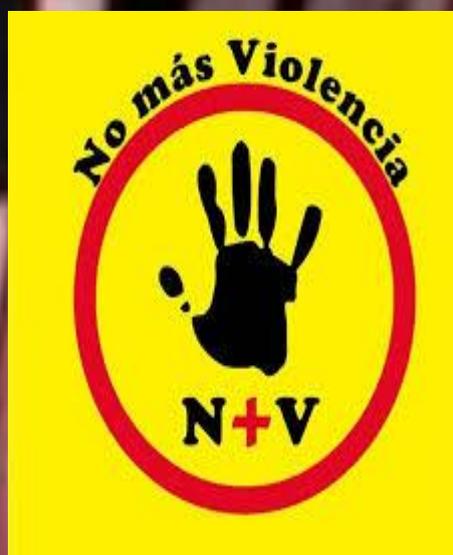


NO MÁS VIOLENCIA

GUÍA SOBRE PREVENCIÓN DE VIOLENCIA EN ADOLESCENTES





UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA

AUTORA: GABRIELA ROSARIO FARINANGO CACOANGO

TUTORA: LIC. JULIA DEL ROCÍO CRUZ VALDIVIEZO

la Tolerancia detiene la violencia con la Tolerancia, se hacen amigos

Índice

Presentación.....	1
Las relaciones afectivas de los jóvenes y adolescentes.....	1
¿Qué es violencia?.....	1
Características de la Violencia.....	1
Características de la víctima.....	2
Características del agresor.....	2
Clasificación de la violencia.....	3
Señales de violencia física.....	3
Señales de violencia de género.....	3
Señales de Violencia sexual	3
Señales violencia Psicológica.....	3
SI tu pareja	4
Como apoyar a una amiga o familiar que sufra maltrato.....	5
Test del amor.....	6
Test para él.....	8



Presentación

La violencia es un grave problema social a nivel mundial que afecta especialmente a niñas, niños y adolescentes.

Objetivo: Brindar información sobre violencia a los adolescentes para prevenirla.

Las relaciones afectivas de los jóvenes y adolescentes

La juventud es la edad que se sitúa entre la infancia y la edad adulta es una etapa de la vida de las personas que va de los 10 y los 24 años. Durante este periodo vital los individuos desean conseguir la independencia de los padres, están muy interesados en adaptarse a su grupo de referencia y quieren desarrollar su propia identidad sexual, moral y vocacional.

¿Qué es violencia?

El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos.

Características de la violencia

Es causada por el ser humano, en el cual de manera intencional se índice al maltrato, sufrimiento incluso el afectado puede recibir amenazas y esto puede causar daños físicos, emocionales y psicológicos.

Características de la víctima

- ✓ Estudiantes más ansiosos e inseguros
- ✓ Sensibles
- ✓ Poseen baja autoestima
- ✓ Reacción agresiva
- ✓ Problemas de concentración
- ✓ Algunos de ellos pueden ser hiperactivos



Características del agresor

- ✓ Impulsividad
- ✓ Necesidad de dominar a otros
- ✓ Ansiosos e inseguros
- ✓ Disfrutan cuando tienen el control
- ✓ Utilizan distintas formas como los apodos, mofas, insultos y habladurías
- ✓ Generan intimidación, exclusión
- ✓ Provocan dificultades en la convivencia



CLASIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA

- ✓ Violencia de género
- ✓ Violencia física
- ✓ Violencia sexual
- ✓ Violencia psicológica
- ✓ Violencia escolar

SEÑALES DE VIOLENCIA

Violencia Física

- ✓ Golpes.
- ✓ Heridas.
- ✓ Empujones.
- ✓ Bofetadas.
- ✓ Mordeduras.



- ✓ Palizas.
- ✓ Tirones de pelo.
- ✓ Quemaduras.
- ✓ Pellizcos.
- ✓ Fracturas.
- ✓ Apuñalamiento.
- ✓ Asesinato.

Señales de violencia de género

- ✓ Depresión y/o ansiedad.
- ✓ Sentimientos de culpa.
- ✓ Baja autoestima.
- ✓ Bajo estado de ánimo.
- ✓ Tristeza.
- ✓ Alteraciones del sueño.



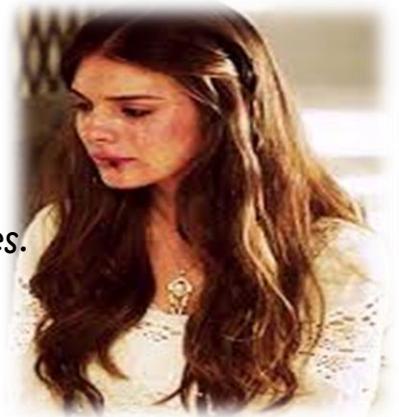
Señales de Violencia sexual

- ✓ Obligar a tener relaciones sexuales utilizando o no la fuerza física
- ✓ Cuando una persona toca cualquier parte de tu cuerpo sin tu consentimiento.
- ✓ Obligar a realizar diferentes tipos de actos sexuales que no quieres o que consideras humillantes.



Señales violencia Psicológica

- ✓ Cambios de humor
- ✓ Exigencia de obediencia.
- ✓ Manipulación.
- ✓ Intimidación.
- ✓ Insultos.
- ✓ Desprecios.
- ✓ Humillaciones.
- ✓ Amenazas.



Consecuencias de la violencia

De todas las violencias las más frecuentes pueden ser:

- ✓ Daño mental respectivamente
- ✓ Fracaso escolar
- ✓ Comportamientos sexuales agresivo
- ✓ Golpes, moretones
- ✓ Problemas de salud mental
- ✓ Homicidio intencional
- ✓ Mordeduras,
- ✓ Heridas con arma blanca o de fuego



SI TÚ PAREJA

- ✓ Critica tu forma de vestir o pensar.
- ✓ Se enfada si no le avisas de que sales, de que salgas sin él/ella y de no saber a dónde vas.
- ✓ Te compara con otras chicas/chicos.
- ✓ Pretende anular tus decisiones.
- ✓ Se molesta si te llama/sales con un amigo.
- ✓ Se enfada por cosas sin importancia.
- ✓ Te asusta cuando se enfada.



- ✓ Te acusa de coquetear cuando te ve con otros chicos.
- ✓ Te acusa de ligar cuando te ve con otras chicas.
- ✓ Te amenaza cuando no haces lo que quiere o si le vas a dejar.
- ✓ Te asusta decirle que no estás de acuerdo con él.

Nadie tiene derecho a imponernos nada

Cada persona es diferente y con gustos distintos, por ello debemos aprender a tolerar a los demás.

Nadie puede obligarnos a usar una determinada ropa, a hacer cosas que no nos gustan, a ir a determinados lugares, a estar con determinada gente.

Somos libres y tenemos derecho a elegir y decidir según nuestros gustos. Si decide por su cuenta, sin consultar ni pedir tu opinión, ni siquiera en cosas que te atañen directamente, plantéate que eso puede estar afectando a tu libertad.

Se libre



COMO APOYAR A UNA AMIGA O FAMILIAR QUE SUFRA MALTRATO:

- ✓ Nunca pienses que es un problema de ellos dos.
- ✓ Ella te necesita, aunque no te pida ayuda, ya que puede tener miedo de la reacción de él.
- ✓ Debe saber que quieres ayudarla.
- ✓ Debes ayudarla, dejar que se desahogue y creer lo que te cuente, aunque tú lo conozcas y él no te haya dado esa impresión.
- ✓ No debes enjuiciarla por estar aguantando en la relación.
- ✓ El hecho de que te lo cuente, no quiere decir que haya decidido romper la relación, por eso debes estar cuando te necesite.
- ✓ Si ha decidido romper la relación pero tiene miedo, ayúdala a hacer un plan para superarlo.
- ✓ Aunque te diga que no se lo cuentes a nadie, debes buscar ayuda para saber qué se puede hacer en esa situación.

TEST DEL AMOR

1. Si no siento celos en mi relación de pareja, es que no quiero de verdad a esta persona. V F
2. Si me quiere sabrá lo que me pasa cuando estoy enfadado/a sin tener que preguntármelo V F
3. El amor no es igual a sufrimiento, hay otras maneras de amar. V F
4. El amor todo lo puede, si nos queremos de verdad nada puede salir mal. V F
5. No todo es perdonable y justificable en nombre del amor. V F

6. Si nuestro amor es verdadero, el sexo entre nosotros será siempre maravilloso. Yo seré el/la mejor amante que nunca hayas tenido. V F
7. El hecho de estar enamorado no implica que tu pareja controle con quien hablas, qué haces y dónde estás en todo momento y los mensajes del móvil, etc. V F
8. El amor no implica anteponer las necesidades, intereses y deseos del otro a los tuyos. V F
9. Hacerlo todo juntos. Pensar y disfrutar de las mismas cosas. V F
10. Si estás enamorada/o, no puede gustarte ni sentirte atraído por otras personas, si te sucede es que no quieres de verdad a tu pareja V F.

Si has contestado VERDADERO en las preguntas 1,2,4, 6, 9 y 10 debes saber que:

La relación sana está basada en la confianza, los celos no se tienen que interpretar como muestra de amor; Los conflictos surgen en ocasiones y se arreglan hablando y buscando soluciones; el amor por sí sólo no puede sanar una relación dañada; Tu pareja no es el centro de tu vida, salir con alguien no implica pasar todo el tiempo en su compañía. Si has contestado FALSO en las preguntas 3, 5,7 y 8, te recordamos que: - El amor es Vitamina F= Felicidad y no se sufre por ser feliz; En una relación sana no tienes que sentirte controlado por tu pareja, ni tienes que dar explicaciones por todo lo que haces.

JUNTOS HACEMOS PERGAMINO

EJEMPLAR PARA ÉL

Con este cuestionario puedes comprobar si sufres violencia de tu pareja.

1. No existen respuestas buenas o malas. Contesta a cada una de las preguntas como mejor se ajuste a tu situación actual.
2. Mi pareja: Me humilla V F
3. Me exige que obedezca a sus caprichos V F
4. Se irrita si le digo que come o bebe demasiado V F
5. Me obliga hacer actos sexuales que no me gustan V F
6. Se muestra celosa y suspicaz con mis amistades V F
7. Me golpea o me araña V F
8. Me repite que soy poco atractivo V F
9. Me repite que no podría valerme sin ella V F
10. Se cree que soy su esclavo V F
11. Me insulta o avergüenza delante de otros V F
12. Se enfada mucho si me muestro en desacuerdo con sus puntos de vista V F
13. Me amenaza con un arma o cuchillo V F
14. Me repite que soy tonto V F
15. No quiere que salga con mis amigos V F
16. Me exige relaciones sexuales, aunque esté cansado V F
17. Me da golpes en la cara y en la cabeza V F
18. Se vuelve agresiva cuando bebe V F
19. Está siempre dando órdenes V F
20. Me dice cosas que no se pueden aguantar V F
21. Me chilla y me grita continuamente V F
22. La tengo miedo V F
23. Me trata como si fuera basura V F

24. Actúa como si fuera a matarme V F

Soluciones: Si has contestado negativamente a todas las preguntas, tienes una relación sana, basada en el respeto, la confianza y el apoyo.

ELLAS: Si has contestado de manera afirmativa A las preguntas 3, 6, 12, 17, 18, 22, 24 : Estás sufriendo maltrato físico. A las preguntas 1, 2, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 19, 20, 21, 23 : estás sufriendo maltrato psicológico.

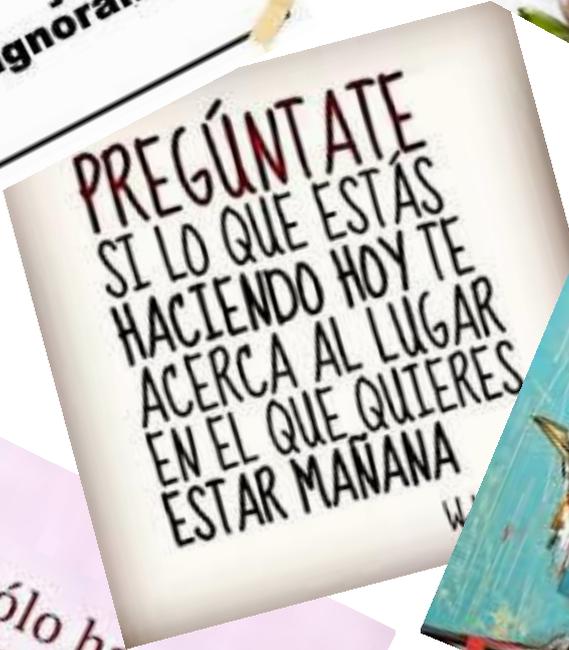
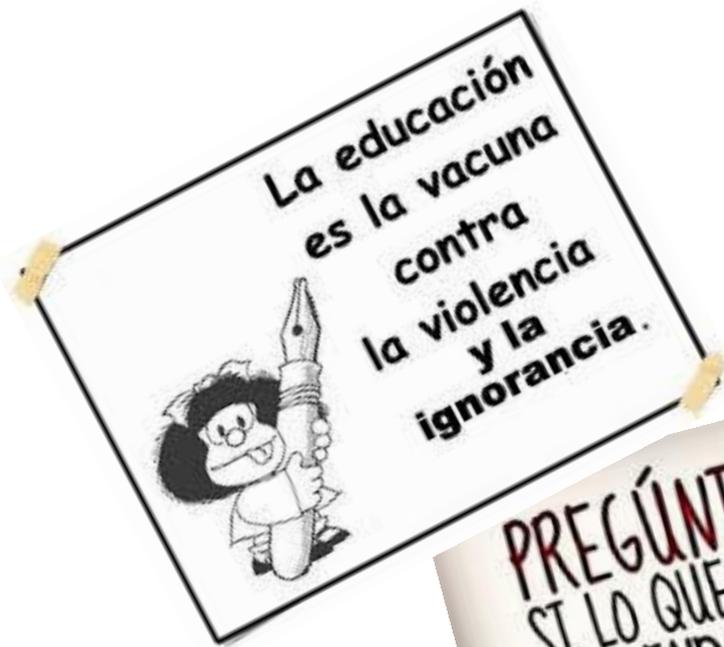
A las preguntas 4 y 15: estás sufriendo maltrato sexual. ELLOS: Si has contestado de manera afirmativa A las preguntas 3, 6, 12, 16, 17, 21, 23:

Estás sufriendo maltrato físico. A las preguntas 1, 2, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 18, 19, 20, 22: estás sufriendo maltrato psicológico. A las preguntas 4

y 15: estás sufriendo maltrato sexual.

“No más bullying,
trátame con amor y
respeto”





Bibliografía

1. OMS. Violencia OMS. [Online].; 2012 [Cited 2015 Junio 17. Available from: http://www.who.int/gender/violence/Violencia_infopack1.pdf.] Accessed 15/03, 2012
2. Ramos Corpas MJ. Violencia y Victimización. [Online].; 2008 [Cited 2015 Octubre 5. Available from: https://www.uv.es/lisis/manuel-ramos/tesis_ramos.pdf.
3. aldiviezo P. Violencia Escolar. [Online].; 2009 [Cited 2015 Julio 17. Available from: <http://www.ugr.es/~erivera/PaginaDocencia/Posgrado/Documentos/ValdiviesoPablo.pdf>
4. Rojas. Características de la Violencia. [Online].; 2012 [Cited 2015 Junio 17. Available from: <http://jalejandravela.blogspot.com/2012/08/principales-caracteristicas.html>
5. Varela Garay. Violencia y Victimización. [Online].; 2012 [Cited 2015 Octubre 8. Available from: <http://www.uv.es/lisis/rosavarela/tesis-rosa-varela.pdf>.
6. Fernández L. Propuesta de Violencia. [Online].; 2011 [Cited 2015 Julio 17. Available from: <http://www.monografias.com/trabajos-pdf4/propuesta-proyecto-violencia-escolar/propuesta-proyecto-violencia-escolar.pdf>
7. Donoso Díaz S. Eficiencia Escolar y Diferencias Socioeconómicas. SCIELO. 2008 Julio; 28(2): p. 5.
8. Moreno Ruíz D. Violencia en las relaciones entre los adolescentes. SCIELO. 2012 Abril; 21(1): p. 3.
9. Gómez A. El bullying y otras formas de violencia adolescente. SCIELO. 2007 Julio; p. 5.
10. Frias M. Consecuencias de la violencia. SCIELO. 2008 Diciembre; 25(2).