

NUESTROS DERECHOS VIOLENCIA CONTRA LA MUJER EN LA FAMILIA

¿Qué entendemos por violencia contra la mujer?

"Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada."

Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer.

¿Cuáles son las manifestaciones de violencia contra la mujer en la familia?

**** Violencia Física:** Se realiza mediante actos que afectan directamente el cuerpo y la salud de la mujer víctima. Producen enfermedad, dolor, heridas, mutilaciones o muerte. Puede manifestarse con empujones, cachetadas, patadas y hasta con la utilización de objetos tales como correas, cigarrillos, cuchillos, palos, etc.

**** Violencia psíquica o psicológica:** Ejercida a través de hechos que afectan la salud mental y la estabilidad emocional. Es lo que comúnmente se llama daño moral, o espiritual.

Se manifiesta con palabras soeces, amenazas y frases encaminadas a desconocer el valor y aporte de otras personas, con la ridiculización como forma habitual de expresión; con el encierro a que muchos hombres someten a las mujeres, alejándolas de la familia o del círculo de amigos o impidiéndoles el acceso al estudio, el trabajo o la recreación; con celos excesivos que coartan la movilidad, el uso personal del tiempo y las relaciones sociales; con el incumplimiento de las obligaciones económicas, teniendo posibilidad para cumplirlas; o con la carga de todo el trabajo doméstico en manos de las mujeres, subvalorando y menospreciando su aporte a la economía familiar.

**** Violencia sexual:** Ejercida a través de comportamientos y actitudes que atentan contra la dignidad y la libertad sexual de las mujeres.

Consiste en obligar a la esposa o compañera a tener relaciones sexuales utilizando la fuerza, el chantaje con los hijos o con el aporte económico; usando frases dirigidas a menoscabar su honra y dignidad sexual; obligándola a realizar prácticas sexuales con las cuales ella no está de acuerdo; menospreciando su capacidad sexual; imponiendo determinados comportamientos sexuales y al mismo tiempo, desconociendo sus necesidades y propuestas sexuales; o mediante el abuso sexual de las niñas y niños en el hogar.

¿Por qué se presenta a nivel familiar la violencia contra la mujer?

La violencia es empleada en familias organizadas en forma autoritaria y jerárquica, en las que el poder es ejercido por los considerados como "más fuertes". La sociedad le ha asignado este papel a los hombres y entonces, algunos pretenden dominar a quienes han sido definidos como débiles por

razones físicas, económicas o sociales: mujeres, niños y niñas, ancianos y ancianas, o personas con algún grado de discapacidad. Estos últimos asumen su situación de subordinación y generalmente desarrollan mecanismos pasivos de defensa.

Al ejercer violencia contra la mujer, el hombre considera que el sexo femenino es inferior, menos importante que el masculino y por lo tanto, que no tiene derecho al mismo respeto, manifestando así un total desconocimiento de algunos de los derechos de la mujer, como los de libertad, vida, dignidad, autonomía y seguridad.

Si a esta consideración de inferioridad de la mujer se suman dificultades económicas, uso de alcohol y drogas, no es difícil que esas condiciones conduzcan a hechos violentos. Pero el hombre no le pega al tendero porque le cobre cien pesos más cuando él no los tiene. Al tendero lo ve en igualdad de condiciones, reconoce sus derechos y sabe que si le golpea puede ser detenido. Cosa bien diferente sucede con su esposa o compañera.

¿De qué manera afecta a la mujer el maltrato de su compañero?

**** A nivel físico:** Puede no presentar ninguna lesión en el cuerpo, pero se pueden presentar cicatrices, hematomas o viejas fracturas producidas por golpes anteriores.

**** A nivel psicosocial:** La mujer víctima de maltrato conyugal puede presentar un constante estado de depresión, pérdida de motivación, incapacidad para evaluar los hechos y tomar decisiones, inhibición ante la acción, pérdida de la autonomía.

También se puede sentir defraudada, amargada, incapaz y atemorizada.

La autoestima es el aspecto psíquico más afectado por la violencia. La mujer inicia un proceso de desvalorización permanente de sí misma a causa de la propia inculpación por la agresión de su compañero y por la inseguridad que le genera no tener el control sobre su vida.

¿Qué puede hacer la mujer para prevenir la violencia intrafamiliar ejercida en su contra?

**** Tomar conciencia de sus derechos**

Las mujeres deben ejercer los derechos en igualdad de condiciones a los hombres en lo político, social y cultural. Entre esos están:

El derecho a la vida.

El derecho a la igualdad

El derecho a la libertad y seguridad de la persona

El derecho a igual protección ante la ley

El derecho a verse libre de toda forma de discriminación

El derecho al mayor grado de salud física y mental que pueda alcanzar

El derecho a condiciones de trabajo justas y favorables

El derecho a no ser sometida a tortura, ni a otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes.

**** A nivel de formación personal**

-Desarrollar la autoestima; es decir, la valoración que cada persona posee de sí misma a partir del reconocimiento de sus capacidades, cualidades y limitaciones. A ello también se le llama amor propio. Significa tratarse con

dignidad, amor y conciencia de lo que cada uno es.

-Fomentar la autonomía personal; es la posibilidad de ser dueños o dueñas de nuestros destinos, de transformar las circunstancias que nos rodean para nuestro beneficio y el de los demás. Para ello es importante conocerse, saber de qué se es capaz y en qué se encuentran limitaciones. Desarrollar las cualidades que se poseen mediante el trabajo y la formación; reconocer las necesidades personales y expresarlas; evaluar el comportamiento y cambiar las actitudes necesarias para bien propio y de los demás.

-Aprender a pensarse como persona adulta, responsable de sí misma, capaz de tomar decisiones, de poner límites a los abusos y atropellos de cualquiera.

**** A nivel de la relación de pareja**

-Establecer conjuntamente las reglas o normas que han de regir la vida de pareja, llegando a acuerdos basados en la comprensión, el respeto y la libre elección.

-Reconocer y valorar las diferencias entre los miembros de la familia. Si cada uno asume su propio valor personal, podrá percibir y respetar el valor de los demás.

-Prestar atención al aporte de cada miembro de la familia para el bienestar común. La vida familiar es responsabilidad de todos sus componentes y no exclusivamente de las mujeres. Asignar al trabajo doméstico un valor equivalente al de las contribuciones financieras.

-Desarrollar intereses laborales, intelectuales, sociales y afectivos propios, a la par que se estimulan actividades familiares conjuntas. Para realizarse como seres humanos, las personas requieren de diferentes campos: familiar, educativo, laboral, cultural, recreativo, lo que brinda una riqueza personal que a su vez fortalece la vida del hogar.

-Adquirir independencia económica. Contar con un sustento propio contribuye a que las mujeres adquieran más seguridad en sí mismas, reclamen con mayor convencimiento sus derechos y se arriesguen más fácilmente a tomar decisiones radicales frente a la violencia doméstica.

-Estimar los aportes que la mujer realiza en la casa. Reconocer el valor social y económico del trabajo doméstico.

¿A dónde acudir?

Cuando la violencia contra la mujer implica la realización de hechos punibles (que van en contra de los derechos de las personas) o infracción a la ley, podrá intervenir, según el caso y la situación, la Policía Nacional, los inspectores penales de policía o los jueces penales.

Como instituciones no jurisdiccionales se pueden señalar el Sistema Nacional de Bienestar Familiar, compuesto por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, las defensorías de familia y las comisarías de familia que conocen de situaciones de violencia intrafamiliar. Como nuevos mecanismos de protección, la Constitución instituyó la Defensoría del Pueblo y la acción de tutela.

Tomado de: *Mecanismos de protección de la mujer víctima de la violencia intrafamiliar y sexual*

La información de estos Pizarrones puede ser usada citando la fuente.