

10. Como funciona a violencia

10.1. Ciclo da violencia na parella

A modelo explicativo no que nos baseamos para explicar o comportamento é o de **Leonor Walker**, coñecido como "**ciclo da violencia**". Seguindo este modelo debemos ter en conta que van aparecer unha serie de indicadores dependendo do momento ou da fase no que se atope o agresor (fase de acumulación de tensión, fase de explosión e fase de reconciliación):

10.1.1. Fase de acumulación de tensión

As demandas aumentan, do mesmo xeito que a tensión. Hai un aumento no comportamento agresivo, usualmente cara obxectos no canto da parella, por exemplo, golpeando portas, tirando obxectos, etc. O abuso emocional e mental comeza durante este período. Este abuso caracterízase por comentarios acerca da vestimenta, os amigos e a familia da parella, e os celos obsesivos vólvense máis obvios e trata de controlar a maioría da conduta e tempo da parella, por exemplo, dicir con quen e onde pode ir a parella, como debe vestir, etc. O agresor pode tratar de xustificar os celos expresando que os mesmos son unha forma de expresar o seu amor. Do mesmo xeito, pode tratar de illar a parella da familia e amigos. O abusador pódelle dicir á súa compañeira que se o ama non necesita dos demais.

Nesta fase están presentes mecanismos de defensa como: minimización (ex.: Non é para tanto, pelexamos como calquera parella), xustificación (ex.: Isto é porque a quero demasiado, eu non son celoso pero... debería dicirme con quen vai).

10.1.2. Fase de explosión

O agresor libera toda a ira e a tensión acumulada proveniente da fase precedente. É a fase máis curta pero é a que se vive con maior intensidade. A violencia física empeza a aparecer con incidentes que teñen distintas formas e graos de intensidade. O agresor utiliza tanto formas activas como pasivas para retela: berrar, golpear, ignorar, etc.

A agresión é realizada coa finalidade de castigar á vítima, xa que o home entende que a muller ten a culpa da súa tensión por non acceder ás súas imposicións. Nesta fase prodúcense abusos físicos e psicolóxicos. Nestes últimos incúlcase sempre o sentimento de culpa á muller facéndolle crer que ela mesma foi culpable e merecedora á vez da súa agresión pola súa falta de coidado ou competencia.

Nesta fase están presentes mecanismos de defensa como: culpabilización (ex.: Sempre me acabas provocando, se ti non fixeses isto...), deshumanización (ex.: está coma unha cabra, é unha....).

10.1.3. Fase de reconciliación

Nesta fase o agresor pode facerse en parte responsable pola súa conduta, dándolle así á parella esperanzas dun cambio. Poida que rogue perdón, prometa non facelo de novo e buscar axuda, dará agasallos, etc.

O home exerce as súas facultades de manipulación sobre a muller mostrando un tipo de afecto

para recuperar a confianza da vítima, mostrándose arrepentido, e realízanse falsas promesas sobre que non volverá suceder o mesmo.

Nesta fase están presentes mecanismos de defensa como: negación (ex.: "*estaba tan borracho que non recordo nada, nunca antes fixera algo así, non era eu.....*"), eu non quería pero... (ex.: "*eu non quería que isto pasase pero altérome moito e non me controlo*").

10.2. Fases polas que pasa unha vítima

Debemos ter en conta que, seguindo o modelo do Proceso de Cambio (Prochaska e Di Clemente), van aparecer unha serie de indicadores dependendo do momento ou fase (precontemplativa, contemplativa, preparación, acción, mantemento, e recaída) no que se atope a alumna no momento de detectarse a situación de violencia. Deste xeito podemos destacar as seguintes fases.

10.2.1. Fase precontemplativa

A alumna non ten conciencia do problema (Non recoñece a conduta do maltratador como abusiva, pode ver a súa relación de parella como normal, non ten intención de facer cambios na súa relación)

As formas de reaccionar estarían encamiñadas cara á negación da relación de malos tratos, defender ao maltratador (ex.: "*é un bo rapaz*"), autoculpabilizarse (ex.: "*se non fixese isto non pasaría iso*"), culpabilizar aos demais (ex.: "*se as miñas amigas non viñesen tan frecuentemente, se non saíse tanto...*"), minimizar o problema (ex.: "*isto ocorre en todas as parellas; non é para tanto...*"). Mostrar desesperanza (ex.: "*non é necesario falar diso xa que non vai cambiar nada*") e abandonar a relación con quen lle presta atención.

10.2.2. Fase contemplativa

Neste momento a alumna empeza a tomar conciencia de que existe unha relación abusiva e/ou problemática, prodúcese un análise de pros e contras respecto do posible cambio que aínda non está disposta a realizar, e poden establecerse dúas etapas: 1. ocultación. Non quere ou non pode revelar o que lle ocorre a outras persoas, 2. revelación. Dispónse a comunicar o que lle ocorre.

10.2.3. Fase de preparación

A alumna vai realizando pequenos cambios, por exemplo, pode empezar a desenvolver actividades de lecer, ampliar a rede social, etc. Por outra banda, poden aparecer sentimentos de ambivalencia respecto da súa relación e da decisión de separarse da súa parella.

10.2.4. Fase de acción

Realízanse cambios manifestos para mellorar a súa situación respecto da violencia, por exemplo, empezar a buscar traballo (se non o tiña anteriormente) para ter independencia económica, participar nalgún grupo de apoio ou buscar algúnha persoa de confianza para o proceso de rutura. Os cambios que teñen lugar puideron ser iniciados e solaparse coa fase de preparación.

10.2.5. Fase de mantemento

Poden reaparecer sentimentos de ambivalencia cara ao seu agresor e a súa situación anterior, nesta fase a muller mantén os cambios que fixo.

10.2.6. Fase de recaída

A alumna volve vivir unha situación abusiva.

Tal e como se comentou anteriormente, é preciso ter en conta o momento no que se atopa a alumna, xa que dependendo disto aparecerán uns indicadores ou outros e será preciso adaptar a intervención ás necesidades que vai presentar.

10.3. Manifestacións da violencia de xénero entre adolescentes

Recollemos neste apartado un capítulo moi ilustrativo do informe *No es amor*, publicado en 2021 por Save the Children.

3.1. Características da violencia de xénero entre adolescentes

A natureza e normalización da violencia no ámbito da parella dificulta que a vítima poida identificarse como tal ou escapar da situación de violencia. Isto sucede, entre outras cousas, porque o agresor non adoita exercer violencia ao principio da relación, senón cando hai lazos afectivos máis estreitos, e adoita comezar dunha forma sutil (psicolóxica, de control), que vai escalando ata acabar na violencia física e, nos casos máis graves, ao feminicidio. Con todo, esta escalada non sempre é lineal.

En 1979 Leonor Walker describiu o «ciclo da violencia» dentro das relacións de parella. Este ciclo estaría composto por tres etapas (acumulación de tensión, explosión da violencia e «lúa de mel»), que se sucederían de forma cíclica, dificultando á vítima a súa identificación e convertendo ao agresor nunha especie de Dr. Jekyll/ Mr. Hyde, que presenta distintas caras en distintos momentos da relación.

A estas características propias da violencia de xénero, súmanselle elementos propios das relacións nesta franxa de idade, que provocan que, para as adolescentes, identificar a situación e pedir axuda sexa moi difícil. No caso da adolescencia, debemos ter en conta, ademais:

- **A intensidade da primeira relación amorosa.** *A persistencia de estereotipos de xénero, as crenzas respecto ao primeiro amor e a propia emotividade e intensidade da adolescencia fan que as adolescentes xustifiquen moitas das agresións recibidas. A fase do namoramento contribúe a pasar por alto ou xustificar as primeiras agresións, normalmente máis leves, ao mesmo tempo que termos como confianza e control confúndense.*

- **«Ciclo de control».** *As adolescentes adoitan participar destas dinámicas de control, no que se dá unha especie de escalada na que se van impoñendo medidas de control entre ambas as partes da parella (control do móbil, control das redes sociais, esixencias), que dificultan enmarcalas dentro dunha relación de desigualdade («eu tamén lle miro o móbil», «eu tamén me poño celosa»). Con todo, nesta competición, as mozas non son capaces de levar certas medidas de presión e é menos frecuente que sexan elas as que pasen a outros actos de violencia.*

- **Duración e contorna das relacións.** *O tipo de relacións afectivas que teñen os adolescentes*

adoitan ter menos continuidade ou compromiso que aquelas establecidas por persoas de maior idade, e non adoita mediar a convivencia. Isto fai que os espazos da relación estean limitados aos espazos de lecer, os centros educativos, o fogar familiar, o espazo público ou a contorna dixital, o que supón que a contorna adulta pode detectar máis facilmente a violencia. Con todo, é importante ter en conta que durante a adolescencia importa máis o papel dos iguais que o das persoas adultas, cara aos que hai unha certa falta de confianza, que pode dificultar precisamente esta detección.

- **As redes sociais.** Como vimos repetindo nos últimos anos, a vida e identidade dixital das adolescentes e os adolescentes cada vez ten máis peso na súa vida física. Isto ten varias consecuencias. En primeiro lugar, normalizan usos de risco das tecnoloxías (compartir información persoal, localización, fotos...) que os poñen en situación de vulnerabilidade fronte a novos tipos de violencia que teñen efectos nas súas vidas físicas. Doutra banda, as redes permiten que a situación de violencia na parella non se condicione á presenza física do agresor, senón que se pode exercer a distancia e de forma moito máis constante no tempo, especialmente na violencia de control. Ademais, dificultan pechar unha relación do todo ou desvincularse do agresor, que pode seguir exercendo violencia en liña unha vez acabouse a relación (acoso, porno de vinganza, etc.), normalmente co obxectivo de danar a súa imaxe en termos sexistas. Neste sentido, é moi importante sinalar o peso das tecnoloxías como canle de celos, control, chantaxes e humillacións.

- **Influencia da pornografía.** Estímase que un 71,5% de mozos e un 28,8% de mozas recoñece visitar páxinas de contidos sexuais. Como identificabamos no informe Desinformación Sexual, o consumo da pornografía comeza, de media, aos 12 anos; unha pornografía que os propios mozos identifican como violenta. Sen unha educación sexual integral desde idades temperás, constrúen o seu imaxinario sexual en base a modelos irreais, prácticas en ocasións violentas, marcados polo sexismo e illados da parte afectiva. Estas prácticas en ocasións son reproducidas polos adolescentes, mesmo de maneira non consentida. En leste mesmo informe recollíase que o 89,7% dos adolescentes enquisados habían posto en práctica algunhas das prácticas vistas en pornografía coas súas parellas, sen avisalas. Doutra banda, o 18,7% dicía vivir esta experiencia coa súa parella (posta en práctica do visto en pornografía) e que lle parecía ben, mentres que un 4,3% dicía vivilo e que non lle gustou. Neste sentido, a Memoria da Fiscalía Xeral do Estado de 2020, advirte dun alarmante incremento de ideas sexistas e violencia entre menores e adolescentes, vinculado á violencia sexual e ao uso da pornografía.

- **Falta de autopercepción das adolescentes como vítimas.** A falta de violencia física dificulta o recoñecemento, e os estereotipos asociados ás mulleres adultas vítimas non adoitan cumprirse para as adolescentes (non hai convivencia, non hai fillos ou fillas en común, non hai dependencia económica). Ademais, as especialistas en atención directa sinalan que moitas das mozas non identifican a situación como unha experiencia colectiva, e adoitan culparse da situación e pensar que é un problema que responde as súas características e situacións individuais.

- **Falta de autopercepción dos adolescentes como agresores.** Os adolescentes non se perciben como potenciais agresores e son menos capaces de recoñecer as violencias exercidas. De feito, no estudo Percepción da violencia de xénero na adolescencia e a mocidade realizado en 2015,44 só o 12,7% dos adolescentes entre 15 e 17 anos entrevistados percibían que os malos tratos estaban bastante ou moi estendidos, fronte ao 88,6% das nenas.

3.2. Manifestacións da violencia

As manifestacións de violencia van variando segundo a etapa da relación en que se atope a parella. Así, nas primeiras fases, especialmente durante o namoro, comezan as primeiras formas de violencia psicolóxica e emocional. Na maior parte de relacións adolescentes son estas as violencias máis comúns.

En concreto, é especialmente importante falar da **violencia de control**, ao ser a forma de violencia

máis común neste tipo de relacións, estar lexitimada polos mitos do amor romántico e estereotipos e por ser unha violencia sutil que non sempre esperta as alarmas da contorna. Serían aquelas accións orientadas a que as adolescentes non poidan tomar as súas propias decisións, e que, en base a unha falsa noción de confianza, vulneran a súa intimidade.

*Con estas accións, o agresor determina o tipo de relacións que ten a moza (incluíndo os contactos que fai ou teñen nas redes sociais, as fotos que publica, as persoas ás que pode contestar), o tipo de **vestimenta** que leva, o uso que fai do seu tempo de lecer, etc.*

*Aínda que habitualmente as violencias de tipo físico ou sexual non adoitan comezar ata fases máis avanzadas da relación, diversas fontes consultadas para este informe chaman a atención sobre unha prevalencia importante de **condutas sexuais violentas**, normalizadas polos adolescentes e as adolescentes, o que sería unha característica propia das violencias de xénero nesa idade, diferenciadas das violencias adultas.*