la sexualidad y las relaciones sexuales configuran una ética sobre el tema y os habrán llevado a un modelo de educación sexual que os es propio.

No se pretende cuestionar ese modelo ni defender unas ideas u otras pero se considera de gran importancia que habléis con vuestra hija sobre sus relaciones sexuales y mantengáis una comunicación abierta sobre este tema, ya que, por la violencia existente en su relación de pareja, sus relaciones sexuales pueden conllevar comportamientos dañinos o de riesgo para ella.

**Cuando la relación de pareja se construye desde el dominio y la desigualdad las relaciones sexuales no van a ser ajenas a este modelo de abuso y violencia.**

**Esto hace que sus relaciones sexuales no sean satisfactorias, saludables ni seguras.**

Sufren mucha presión para mantener relaciones sexuales, con la utilización de muchos chantajes emocionales (“si me quisieras de verdad lo harías conmigo”) o amenazas (*¡tendré que dejarte e irme con “tal”, que sí quiere!*) y muchas imposiciones sobre la forma en que deben mantener las relaciones sexuales (prácticas sexuales, tiempos, no querer usar medidas de protección...).

**Además del daño que sufren las jóvenes, este modelo de imposición y violencia va a provocar riesgos para ellas, que una buena comunicación sobre el tema con vosotras/os puede contrarrestar o prevenir.**

### Algunos de estos riesgos son:

- **Riesgo de embarazo no deseado:** por la negativa de su pareja a responsabilizarse de cualquier método de planificación, u oponerse directamente al uso de preservativos.
- **Riesgo de embarazo, como mecanismo de control por parte de él:** puede emplear el embarazo para “forzaros” a que aceptéis su relación con vuestra hija o para aumentar la dependencia de ella hacia él.
- **También puede aparecer riesgo de embarazo por iniciativa de la propia joven,** como mecanismo para lograr la continuidad de la pareja (alentada por la dependencia emocional que padece y por los “mitos” románticos que tiene).
- **Riesgo de ETS, por imponerle su pareja relaciones sexuales de riesgo,** negándose al uso de preservativos.
- **Difusión de imágenes sexuales/chantaje sexual:** actualmente es habitual que muchas parejas, en especial jóvenes, se envíen fotos o vídeos de carácter sensual o sexual o incluso que se graben manteniendo relaciones sexuales; esta práctica puede ser utilizada por la pareja de ella para imponerle su modelo de relaciones sexuales o para que continúe la relación de pareja, amenazándola con difundirlo en las redes sociales o con enviarlo a los padres de ella. Si no lográis establecer una relación de confianza y buena comunicación con vuestra hija respecto a su sexualidad, ella temerá contaros este chantaje, para evitar que os escandalicéis u os enfadéis con ella, dejándola indefensa ante el maltratador.

## ¿Denunciar?

### La violencia de género es un delito y como tal debe ser denunciada.

Este planteamiento sólo debe tener un cuestionamiento: si vuestra hija no quiere denunciar o si se niega a que vosotras/os realicéis la denuncia.

Denunciar a tu pareja, cuando se está sufriendo violencia de género, es una decisión difícil (por miedo, dependencia emocional, esperanzas de cambio, sentir lástima de él (por la manipulación emocional...)) y hay que estar preparada para afrontar sus

consecuencias. **Además hay que comprender los “costes” emocionales que supone afrontar la denuncia y el proceso judicial que se inicia.**

Lo aconsejable en estas situaciones es ayudarla a valorar el riesgo de la situación y de su propia seguridad e intentar convencerla para que denuncie, pero respetando su decisión.

Imponerle la denuncia podría ser contraproducente ya que podría distanciarla de vosotras/os en un momento en que necesitáis justo lo contrario.

**Esto no quiere decir que se renuncie a la denuncia,** sino que tendréis que valorar, dentro de la estrategia general que estáis construyendo para favorecer la recuperación de vuestra hija, cuál será el momento más adecuado para la denuncia. **Para ello va a ser muy importante consultar con profesionales especializados este tema.**

**Por supuesto si valoráis que hay una situación grave, riesgo que requiera medidas de protección, denunciad vosotras/os sin dudar.**

Lo que nunca os debe impedir la denuncia son los pensamientos que muchas madres y padres tienen del tipo “me voy a meter en su vida”, “va a ser un problema”, etc.

Pensad que si un desconocido le hiciera daño a vuestra hija no tendríais esas dudas.

## CONSIDERACIONES IMPORTANTES

### Buscad apoyo profesional:

---

- Esta es una situación nueva y desconocida para vosotras/os, compleja y con costes emocionales muy fuertes.
  - Por ello, contar con apoyo profesional para planificar, mantener, revisar y adaptar estrategias específicas para la situación personal de vuestra hija, va a permitir os ser mucho más efectivos en esta fundamental tarea.
- 

### Respetad el proceso:

---

- Se planteaba al inicio de esta Guía que “entrar” en la violencia de género es un proceso, y que “salir” también.
  - No podéis desesperaros por la lentitud con que veis que se va desarrollando la recuperación emocional y conductual de vuestra hija y no respetar sus tiempos.
  - Es muy importante que reconozcáis y valoréis los avances que está haciendo vuestra hija, aunque por supuesto nunca va a ser tan rápido como os gustaría.
  - Debéis entender que el proceso que está pasando es muy duro para ella, que la persona con la que ha estado le ha hecho mucho daño, ha sido mucho tiempo y muy intermitente la relación, lo que va a hacer que necesite más tiempo para superarlo.
  - Debéis comprender que las recaídas (volver a hablar con el chico, contactar con él, seguir interesada por los movimientos de él) son parte del proceso, no el fracaso del mismo.
-

## Revisad permanentemente las estrategias y actuaciones, ser flexibles:

---

- Cuando se actúa con personas es imprescindible que la estrategia a emplear sea flexible.
  - Más aún cuando no sólo vais a enfrentaros a las resistencias y dependencia que la violencia ha generado en vuestra hija, sino a las estrategias que el maltratador va a poner en marcha para mantener el dominio que ejerce sobre ella.
  - Esto hace necesario que os planteéis una estrategia flexible y que la reviséis continuamente viendo qué actuaciones siguen siendo útiles y cuáles hay que modificar o desechar.
- 

## Saber finalizar las actuaciones:

---

- El objetivo que tenéis es que vuestra hija recupere su vida, lo más autónoma e independiente posible.
  - Por esto, aunque hay que tener presente el riesgo de “recaídas”, la situación de protección y cuidado no puede hacerse permanente ni mantenerse más allá del período de riesgo y hasta la recuperación de vuestra hija.
  - Las actuaciones de control y protección son de carácter transitorio, motivadas por la especial situación que vive vuestra hija.
  - Una vez acabado este proceso, vuestra hija debe retomar su vida sin necesidad de perder su libertad, aunque por supuesto sabiendo que siempre puede contar con vuestro apoyo.
-

## Lo que NO AYUDA a vuestra hija:

---

- Que los padres perdáis el control y los “papeles”. A su descontrol emocional no le ayuda el vuestro, tenéis que sostenerla en estos momentos difíciles y procurar no entrar en una situación emocional donde vosotras/os tengáis que ser asistidos.

---

- Alejaros emocionalmente de ella, quedándoos atascados en la sensación de rabia e impotencia.

---

- Perder el diálogo y la comunicación con ella. Nos va a contar cosas dependiendo de si podemos escucharla con actitud receptiva y empática, evitando en todo lo posible interrogarla, amenazarla, juzgarla, castigarla, etc.

---

- Comenzar a castigarla excesivamente o a imponer normas desproporcionadas.

---

- Presionarla y agobiarla para que termine la relación.

---

- Ceder ante sus presiones, chantajes y amenazas, pues está “teledirigida” por él.

---

- Desesperaros y no respetar sus tiempos y el proceso que supone su recuperación.

---

- “Tirar la toalla”, por muy difícil que os lo ponga. Ahora más que nunca necesita no perder a sus padres, aunque aparentemente no quiera saber nada de vosotras/os. La relación la ha aislado de la familia y es fundamental que la familia no la abandone a ella.

Lo que va a ayudar es **CONFIAR** en que con ayuda y apoyo profesional vuestra hija va a reconocer, asumir, enfrentar y salir de esa problemática, pero que esto será un proceso más o menos lento, dependiendo de las características personales de cada una.

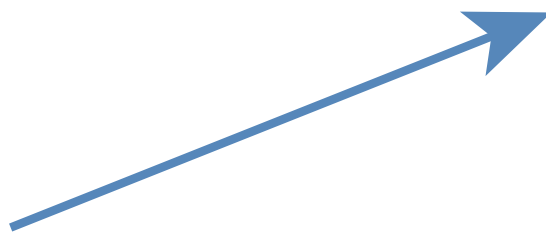


# 9.

## Vulnerabilidad - Recaídas

Tal como se ha explicado con anterioridad, las secuelas que deja en vuestra hija haber vivido una situación de maltrato por parte de su pareja, influyen en que sea **vulnerable a las recaídas**, por lo que ayudarla a recuperarse en profundidad es muy importante. Solicitar ayuda profesional para que pueda recuperarse del daño es imprescindible, ya que el que haya abandonado la relación no implica que se hayan acabado las dificultades, siendo un error común entre los padres y las madres pensar que “como ya cortó la relación se acabó el problema”.

**CÓMO PENSAMOS que va a ser la recuperación**



**CÓMO ES EN REALIDAD la recuperación**



Además, es probable que aunque haya podido dejar la relación, él trate de volver con ella, insistiéndole en que ha cambiado (recordad que en el amor romántico se les ha transmitido la idea del “cambio por amor”) por lo que si ella no se encuentra fuerte es posible que la convenza con sus argumentos y vuelva a darle una oportunidad. Desmontar estos mitos románticos es una tarea larga en el tiempo y ella es joven y no tiene tanta experiencia, por lo que **la vuelta con el chico será una sombra que durante mucho tiempo planeará sobre vuestras cabezas.**

Hay que tener paciencia. A veces necesita volver alguna vez más para comprobar que efectivamente él no ha cambiado. Si esto ocurre **no penséis que todo el esfuerzo ha sido en balde** ya que no es así, ella ha adquirido más experiencia, y estará más fuerte **(especialmente si ha recibido ayuda por profesionales especialistas en la materia)**, y tendrá más facilidad para darse cuenta de que él no la quiere bien, por lo que es probable que tarde mucho menos en abandonar la relación, detectando antes las estrategias de control y aislamiento.

*“Me estuvo insistiendo durante un montón de tiempo, decía que había cambiado, que se había dado cuenta de que sin mí no podía vivir, incluso sus amigos me lo decían, que estaba muy cambiado, así que le di otra oportunidad. A los pocos días empezó a presionarme preguntándome con cuantos chicos había estado mientras no estuvimos juntos, y a decirme que mis primas no lo miraban bien, que no le daban otra oportunidad, ni mis padres tampoco. Me gastaba bromitas con la ropa que me había comprado, diciéndome que ya no me hacía falta porque ya no iba a tener que ligar. Al final todo era lo mismo otra vez. Había hecho como que había cambiado sólo para que volviera con él, pero en cuanto me tuvo segura...”*

Por duro que os parezca, **es posible que no podáis evitar esa vuelta**, así que lo mejor es plantear abiertamente, sin enfado, vuestra opinión, seguir mostrándole vuestro apoyo incondicional y preparar nuevamente un plan de seguridad con ella. Debe quedarle claro que no queréis que vuelva con él, que la habéis visto sufrir mucho y mejorar mucho después, pero que siempre vais a estar ahí, que confiáis en ella y en que se sabe proteger mejor, que es vuestra hija y que queréis lo mejor para ella.

Estos momentos suelen ser muy duros para la familia, pero **es importante no dejarse llevar por la desesperanza ni la desilusión**, tenéis que confiar en que las chicas van a poder salir adelante, y apoyaros en los profesionales que podrán asesoraros sobre cómo intervenir, además de ayudaros a contener la angustia que es normal que sintáis.

Vuestra hija tiene que aprender con su propia experiencia y no debe sentir que le habéis dado un ultimátum, ya que si no difícilmente volverá a acudir a vosotras/os cuando empiecen a aparecer los primeros problemas con él otra vez. Mantener la calma en estos momentos puede resultar una tarea titánica, pero será necesario para que ella pueda confiar en que la vais a ayudar y así ocurra cuando sienta que las cosas no van como ella esperaba o deseaba. Recordad que el chico que ejerce violencia utiliza dentro de sus estrategias de control y dominación el “divide y vencerás” por lo que tenéis que evitar que la pueda alejar de aquellos que la quieren y protegen, especialmente de vosotras/os.

Aunque sea muy duro y en ocasiones podáis tener opiniones diferentes respecto de lo que está pasando, vuestra hija os necesita en bloque, juntos e indivisibles, así que es importante que previamente lleguéis a un acuerdo sobre cómo vais a gestionar la situación.

Por otra parte, la ayuda profesional especializada es muy importante, ya que además de reparar el daño sufrido **se trabajará la prevención de recaídas**, no sólo con el chico en cuestión, sino con otros chicos que pueden conocer. Hay que entrenarla para que pueda detectar y rechazar relaciones de pareja tóxicas, ya que si no se hace corremos el riesgo de que se encuentre con otro chico que vuelva a tratarle mal.

# 10.

## Recursos

### ¿DÓNDE PUEDES DIRIGIRTE PARA SOLICITAR INFORMACIÓN, APOYO O AYUDA?

**TELÉFONO: 900 200 999**

#### El Teléfono 900 200 999:

- Es un servicio puesto en marcha por el Instituto Andaluz de la Mujer de la Junta de Andalucía para toda la Comunidad Autónoma. Es un servicio gratuito y permanente, disponible durante las 24 horas, todos los días del año, día y noche.
- Es anónimo y confidencial y el equipo humano que lo atiende está formado por personal especializado.
- Os permitirá acceder de una manera inmediata a resolver las dudas y problemas que puedan surgir.
- El teléfono está para ayudaros en cualquier momento, día y noche, y de forma inmediata, y, si fuera necesario, puede proporcionar acogimiento inmediato.



**TELÉFONO 016**

El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, por medio de la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género, presta el Servicio telefónico de información y de asesoramiento jurídico en materia de violencia de género, a través del número telefónico de marcación abreviada 016.

En Andalucía, al marcar el 016, una aplicación os conecta automáticamente con el teléfono 900 200 999 del IAM.



## Centros provinciales del Instituto Andaluz de la Mujer

El IAM cuenta con 8 Centros Provinciales de la Mujer, ubicados en las capitales de cada una de las provincias andaluzas.

Estos Centros, entre otras actuaciones, ofrecen información y proporcionan atención y asesoramiento para actuar en caso de violencia de género. Cuentan, en las Áreas de Información, Psicología, Jurídica y Social, con profesionales con amplia experiencia que pueden ofrecer asesoramiento y apoyo muy efectivos.

### Centro Provincial de ALMERÍA

C/ Paseo de la Caridad, 125.  
Finca Santa Isabel. Casa Fischer  
(04008).

Teléfono: **950 006 650**

### Centro Provincial de CÁDIZ

C/ Isabel la Católica, nº 13.

Teléfono: **956 007 300**

### Centro Provincial de CÓRDOBA

Avda. Ollerías, nº 48.

Teléfono: **957 003 400**

### Centro Provincial de GRANADA

C/ San Matías, 17.

Teléfono: **958 025 800**

### Centro Provincial de HUELVA

Plaza de San Pedro. 10.

Teléfono: **959 005 650**

### Centro Provincial de JAÉN

C/ Hurtado, nº 4.

Teléfono: **953 003 300**

### Centro Provincial de MÁLAGA

C/ San Jacinto, 7.

Teléfono: **951 040 847**

### Centro Provincial de SEVILLA

C/ Alfonso XII, nº 52.

Teléfono: **955 034 944**

## CENTROS MUNICIPALES DE INFORMACIÓN A LA MUJER

Son Centros de información, atención y asesoramiento, fruto de la colaboración del Instituto Andaluz de la Mujer con los Ayuntamientos andaluces para acercar a la población andaluza los recursos especializados en igualdad. Cuentan con profesionales (técnica de participación y asesora jurídica) con experiencia en violencia de género, que os pueden prestar un apoyo y asesoramiento muy cercano y facilitar la derivación a los Centros Provinciales de IAM.

Andalucía dispone de 169 Centros Municipales de Información a la Mujer, repartidos por toda la Comunidad Autónoma.

Podéis ver el Centro Municipal de Información a la Mujer más cercano a vuestro domicilio a través de la página web del IAM:

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/index.php/2013-08-08-10-31-21/servicios-especializados-en-violencia-de-genero/centros-municipales-de-informacion-a-la-mujer>

## SERVICIO DE ASISTENCIA A VÍCTIMAS EN ANDALUCÍA (SAVA)

El Servicio de Asistencia a Víctimas en Andalucía (SAVA) es un servicio de carácter público, de ámbito andaluz, universal y gratuito, bajo la dirección y coordinación de la Consejería de Justicia e Interior, dirigido a informar, asesorar, proteger y apoyar a las víctimas de delitos y faltas, así como a reducir y evitar los efectos de la victimización secundaria, acercando la justicia a la ciudadanía.

### **ALMERÍA:**

*Ciudad de la Justicia.*

*Ctra. de Ronda, nº 120, Bloque A, 2ª planta.*

*Teléfono: 950 204 005*

### **HUELVA:**

*Alameda Sundeim, nº 28.*

*Teléfono: 959 106 881 / 88 / 662 975 719*

### **CÁDIZ:**

*C/ Cuesta de las Calesas, s/n, 1ª Planta  
(Audiencia Provincial).*

*Teléfono: 662 978 532 / 662 978 533*

### **JAÉN:**

*C/ Cronista González López, nº 3.*

*Teléfono: 953 331 375 / 76*

### **CAMPO DE GIBRALTAR:**

*Plaza de la Constitución, s/n  
(Palacio de Justicia), Algeciras.*

*Teléfono: 662 978 605*

### **MÁLAGA:**

*Ciudad de la Justicia.*

*C/ Fiscal Luis Portero García, s/n.*

*Teléfono: 951 035 479*

### **CÓRDOBA:**

*Plaza de la Constitución, s/n  
(Juzgado de Guardia).*

*Teléfono: 957 744 012/600 156 391*

### **SEVILLA:**

*Edif. Audiencia Provincial, Juzgado de  
Guardia de Detenidos.*

*Prado de San Sebastián.*

*Teléfono: 955 005 010 / 12*

### **GRANADA:**

*Edificio Judicial "La Caleta",  
Avda. del Sur, nº 1, planta 1ª.*

*Teléfono: 662 979 167*

# 11. Para ampliar

Este cuaderno forma parte de la publicación digital “GUÍA PARA MADRES Y PADRES CON HIJAS ADOLESCENTES QUE SUFREN VIOLENCIA DE GÉNERO”, que podéis descargaros de forma gratuita en la página web del Instituto Andaluz de la Mujer.

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/>

Esta guía os permitirá ampliar y profundizar los conceptos planteados en el cuaderno, permitiendo un mayor conocimiento del tema y favoreciendo que vuestra actuación ante la situación de violencia de género que sufre vuestra hija sea más efectiva.

## Recursos en la red adaptados para las chicas:

### APP DetectAmor

El Instituto Andaluz de la Mujer, basándose en el Proyecto DETECTA, ha creado la **APP “DetectAmor”** con la finalidad de sensibilizar y prevenir la violencia machista en la juventud andaluza.

Es una herramienta que pone especial énfasis en la educación afectivo-amorosa de la juventud andaluza a través del uso educativo de la telefonía móvil (APP), dirigida a Jóvenes, para que de una forma lúdica, puedan reflexionar acerca de sus ideas sobre el amor, sobre cómo son las relaciones de pareja que establecen, si éstas son en igualdad o son relaciones de abuso.



Puede descargarse en la página Web del Instituto Andaluz de la Mujer:

<http://www.juntadeandalucia.es/iam/index.php/areas-tematicas-coeducacion/app-detectamor>

<http://www.geubiok.net/> Página donde hay test para valorar relaciones de noviazgo y comics para la prevención y detección de la violencia de género, relaciones tóxicas y uso de las redes sociales.

<http://minoviomecontrola.com/portada/blog-me-controlalo-normal/>



## BIBLIOGRAFÍA

GÁLLIGO ESTÉVEZ, FERNANDO. *Amando sin dolor, disfrutar amando*. Ed. Pirámide, (2013).

GÁLLIGO ESTÉVEZ, FERNANDO. *Trátame bien*. Cuaderno. Ed. Instituto Andaluz de la Mujer (2010).

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/catalogo/doc/iam/2010/143309714.pdf>

GÁLLIGO ESTÉVEZ, FERNANDO. *SOS: mi chico me pega pero yo le quiero: cómo ayudar a una chica que sufre los malos tratos en su pareja*. Ed. Pirámide, (2009).

DURÁN, CRISTINA Y GINER, MIGUEL ÁNGEL: *Pillada por ti, cómic para prevención y detección de violencia de género*. Ed. Delegación del Gobierno para la Violencia de Género (2011).

<http://www.violenciagenero.msssi.gob.es/sensibilizacionConcienciacion/campañas/otromaterialGobierno/comics/docs/castellano.pdf>

MONTANER, JOAQUÍN. *Guía de los Buenos Amores*. Ed. Consejo de la Juventud de Navarra (2010).

<http://www.joaquimontaner.net/Saco/guiadelosbuenosamores.pdf>

PAZ RODRÍGUEZ, JUAN IGNACIO. *Relaciones y parejas saludables: cómo disfrutar del sexo y del amor*. Cuaderno. Ed. Consejería de Salud de la Junta de Andalucía. (2010).

[http://www.formajoven.org/AdminFJ/doc\\_recursos/2012210135756201.pdf](http://www.formajoven.org/AdminFJ/doc_recursos/2012210135756201.pdf)

RUIZ REPULLO, CARMEN: *Abre los ojos, el amor no es ciego*. Cuaderno. Ed. Instituto Andaluz de la Mujer (2009).

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/catalogo/doc/iam/2009/28777.pdf>

VACCARO, SONIA: *¿Qué puedo hacer si mi hija ha sido maltratada?* Ed. Comisión para la Investigación de Malos Tratos a Mujeres. (2005).

<http://www.mujaresenred.net/IMG/pdf/guiapadresymadres.pdf>

# ANEXO:

## CUESTIONARIO SOBRE LAS RELACIONES DE PAREJA

**El cuadro siguiente es un cuestionario sobre las relaciones de pareja.**

Sobre las conductas, si han ocurrido o no, contesten poniendo una **X** en la opción que refleje mejor la relación de su hija.

Si han contestado **Sí**, puntúen de 1 a 5 la frecuencia con la que ha ocurrido, según la siguiente escala:

1. Alguna vez
2. A veces
3. Frecuentemente
4. Casi siempre
5. Siempre

**(\*)** Las conductas 2 y 3 se deben evaluar de forma inversa, es decir, mientras menos ocurran más preocupante es la situación.

## CUESTIONARIO SOBRE LAS RELACIONES DE PAREJA

CONDUCTAS / ¿le ha ocurrido? / puntúe de 1 a 5 la frecuencia	SÍ	NO	1	2	3	4	5
1. ¿Ha modificado su manera de vestir y arreglarse?							
2. ¿Sigue teniendo contacto con sus amigas de siempre? (*)							
3. Si realizaba actividades de ocio de su interés, ¿las sigue realizando? (*)							
4. ¿Han notado o ha manifestado problemas para conciliar el sueño?							
5. ¿Está más decaída o con menos ganas de realizar sus actividades?							
6. ¿Ha dejado de tener iniciativa por realizar actividades nuevas?							
7. ¿Han tenido discusiones con ella ocasionadas por provocaciones de él? (directa o indirectamente)							
8. ¿Han observado alguna marca o moratón que ella intente ocultar o no tenga explicación coherente para su causa?							
9. ¿Cambia sus gustos y aficiones por las de él?							
10. ¿Ha bajado su rendimiento en el colegio/instituto o ha manifestado querer dejar de estudiar?							
11. ¿Tiene repentinos cambios de humor sin causa aparente?							
12. Si ha tenido ocasión de hablar con alguna amiga, ¿le ha manifestado la misma sensación?							
13. ¿Él ha llamado a casa sólo para saber si ella estaba allí, y después no ha mostrado interés en hablar con ella?							
14. ¿Él suele “dirigir” la relación con su hija: aficiones, salidas, amistades,...?							
15. ¿Nota usted a su hija controlada por él?							
16. ¿“Rompen” y se reconcilian?							
17. ¿Él decide cuándo y dónde se sale, dejándola plantada?							
18. ¿Parece estar pendiente de “agradarle”? (de forma poco natural)							
19. ¿Parece estar pendiente de “no enfadarlo”? (de forma poco natural)							



JUNTA DE ANDALUCÍA

Instituto Andaluz de la Mujer  
CONSEJERÍA DE IGUALDAD Y POLÍTICAS SOCIALES

<http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/>