

11. Sinais de alerta da violencia

11.1. Indicacións previas para o profesorado

Cando o alumnado está a sufrir unha situación de **malestar** dá mostras, máis ou menos perceptibles, desa situación. Esas manifestacións é o que coñecemos como **sinais de alerta** (ou indicadores de alerta), e poden ser de moi distinto tipo: cambios emocionais, cambios na conduta, cambios na maneira de relacionarse con outras persoas, cambios na súa dedicación educativa e mesmo cambios físicos.

Primeiramente, como docentes debemos **aprender a percibir** estes cambios para poder recoñecer ese malestar. Para isto, partindo dun coñecemento previo en profundidade do alumnado, é necesario observar con atención, detectar cambios nas maneiras de relacionarse e nas súas respostas emocionais. De maneira xeral a situación de malestar pode ser doadamente identificable, pero o que non é doado de identificar é a causa ou a magnitude¹ dese malestar.

En segundo lugar, debemos **aprender a recoñecer** eses cambios para logo poder identificar se teñen algunha compoñente significativa que sexa necesario atender. Trátase dunha sintomatoloxía moi inespecífica, que pode estar revelando malestares de moi distinta índole polo que a tarefa de vincular os síntomas co que está a suceder é unha tarefa complicada que esixe un traballo previo de coñecemento en profundidade do alumnado e de observación detida e colectiva que permita xuntar a información necesaria para valorar se pode haber algunha situación de violencia oculta detrás deses síntomas. Para poder clarificar o valor que pode estar detrás desas situacións é necesario coñecer ben o alumnado (como xa se indicou), comprendelas ben e facer unha **observación e un acompañamento respectuosos**, facéndonos presentes e atentos ás necesidades para que poidamos recibir a demanda de axuda ou a información que clarifique o que poida estar a suceder.

Se se revela que eses síntomas están a dar conta dunha **situación de violencia**, cómpre anotalos no anexo correspondente do protocolo. Non é doado identificar que se está a producir unha situación de violencia de xénero posto que os sinais de alerta non son exclusivos destas situacións. Por solto, resultan bastante **inespecíficos**, o que contribúe a difuminar a súa identificación. Con todo, é importante coñecelos e aprender a identificalos para poder saber se estamos diante dunha situación sobre a que poida haber que intervir.

11.2. Detección precoz

Coñecer os sinais de alerta do malestar contribúe á prevención de situacións que poden levar á violencia. Por esta razón é necesario que a comunidade educativa estea familiarizada con eles e que aprenda a recoñecelos a través de casos prácticos ou situacións da vida cotiá.

Dende o profesorado é necesario estar alerta ante aspectos de vulnerabilidade² e mais ante calquera cambio brusco, tanto no aspecto físico como na forma de relacionarse ou de estar na aula, que se perciba en calquera alumno/a. Estes cambios poden ser indicadores de que a

¹Ao seren cambios normalizados e esperados na fase da adolescencia poden ser máis dificilmente valorables como sinais de alerta, de aí que en moitas ocasións faga falta unha valoración profesional da situación que o profesorado seguramente non vai poder ofrecer.

²É moi importante que como profesorado aprendamos a identificar que aspectos fan vulnerable o noso alumnado para poder previr as violencias. Véx. os factores de risco que figuran no apartado 3.3.

persoa viviu ou está a vivir algunha situación que desborda as súas capacidades de afrontamento.

Por outra banda, é moi importante no proceso de prevención que o alumnado aprenda a **recoñecer as situacións** e a detectar cando ten un problema e cando necesita axuda. Acontece en moitas ocasións que o alumnado non comprende ben o que lle está a suceder, ou non valora a gravidade da violencia que está a sufrir, e non se ve na necesidade de **pedir axuda** para superar esa situación. Nas accións preventivas que realicemos é importante que lle deamos ao alumnado claves de interpretación das situacións violentas (facendo fincapé no control e noutras situacións que non identifican como violencia) e que lles deamos a coñecer os mecanismos de que dispoñen no centro para comunicar esas situacións e recibir a axuda que necesite.

11.3. Estratexias de afrontamento da violencia en menores vítimas

As estratexias de afrontamento poden ser entendidas como un conxunto de estratexias cognitivas e condutuais útiles para producir recursos favorables na persoa para a superación do evento traumático. Isto é, o afrontamento funciona como unha ferramenta para a defensa da persoa nos casos de violencia.

As estratexias de afrontamento clasifícanse en dous grupos³: un centrado no **problema** e outro centrado nas **emocións**. Empregar unha estratexia de afrontamento ou outra vai depender dos recursos e das características individuais da persoa e mais dos factores sociais e de vulnerabilidade que a rodean.

11.3.1. Os estilos de afrontamento dirixidos ao problema

Aparecen cando as condicións son avaliadas como susceptibles de cambiar. Nesta situación a persoa adopta estratexias internas e externas que aplica para resolver o problema específico. Teñen relación coas estratexias activas de busca de solución:

- busca directa de axuda
- cambio de amizades
- illamento social
- enfrontamento

11.3.2. Os estilos de afrontamento dirixidos á emoción

Danse cando a persoa desenvolve estratexias para diminuír a resposta emocional e fisiolóxica ante a situación e cambia a maneira na que interpreta o que está sucedendo e a súa conduta.

11.4. Tipos de sinais de alerta

Á hora de atender os sinais de alerta da violencia de xénero cómpre ter en conta que son moi inespecíficos e que individualmente poden ser sinais de calquera malestar emocional. O que debemos entender como docentes é que cando se producen acumulación de sinais podemos interpretar que é posible que haxa algunha situación de violencia que estea a motivar ese cadro de indicios. Polo tanto, debemos manternos observantes para posibilitar a detección do

³Neste punto seguimos a Lazarus e Folkman (1984), que investigaron os factores que axudan a estabilizar a adaptación psicosocial durante os niveis elevados de estrés.

problema.

11.4.1. Indicadores do estado emocional

- aparicións de emocións tales como culpa, ansiedade, angustia, medo, inseguridade, carraxe, tristura, amargura, irritabilidade, vergoña etc.
- pensamentos intrusivos e recorrentes dun evento traumático⁴, que poden levar a cambios de humor repentinos⁵, baixa autoestima, niveis elevados de angustia, ideacións suicidas, condutas ou tentativas autolíticas, autolesións.

11.4.2. Indicadores condutuais

- alteracións na conduta alimentaria (por exceso ou por defecto).
- estado de alerta (hipervixilancia).
- dificultades para a autorregulación condutual e o control de impulsos tanto co profesorado como co grupo de iguais.
- hipoactividade ou hiperactividade
- condutas sexuais de risco, hipersexualización, hiposexualización
- alteracións de conduta ante a presenza de determinadas persoas
- **indefensión aprendida** (*helplessness*) ou falta de reacción ante unha agresión⁶

11.4.3. Indicadores físicos

- mazaduras, marcas ou outros sinais no corpo.
- manifestacións psicossomáticas a distintos niveis: gástrico-dixestivo (dificultades nas dixestións, refluxo, dor gastrointestinal, diarrea etc.), músculo-esquelético (contracturas musculares, rixidez muscular, cefalea tensional, bruxismo etc.) e dérmico (dermatite, acné, eczema etc.).
- fatiga ou esgotamento, mareo
- cambio de imaxe ou da forma de vestir, desleixo, roupa frouxa.
- trastornos do sono (insomnio ou hipersomnia, pesadelos).
- cambio repentino de peso.
- rexeitamento do contacto físico.

11.4.4. Indicadores socioeducativos

- illamento social (nas actividades escolares, nos espazos de lecer etc.).
- cambio de actitude respecto das persoas do contorno escolar
- diminución do rendemento escolar
- desinterese por actividades significativas
- inusual falta de participación en actividades do seu interese

⁴Cómpre ter en conta unha cuestión importante sobre o **trauma**: o trauma é unha secuela grave dun evento, dun episodio vivido, que produce un tipo de condutas determinado, ben definidas. O trauma é unha situación de secuela moi específico. Pero depende de cadaquén como interioriza ou como repercute na súa vida un episodio violento. Non todas as persoas o viven como un episodio traumático, non todas as persoas o superan da mesma maneira. É importante ter isto en conta para entender que non ten que haber trauma para que houbese violencia, e que as vítimas de violencia de xénero superan de maneira diferente as situacións ás que se viron expostas, e o feito de que reconstrúan as súas vidas non nega nin cuestiona a violencia que padeceron. Isto é, hai que evitar o estigma de que as vítimas de violencia teñen que sufrir de xeito visible para teren credibilidade.

⁵Como mostra da dificultade para realizar a regulación emocional.

⁶A deterioración psicolóxica que produce a violencia produce esa falta de reacción nas vítimas coñecida como indefensión aprendida. Este é un elemento máis que cómpre ter en conta para comprender por que ás mulleres lles resulta tan complicado saír dunha situación de maltrato.

- modificación de intereses académicos
- preocupación inusual por cambios de rutinas ou de horarios
- concentración inusual na actividade lectiva
- diminución da atención e do nivel de concentración
- redución da participación nas actividades orais
- negación a realizar actividades educativas propostas (ex. negarse a saír ó encerado, negarse a facer unha actividade concreta...)
- incremento das faltas de asistencia por motivos médicos, faltas de asistencia xeneralizadas

11.5. Indicadores sociais da violencia dentro da parella

Existen outros indicadores de tipo social que se dan na situación da parella na que se está a exercer violencia de xénero. Poderán ser ou non observables polo profesorado polo que dependerá da externalización da situación da parella no seu contorno:

11.5.1. Dinámicas de interacción entre a vítima e o agresor

- asimetría de poder
- existencia de control na parella
- dependencia da parella
- estilo interactivo violento de parella

11.5.2. Sistema familiar

- reforzamento de crenzas patriarcais (orixe relixiosa, cultural, sistema familiar...)
- minimización ou tolerancia á violencia
- estilo interaccional familiar (estricto, patriarcal, neglixente ...)

11.5.3. Plano relacional

- perda de autonomía/dependencia
- falta de integración e interacción co alumnado masculino
- cambios bruscos de amizades
- inclusión o exclusión social, deterioro da rede social
- control de redes sociais

11.5.4. Sistema cultural

- crenzas sobre a violencia de xénero
- narrativa sobre a violencia e atribución de significados
- atribucións culturais en canto a violencia
- discurso cultural culpabilizador
- estigmatización social