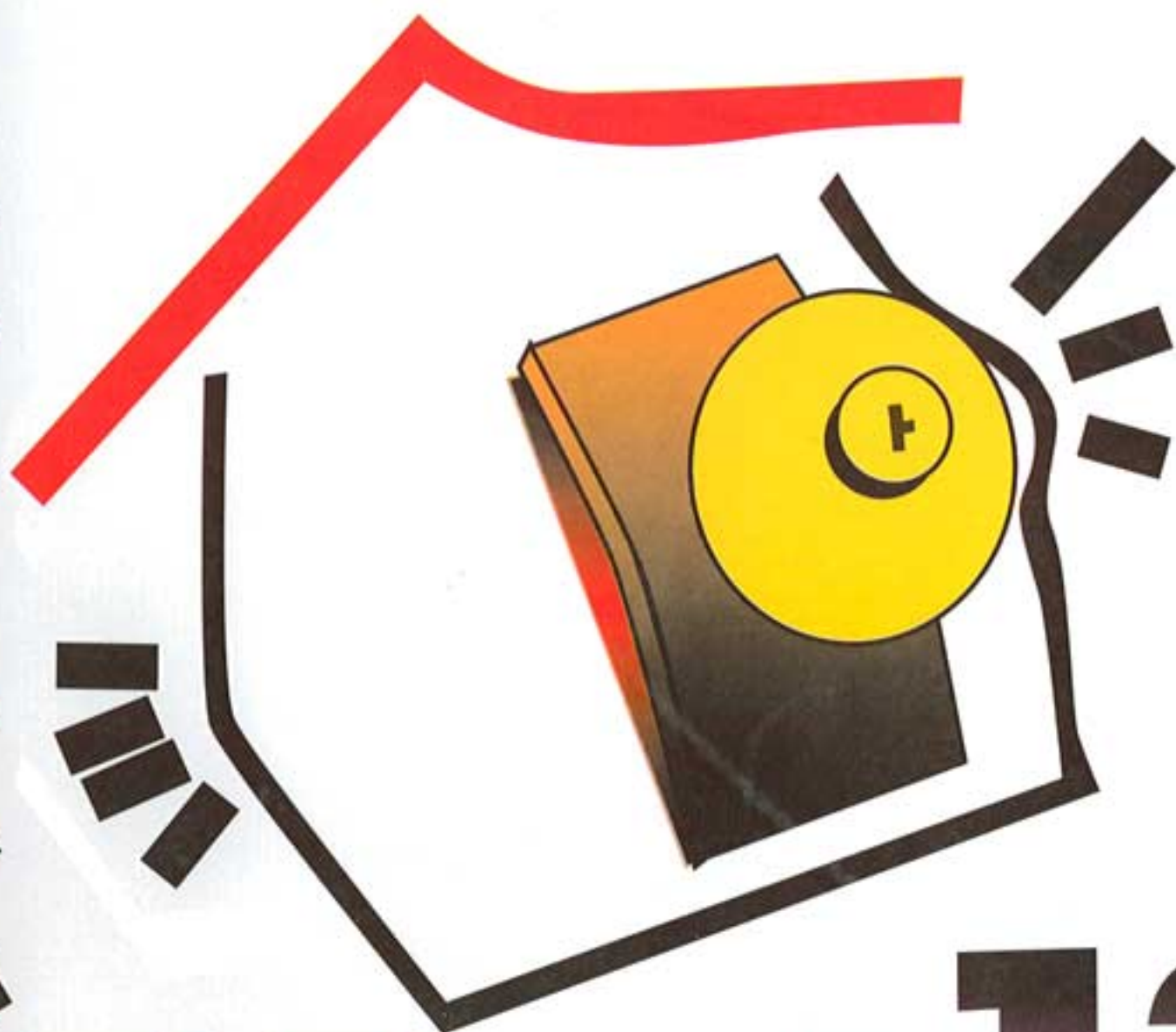


EDUCACIÓN PARA LA VIDA

# VIOLENCIA

*intrafamiliar*



2002



12

**Coordinación**

Sara Elena Mendoza Ortega  
Yvette Núñez Bravo

**Autora**

Pilar Acevedo

**Revisión**

Margarita Magaña Gómez

**Diseño**

Unidad de Producción de Medios  
INEA

**Agradecimiento especial**

Consejo de la Comisión de Derechos Humanos del  
Distrito Federal

**Violencia intrafamiliar.** D.R. © 2001.

Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA.

Francisco Márquez 160, Col. Condesa, México, D.F., C.P. 06140.

Esta obra es propiedad intelectual de su autora y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total por cualquier medio, sin autorización escrita de su legítimo titular de derechos.

ISBN 970-18-0224-1

Se terminó de imprimir en los talleres de

Editoriales de México, S.A. de C.V.

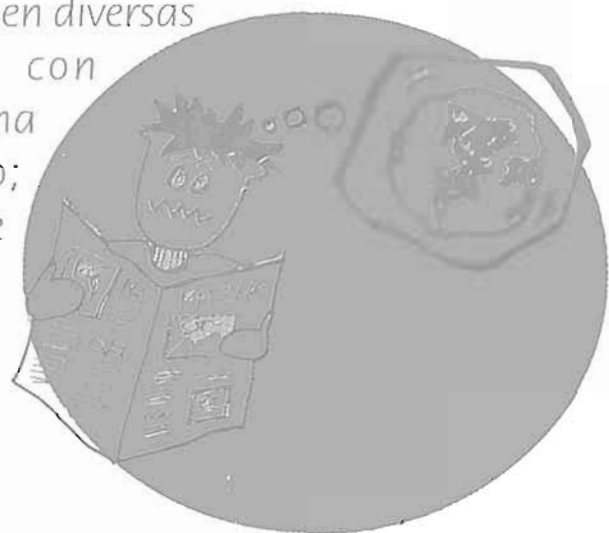
en Mayo de 2001

El tiraje fue de 118,000 ejemplares

# Violencia INTRA FAMILIAR

A pesar de iniciar el nuevo milenio con grandes avances en la ciencia y en la tecnología, los seres humanos, como sociedad, no hemos podido resolver muchos de los grandes y graves problemas que nos aquejan, como por ejemplo la pobreza extrema y la violencia de diferentes tipos.

Todos los días leemos en los periódicos y escuchamos en el radio o en la televisión, noticias acerca de las guerras en diversas partes del mundo que acaban con poblaciones enteras; acerca de la lucha por obtener o mantener un derecho; sobre la violencia en las ciudades; sobre las miles de personas que mueren por falta de alimentos. Estas noticias, de una u otra manera nos están indicando el grado de violencia que nos rodea.



**¡AAAYYY!**  
**¡AAAYYY!**  
**¡AAAYYY!**

Probablemente hemos sido testigos de algún tipo de violencia muy cerca de nosotros, en nuestra comunidad o barrio, ya sea entre personas, familias o grupos, por diversas causas, como robos, pleitos por alguna pertenencia, terreno o territorio, o simplemente una discusión que de pronto se vuelve incontrolable.

Tal vez también hemos estado en alguna situación como víctimas de la violencia, por ejemplo cuando nos han gritado, insultado, amenazado o golpeado; o bien, hemos sido nosotros los violentos cuando le gritamos a otra persona, la insultamos, la amenazamos o la golpeamos.

¿Tú, cómo has visto que se manifiesta la violencia en tu comunidad, colonia o barrio?

---

---

---

---



Como podemos ver, aunque se expresa de muchas maneras, la **Violencia** es cualquier acto que atenta contra los derechos, la voluntad y la integridad física y emocional de las personas, o que afecta sus relaciones sociales. También puede ser el obligar a los otros a hacer lo que nosotros queremos.

Hay otras formas de violencia que, aunque no se vean tanto, son igual de graves: ¡Imagínate! en el mundo tres de cada cuatro mujeres sufren diversos tipos de agresiones dentro del hogar, principalmente a manos de los hombres de la familia. En México, cada año miles de niños son atendidos en los hospitales porque han sido víctimas de maltrato por parte de sus padres o algún otro familiar.



Este tipo de violencia muchas veces no se considera como tal, porque mujeres y hombres, ya sea como hijos, esposos, esposas, pareja o padres y madres de familia, creen que los golpes, los gritos y las amenazas son una forma "natural" de "corregir" o "educar".

Sin embargo, cuando se dan conductas agresivas dentro del hogar, que dañan el cuerpo, alteran las emociones, el bienestar personal o la libertad de cualquiera de los integrantes de la familia, ¡sí existe violencia! se llama **violencia intrafamiliar**.

Este tipo de violencia se manifiesta principalmente de los hombres adultos hacia las mujeres en primer lugar y, en segundo, hacia los niños, los ancianos y las personas con alguna discapacidad física o mental. Cuando es la mujer quien agrede, la violencia la dirige principalmente hacia sus hijos e hijas.



**Las formas que puede tomar la violencia dentro del hogar son muchas, por ejemplo:**

- **Acciones aparentemente sin importancia** como empujones, pero que, conforme la situación se complica, se convierten en lesiones cada vez más graves: golpes en el cuerpo, en la cara, en la boca, en la cabeza; golpes en el vientre durante el embarazo, encierro forzoso, encadenamiento o privación de alimentos. **Es violencia física.**

- Gritos, insultos y amenazas de golpes o castigos. **Es violencia verbal.**

- Indiferencia, amenazas de separación o abandono, de causar daño a los hijos o seres queridos, actitudes de desprecio, limitación del gasto para cubrir las necesidades más elementales, ofensas acerca del cuerpo y humillaciones. **Es violencia psicológica o emocional.**

- Abuso o acoso sexual, es decir, desde tocamientos, miradas, caricias que quien recibe no desea; continuas insinuaciones o peticiones sexuales, hasta violación o sea la consumación del acto sexual por la fuerza. **Es violencia sexual.**



**Este ejercicio es para que reflexiones y compartas tus opiniones con tus compañeros:**

1. ¿Tú sabías que las manifestaciones de violencia que leímos, como por ejemplo los golpes y las amenazas de abandono o separación, son formas de maltrato físico y/o emocional?

---

---

---





2. ¿Podrías mencionar otras formas de violencia?

3. ¿Crees que la violencia dentro de la familia es necesaria? ¿Por qué?

Lo que hay que tener en cuenta es que la violencia, sea cual sea la forma en que se manifiesta, **siempre** tiene consecuencias. Éstas pueden ser sobre la salud física y mental, o sobre el bienestar material de la familia.

¿Conoces a alguien que padezca la violencia en su hogar? Piensa en esa persona, ¿cómo es? ¿cómo se siente? **Quienes viven la violencia, al mismo tiempo que sufren consecuencias sobre su salud física, también ven disminuida su autoestima; su capacidad para relacionarse con otras personas; su confianza en sí mismos y en los demás, y su creatividad.**







**¡YA BASTA!**

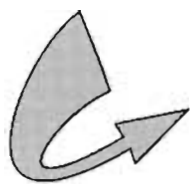
Los niños y las niñas se vuelven tristes y agresivos, no pueden asumir responsabilidades dentro de la familia o en la escuela —no se aseo, no estudian, no son respetuosos— y se van refugiando en amistades que tienen conductas peligrosas para ellos mismos y reprobadas por la ley como el alcoholismo, la drogadicción y la delincuencia. Además, esos niños y niñas se van convirtiendo en los futuros agresores de sus hijos, porque es la única manera que conocen de convivir y de relacionarse.

También, dentro de las consecuencias más frecuentes están la desintegración de la familia y la huida de los niños y de las niñas del hogar, quienes entonces toman la calle como casa y son víctimas de nuevas formas de violencia, esta vez por parte de las autoridades o de las personas que sienten rechazo por ellos.



Pero, ¿de dónde viene la violencia intrafamiliar? ¿Por qué las principales víctimas de ella son las mujeres y los niños?





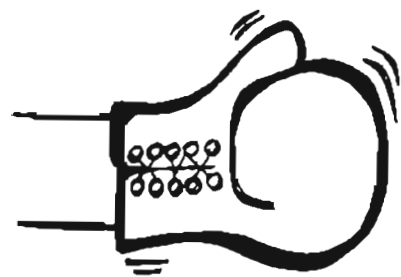
Este punto, aunque no lo parezca, tiene mucha relación con la manera en que se nos educa a los hombres y a las mujeres.

Para los bisabuelos, los abuelos y tal vez nuestros padres, **Ser Hombre** significaba tradicionalmente tener la autoridad, “ser el que manda”; tener el poder para hacer y decidir; ser el proveedor económico de la familia con un trabajo más duro, arriesgado y peligroso que el de cualquier mujer en su casa; tener un desempeño sexual muy alto, es decir, “siempre estar dispuesto con las mujeres”, y reprimir la expresión de emociones, sentimientos y afectos.



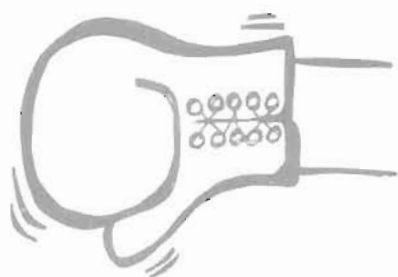
Para nuestras bisabuelas, abuelas y tal vez nuestras madres, **Ser Mujer** significaba tradicionalmente casarse, tener hijos, dedicarse al hogar el resto de la vida, “cumpliendo la función para la que nacieron”, siempre sirviendo y atendiendo a padres, hermanos, esposos, hijos y nietos.

Aunque en la actualidad el concepto de lo que deben ser un hombre y una mujer ha cambiado, y en la realidad muchísimas mujeres son las que encabezan su hogar y hacen frente a todas las responsabilidades, en general, se les sigue educando para que se comporten pasivamente y para que acepten la dependencia emocional, y también la violencia en su contra.



A los hombres, en cambio, se nos educa en un comportamiento activo, de ejercicio del poder aunque sea a través de la **violencia**. Se espera de nosotros autoridad, conquista y represión de nuestras necesidades de amor, afecto y emociones.

Si lo piensas con calma, verás que todo esto que a los hombres se nos enseña y exige, **es muy violento para nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestras emociones, aunque no nos demos cuenta**. Es como forzarnos continuamente a ser y parecer algo que, a veces, no queremos. **Es como obligarnos a no ser humanos.**



Los hijos al crecer cuestionan y buscan definirse como individuos con pensamientos propios, diferentes de los de sus padres. Los padres no sabemos cómo responder ante nuestros hijos, es frecuente que recordemos lo que fuimos o quisimos ser y nos encontremos confundidos. Surgen así la competencia, la envidia y, generalmente, la lucha por el poder de dos generaciones, provocando situaciones violentas en la familia.

Así, la violencia con la que hemos sido formados y con la que hemos aprendido a convivir, en ocasiones nos lleva a hacer cosas que:

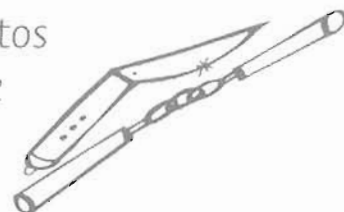
**a** • *Afectan nuestra salud y nuestra vida.*

Un ejemplo de esto lo encontramos en el uso de drogas y en el abuso del alcohol que utilizamos muchas veces “para darnos valor” o para olvidar.



**b** • *Ponen en riesgo nuestra vida* a través de conductas imprudentes y arriesgadas “nomás porque sí”.

**c** • *Afectan a otros hombres*, como son pleitos con armas y sin ellas, golpizas, etc., que pueden llegar hasta provocar la muerte.



**d** • *Se dirigen contra las mujeres u otras personas a las que creemos más débiles*, como es el caso de la violencia intrafamiliar.

**e** • *Nos conducen o pueden conducir a la muerte*, como son el suicidio, los accidentes automovilísticos o la provocación a pelear con armas.

El suicidio, por ejemplo, es un acto intencional que busca producir la propia muerte. El incremento de los suicidios entre los jóvenes en los últimos años es un hecho en el que necesitamos reflexionar.





¿Sabías que la principal causa de muerte en México, de personas entre 15 y 24 años, es por accidentes de vehículos de motor, que la segunda causa de muerte en estas edades es por homicidio y la cuarta por suicidio?



**Comparte con tus compañeros las respuestas que des a las siguientes preguntas:**

1. ¿Qué piensas sobre las principales causas de muerte entre jóvenes?

---

---

---

---

2. Hasta donde tú sabes, ¿cuál de ellas es más frecuente en tu comunidad? ¿Tiene que ver con la violencia?

---

---

---





3. ¿Qué piensas acerca del suicidio?

4. ¿Cómo podrías ayudar a un amigo que te comentara que piensa o desea tomar esa decisión?

**S**i bien los sentimientos de odio, coraje, rencor, forman parte de la naturaleza humana, no es válido que se expresen con conductas violentas que afecten a otros. Por eso, no debemos olvidar que podemos reconocer estos sentimientos en nosotros mismos y aprender a manejarlos y canalizarlos constructivamente sin llegar a dañar a nadie.

Para poder manejar la violencia, la que ejercemos en contra de nosotros mismos y la que podríamos ejercer contra los demás, conviene que nos analicemos y, en nuestro interior, pensemos en nuestros deseos, valores y en nuestras acciones, así como en lo que vivimos cuando éramos niños.



En la búsqueda de lo que significa el ser humano están presentes nuestros valores. Cuando nos “metemos” en ese lugar que hay en el fondo de nosotros mismos, donde surgen las preguntas sobre el sentido de la vida, podemos construir las respuestas que nos permiten vivir la libertad de una manera más responsable y más agradable.

**N**uestros valores son las guías o los carriles que tomamos para dar orientación a nuestra conducta en la vida. Cuando nos enfrentamos a problemas grandes o pequeños, o tenemos que tomar decisiones, lo hacemos de acuerdo con esos valores, pero cuando no los tenemos suficientemente claros, podemos experimentar una gran confusión y actuar haciendo daño a los demás o a nosotros mismos.

Si uno de nuestros objetivos máximos, por ejemplo, es tener poder a toda costa, seguramente no pensaremos ni en las consecuencias de nuestros actos, ni en cómo afectamos a los demás. El deseo de poder es una de las principales razones por las que se recurre a la violencia.

Todas las personas tenemos valores; valores que nos fueron inculcados cuando éramos niños y que hemos ido transformando en el transcurso de nuestra vida. Si aclaramos qué son para nosotros valores como: autoestima, respeto, tolerancia, responsabilidad, libertad, democracia,



igualdad y paz, podemos ir viendo por dónde está la clase de vida que deseamos y qué podemos hacer para lograrla. Podemos ir cambiando nuestros valores para aprender a vivir con mayor tranquilidad, alegría y felicidad.

Cuando nos encontramos en situaciones en donde predomina la violencia es importante recordar cuáles son los valores que queremos conservar para no provocarla o ser víctimas de ella.



Aprender a manejar la violencia también requiere conocer nuestros derechos, como personas y como jóvenes, y saber cómo hacerlos efectivos.



Las siguientes preguntas son para que te las contestes tú mismo. No es necesario que compartas tus respuestas.

1. ¿Qué opinas sobre la relación entre la forma en que hemos sido educados y la violencia?

---

---

---



2. Haz una lista de los valores que forman parte de tu vida:



¿Te interesa echar un vistazo a la manera en que te relacionas con tu pareja y en tu hogar? ¿Deseas saber qué tanta tendencia tienes a controlar o ser violento? Si deseas hacer una exploración real de tu comportamiento contesta honestamente y sólo para ti, las siguientes preguntas:



1. ¿Consideras que tu pareja te pertenece y que es lógico que tú seas el que mande y ella la que obedezca? **SI NO**

2. ¿Buscas los defectos de tu pareja, te burlas de ella, de su físico, su familia u otros aspectos de su persona? **SI NO**

3. ¿Te molestan cuando no te dan la razón, no ganas en una discusión o contradicen tus opiniones? **SI NO**



4. ¿Has denigrado o insultado a tu pareja o a otros familiares llamándolos con apodos groseros, ignorándolos, menospreciando sus opiniones y sentimientos?

SI NO

5. ¿Tienes tendencia a amenazar e intimidar a tu pareja o a otros familiares con actitudes prepotentes como: miradas, tonos de voz, fintas agresivas, amenazas de abandono o golpes si no hacen lo que quieres?

SI NO

6. ¿Te crees el campeón en todo, te sientes superior a los demás, actúas como "sabelotodo" y les pones demasiada "crema a tus tacos"?

SI NO

7. ¿Culpas a los demás por todo lo malo que sucede? ¿Te cuesta trabajo reconocer tus errores o darles a otros la razón?

SI NO

8. Cuando te disgustas, ¿te vuelves agresivo, insultas, rompes objetos de la casa, maldices, amenazas, actúas poniéndote a ti o a los demás en situaciones peligrosas?

SI NO

9. ¿Has golpeado, encerrado, amenazado con un arma u objeto o forzado a tener relaciones sexuales a alguien?

SI NO





- |  |    |    |
|--|----|----|
| 10. ¿Eres de los que exigen mucho, pero no te comprometes al cuidado de los hijos o a cooperar en la casa? | SI | NO |
| 11. ¿Te gusta ordenar pero no te gusta hacer las cosas?  | SI | NO |
| 12. ¿Cuándo te critican te enojas y contestas "¿y?" o "¿y qué?"  | SI | NO |
| 13. ¿Frecuentemente estás a la defensiva y te enojas de cualquier cosa?                                    | SI | NO |
| 14. ¿Recurres frecuentemente a los celos o el chantaje?<br>¿Eres de los que dicen "te prohibo que...?"     | SI | NO |

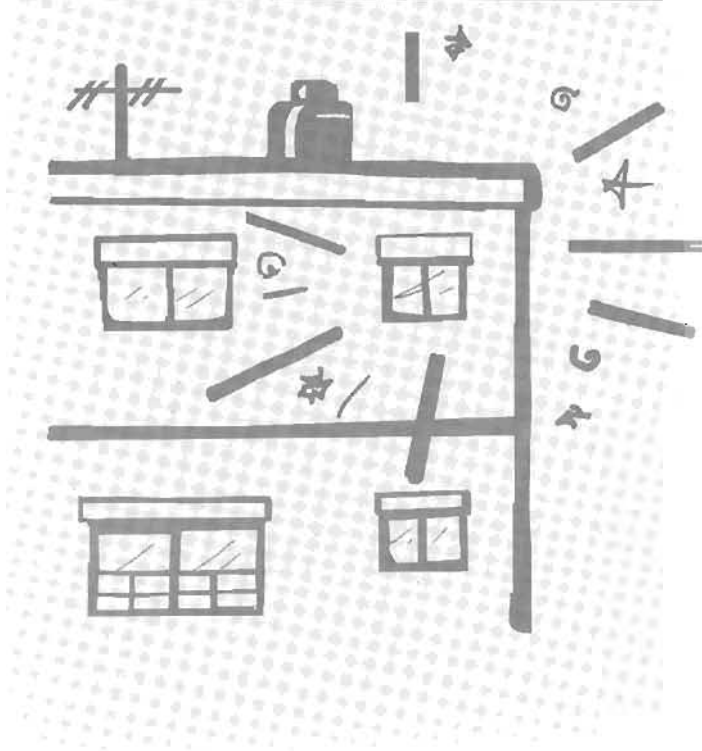
- Si contestas sinceramente y más de tres respuestas fueron afirmativas, conviene que reflexiones sobre tu forma de ser.
- Si respondes que sí a cinco o más preguntas, es muy importante que busques apoyo para controlar tu agresividad.

\* Preguntas elaboradas con base en un cuestionario del Colectivo de Hombres por Relaciones Igualitarias, A.C.



Las alternativas para no caer en la violencia están dentro de ti mismo, aprendamos a...

- decir lo que nos pasa con confianza y seguridad;
- escuchar las necesidades de los demás;
- tener responsabilidad de las consecuencias de nuestros actos;
- comprender y tolerar a los otros.



La violencia dentro de la familia es un círculo vicioso que provoca infelicidad en todos los que la sufren: tanto en las víctimas como en los agresores; por eso, cuando una persona siente que vive esta clase de violencia, ¡puede buscar ayuda!

Pedir o buscar ayuda no es falta de cariño o lealtad a la familia, tampoco un motivo de vergüenza. Todos estamos, como sociedad, en la responsabilidad de apoyar en la solución de este problema.

Para evitar la violencia dentro de la familia es importante procurar que todos sus integrantes reciban los mismos derechos de alimentación, salud, educación y sobre todo de afecto, comprensión y respeto. También debemos crear y fortalecer los lazos de apoyo, y solidaridad entre todos los integrantes de la familia.



### ¿Dónde encontrar ayuda?

Si vives un caso de violencia intrafamiliar o conoces a alguien que la sufra, puedes acudir a:

- Las oficinas del DIF que existan en tu localidad o en la capital de tu estado.
- Las agencias del Ministerio Público.
- La Comisión Nacional o las Comisiones Estatales de Derechos Humanos.

El apoyo que ésta y otras instituciones y asociaciones pueden brindar, es tanto para los que sufren la violencia como para quienes son agresores y quieren dejar de serlo.



Todos los seres humanos nacemos libres e iguales en dignidad. Esto ha sido aceptado por los países del mundo en la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Por lo tanto, aunque tenemos diferencias debidas, entre otras razones, a nuestra edad y nuestro sexo, ninguno de nosotros es inferior, ni siquiera cuando a causa de esas diferencias sea más débil o vulnerable.

Como jóvenes, hombres, mujeres, niños, ancianos o discapacitados tenemos derecho a vivir en una familia donde:

- se respete nuestra integridad física y emocional;
- se nos escuche y trate con respeto, dignidad y cariño;
- se nos permita elegir libremente sobre nuestra sexualidad sin forzar a nadie a tener prácticas que no desea;
- compartamos decisiones que tengan que ver con nuestro bienestar y vida en común;
- se nos apoye y apoyemos para la satisfacción de nuestras necesidades básicas y nos protejamos unos a otros;
- se atiendan las necesidades especiales que implique nuestra condición;
- tengamos libertad de expresión, vivamos sin miedo y en paz.

\*Algunos de los textos presentados en este folleto fueron elaborados a partir de diversos documentos de la Comisión Nacional de Derechos Humanos