



La violencia en el noviazgo

Introducción

“A veces tengo miedo de contradecir a mi novio porque no sé qué me pueda hacer, qué me vaya a responder o cómo vaya a reaccionar. Tengo miedo de hablarle porque puede reaccionar con un golpe, pero sigo con él porque él está en mi corazón, a pesar de muchas cosas lo quiero.”

Victoria tiene 19 años y cuenta su historia mientras mantiene el rostro agachado y las manos en los bolsillos. Le hemos cambiado el nombre por cuestiones de seguridad y respeto, su historia refleja el caso de muchas jóvenes en México.

Muchas jóvenes tienen noviazgos en los cuales buscan compañía, intimidad, amistad o conocer a alguien del sexo opuesto. Pero durante esa relación lo que encuentran es violencia, es decir, actitudes ásperas, groseras e incluso golpes.



Obviamente esto es algo que las personas no buscan al iniciar un noviazgo, pero tal parece que se está convirtiendo en algo normal y cotidiano. Lo más alarmante es que las personas cada vez lo ven de una manera más común y normal, o sea, que un noviazgo no puede existir si no hay golpes, insultos, malos tratos o humillaciones.

La fuerza física, un medio para tener el control

Actualmente hay un desconocimiento real de lo que es la violencia en el noviazgo, por eso es importante que veamos este tema, para que tú, como padre de familia, cuides a tus hijos, o como joven, te des cuenta si estás sufriendo algún tipo de violencia o si eres tú quien la estás provocando hacia tu pareja.

La violencia en el noviazgo es un problema social que afecta a un gran número de personas, además atraviesa todo tipo de fronteras, ya sean raciales, de edad, religiosas, educativas, económicas, etc. La violencia es un fenómeno denigrante que lesiona nuestros derechos humanos y muestra claramente

las diferencias de género.

Físicamente el hombre es más fuerte que la mujer y eso le da cierta superioridad, que en un momento dado puede utilizarla para agredir e intimidar a su pareja, a aquella persona que “supuestamente” ama y quiere.

Ese abuso e intimidación hacia la mujer hace que ella vea coartados sus derechos y se vea limitada por aquella pareja que le pidió que fueran novios porque se querían, pero vemos que en los hechos realmente no hay tal amor ni tal cariño.



Dentro de la relación de pareja, el uso de la fuerza física o psicológica para controlar a una persona es una manera de imponer forma y manera de convivencia. La violencia en el noviazgo lo que busca es

que el hombre domine a la mujer para controlar su vida, es presionar a la mujer para que ella quede a disposición del hombre, ya sea mediante amenazas y golpes, o mediante una actitud verbal que lleva a humillarla y a bajar su autoestima.

Entonces la mujer se siente muy menospreciada pero, como en el caso de Victoria, a pesar de todo ella lo quiere porque está en su corazón. ¡Qué difíciles son esas relaciones! La jovencita está siendo agredida y, con todo, no pone un alto; no quiero decir que ella sea la responsable, sí tiene cierto nivel de responsabilidad, pero es el hombre quien tiene la mayor responsabilidad cuando se comporta de esa manera.

En los noviazgos donde hay violencia, hay expresiones como: “¡cállate!” o “¡tú no sabes nada!” Son expresiones de personas insensibles, que catalogan a la mujer como si fuera alguien ignorante, como si no tuviera alguna preparación, como si ni tuviera voz ni voto.

Hay otras expresiones como: “¡Si te grito es porque te amo!”. O expresiones en las que ellos no quieren hacerse responsables de sus actos: “Te pido algo y no me lo das, me haces enojar y por eso te pego.” Hay personas que se les pregunta por qué golpearon a su pareja dan respuestas como esa y agregan: “Se

lo merece, si ella me trata mal pues yo también la trato mal."

Obviamente estamos entendiendo que esto no es amor, usemos nuestro sentido común y nuestra razón; si bien es cierto que la manera de manifestar el amor es a través de los sentimientos, también el amor busca hacer el bien. El amor no hace nada indebido, sino que se traduce en hechos que buscan el mayor bienestar de los demás. Así que si alguna persona te golpea, es porque no te ama; el que en verdad te ama, te cuida, te protege, vela por ti, respeta tu dignidad y te respeta como persona.

"¿Con quién estabas?" "¿En donde estabas?" "¿Qué estabas haciendo?" "¡A ver tu celular, déjame verlo!" Estas preguntas tipo 'inquisición' presionan a la persona a revelar aspectos a veces muy íntimos de su vida, no se le demuestra que se le tenga confianza sino que se está tratando de controlar su vida.

Esto llega al punto en que la pareja le pide que evite cierto tipo de amistades y no sólo eso, sino que a veces llegan al extremo de evitar que se relacionen aún con sus mismas familias. Ese tipo de presión busca que la novia o el novio solamente pertenezcan a la pareja con la cual están comprometidos mediante el noviazgo.

Este control total y absoluto es también un tipo de violencia, ya que todos los seres humanos somos sociales y tenemos derecho a relacionarnos con quien queramos, tenemos derecho a establecer relaciones sociales amistosas o familiares que podemos disfrutar. Cuando alguien nos limita para que no tengamos ese tipo de relaciones está impidiéndonos tener libre elección de con quien nos relacionamos, muchas veces esto es por inseguridad, celos, caprichos o deseos de tener el control absoluto.

"Si me dejas, me mato"

Esta es una frase bastante irresponsable porque pone una carga de conciencia muy fuerte, pero finalmente todos y cada uno de los seres humanos tenemos la capacidad de decidir lo que vamos a hacer con nuestras vidas, y todos y cada uno de nosotros somos responsables de lo que hacemos. Si yo hago este tipo de amenaza es mi responsabilidad si me mato.

El querer cargar una cuestión de conciencia tan fuerte en una persona para que acceda a tus caprichos es una actitud que está muy lejos de ser amor, está muy lejos de ver por el mayor bienestar de esa persona que dices amar y querer. Nadie tiene ese tipo de actitudes

cuando en verdad ama.

Cuando alguien en verdad ama busca quitar ese tipo de problemas, busca no chantajear ni controlar la vida de las personas a través de ese tipo de expresiones. Cada quien somos responsables de lo que hacemos y hablar de esta manera connota una responsabilidad muy grande al no darse cuenta de lo que puede provocar en las personas a su alrededor.

Puede haber personas que realmente sí están en una depresión y que necesitan ser atendidos; en una plática con un especialista ellos pueden externar su deseo o su gran problemática de sentirse solos, vacíos, de estar pensando en el suicidio. Por lo tanto, hay que atenderlos con mucha seriedad, amor y paciencia.

Si tú empiezas con este tipo de actitudes se desvalora lo que dices, porque la gente puede tener confusión de si estás hablando en serio o no y puedes quitarle el peso a ese tipo de frases. Entonces, cuando una persona de veras lo dice en serio porque tiene un problema, la gente no le va a creer ni lo va a escuchar.

Así pues, debemos tener mucho cuidado con lo que decimos y con lo que hacemos; si a ti te han dicho eso lo que yo te diría es que no tengas miedo, si tú has decidido tener un noviazgo, estás en tu derecho de retirarte amablemente. Debes platicar tu situación con alguna persona que te pueda asesorar y que pueda ayudar al joven que está haciendo ese tipo de afirmaciones.

¿Cuántas veces hemos escuchado este tipo de frases? "¡Necesito que me pruebes tu amor!", "Si en verdad me quieres dame la prueba de amor".

Definitivamente, lo que se pide es una relación sexual y no hay nada más egoísta que esto; el muchacho está buscando sus intereses y su placer, es una manera de presionar a la persona que a lo mejor sólo está tratando de conocerse a ver si compaginan o no.

¿Qué va a pasar si le das la prueba de amor y después el muchacho no queda contento? "Pues no, no me llenaste, realmente me di cuenta que no te amo" - después que la mujer realmente ya se entregó. Esto no es más que un engaño y es algo que en verdad avergüenza y duele.

¡Imagínese usted que fuera su hija! ¡Imagínate que fueras tú! Tal vez con mucha ilusión te podrías entregar pero resulta que después fuiste despreciada. No existe tal prueba de amor, el que ama no anda buscando lo

suyo y no anda pidiendo cosas a cambio.



El que verdaderamente ama se da por los demás, no es una persona egoísta que sólo está pensando en como obtener provecho o ganancia sino que ve que las demás personas estén en paz consigo mismas, las respeta, respeta su

dignidad, no les anda pidiendo cosas que van en contra de sus conciencias, principios y valores morales. Al contrario, el que ama es muy respetuoso de los derechos de los demás.

Así que la próxima vez que alguien te pida eso tú con tranquilidad, con mucha razón y con sentido común te puedes dar cuenta que a esa persona realmente no le interesas. Él realmente está buscando lo suyo y muchas veces, una vez que se les da la prueba de amor, detestan a la mujer, la abandonan y la aborrecen. Obtuvieron lo que quisieron y se van a buscar a otra persona que caiga en su engaño.

Esta es una situación cada vez más frecuente y que cada vez se ve más normal. Tal vez hay algunas raíces de tipo cultural, educacional o conceptos erróneos de interpretar esa manera de vivir en donde el hombre machista es el que manda, el que determina las cosas, el que abusa de los derechos de la mujer y no le da su lugar ni la respeta.

Ese rol ha influido mucho en la sociedad para que la mujer sea menospreciada y tenga ese rol sumiso en donde no tiene derecho a hablar, a opinar, a crecer o a desarrollarse; entonces, el hombre se aprovecha y toma ventaja de su posición.

Cuando no se le hace justicia a la mujer, ésta es menospreciada y a veces carga con pensamientos como *“bueno, yo estoy llamada a sufrir, estoy llamada a padecer, a nunca poder ser feliz”*. La mujer tanto como el hombre tiene derecho a ser feliz, a desarrollarse de manera integral. Pero cuando hay ese tipo de estigma existe un aprovechamiento, un rol en donde el hombre usa la violencia y la mujer cree que tiene que callarse y soportar ese tipo de abusos e insultos.

Manifestaciones de la violencia

En el noviazgo la violencia aparece con sutileza y se expresa en formas leves como pellizcos, ligeros empujones, pequeñas prohibiciones, descalificaciones veladas o presiones para tener relaciones sexuales.

Así es como empieza la violencia en el noviazgo, pues éste no es un compromiso del todo formal.

Para muchos jóvenes el noviazgo no es más que un momento para conocerse, convivir y ver si la pareja les conviene para casarse; esto es lo que la **Encuesta Nacional de la Juventud** encontró. Los jóvenes dijeron: *“es una etapa en donde yo puedo conocer a mi pareja para ver si me conviene, si nos entendemos, si tenemos armonía y nos casamos.”*

Sin embargo, en esa etapa se dan situaciones que van más allá de lo que está permitido, por ejemplo un pellizco, ¿por qué el pellizco si tenemos derecho a ser respetados? Así puede ser un empujón, una actitud incorrecta, un alzar la voz o un silencio grosero ante una pregunta.

Estas actitudes pueden empezar a surgir dentro del noviazgo y se puede pensar que son cosas mínimas, que no tienen mucha importancia; sin embargo, tienen mucho que decir porque nos dicen cómo es la otra persona. Hay que estar atento a este tipo de detalles para que identifiques el problema y sepas qué hacer para exigir tus derechos y hacerte respetar.

Hay diferentes maneras de expresar la violencia en el noviazgo: existe la **violencia verbal**, que se traduce en gritos, insultos, lenguaje grosero, palabras altisonantes o adjetivos calificativos que menosprecian a la mujer, aún cuando la mujer no sea así; ese tipo de agresión verbal lo único que hace es humillar a la otra persona.

Otra forma es la **violencia psico-emocional**, aquella que está relacionada con conductas de desvalorización, menosprecio y humillación. Es decir, un ataque de tipo emocional donde se puede amenazar con irse, con abandonar a la pareja; hay insultos y humillaciones que llevan a una baja autoestima. También se pueden hacer comparaciones con otras personas en donde se acentúan sus defectos.

Existe también la **violencia física**, que tiene que ver con golpes, jalones, pellizcos, apretones, etc. Es todo aquello que conlleve un contacto físico y que cause alguna incomodidad, molestia o el simple hecho de sentirse abusado en el espacio íntimo, en donde el varón oprime en un contacto físico y causa algún dolor.

Existe además la forma de **violencia sexual**, que es cuando hay tocamientos sin consentimiento de la persona (en este caso de la mujer), cuando se le da un beso cuando ella no quería, cuando se le acorrala para tener tocamientos; incluso las formas de presionar

para tener relaciones sexuales, tales como la prueba de amor.

Si la mujer no consiente puede haber una agresión, una reacción violenta, tal vez un golpe, el abandono e incluso el suicidio como chantaje emocional. Este tipo de argumentos lo único que buscan es presionar a la persona a una situación emocional en donde se le fuerza para que cumpla los caprichos del hombre.

Efectos de la violencia en el noviazgo

• Depresión

La mujer puede ser afectada por una depresión que después la puede llevar a intentos de suicidio. ¿Por qué? Porque está viviendo una situación muy estresante; tal vez está siendo presionada por el novio para tener relaciones sexuales, tal vez está sufriendo porque el muchacho es grosero, la tiene intimidada o controla su vida. Sufre un estrés muy grande que la puede llevar a una depresión y, al sentir que ya no puede salir de esa jaula en la cual ha caído, puede intentar suicidarse.

• Baja autoestima

Cuando hay violencia en el noviazgo la mujer recibe una señal de *“no importo, no valgo”*. Es increíble como muchas de ellas quieren seguir en la relación; al recibir ese tipo de mensajes lo que deben asumir es *“si a él no le intereso, yo tengo una dignidad y no tengo porqué dejarme pisotear, aquí terminó todo y con permiso.”*

Pero a veces puede ser la mujer sea muy soberbia y diga: *“pues me lo voy a ganar a como dé lugar”* y ahí están tratando de ganar al hombre, recibiendo un trato terrible y a veces hasta perdiendo toda dignidad. Por otro lado, puede estar intimidada, desanimada, sin fuerzas, sin apoyo ni ayuda para salir de esa situación, y sintiéndose encadenada. Al perder la autoestima ya no se valora, no se respeta y se deja hacer lo que sea.

• Bajo rendimiento escolar

Es cuando el noviazgo se da en la edad de secundaria o preparatoria. Como hay muchos cambios de tipo hormonal la joven no se puede concentrar en sus estudios, está pensando en los problemas con el novio, en que ya tuvo una relación sexual y está muy preocupada porque a lo mejor tiene un embarazo o una enfermedad.

• Reproducción de la violencia

La violencia se aprende. Hay estudios que muestran que la violencia se aprende debido a las conductas que se están dando alrededor de las personas. Por lo tanto, una mujer que está sufriendo algún tipo de violencia tiene que tomar ciertas decisiones para evitar eso o simplemente dejar la situación como está y seguir sufriendo la violencia.

El hombre se acostumbra a estar bajo ese tipo de actitud y a lo mejor ya no quiere estar con esa mujer y va a busca otra y con la otra sigue con la misma violencia. Es un cuadro que se repite entre los jóvenes, una forma de comportamiento que se va imitando y generalizando entre las parejas.

En alguna ocasión, una joven llegó a decir: *“mi noviazgo es normal, a veces peleamos, nos golpeamos, él me pega y yo le doy una cachetada o él me da una patada, pero todo está bien.”* Nada de eso es normal, lo que debería prevalecer es el respeto, el buen trato.

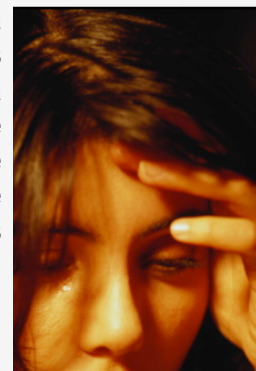
El verdadero amor

El denunciar a una persona por sus actos de violencia es sumamente correcto, con eso la persona aprenderá que no puede andar por la vida haciendo lo que le viene en gana y que no puede pisotear los derechos de los demás.

Muchas personas confunden lo que es el verdadero amor, realmente el verdadero amor es este: ponerle un freno haciendo justicia, enseñándole que debe respetar a los demás. Si la persona entiende esto, el día de mañana en sus relaciones será más cuidadoso y tendrá más respeto.

El verdadero amor no busca lo suyo, no hace nada indebido, sino al contrario, busca que realmente se hagan las cosas como debe de ser. El que ama practica la justicia y rechaza la injusticia. ¿Por qué? Porque sabe que están entre dichos los derechos de las demás personas cuando alguien abusa y el que verdaderamente ama quiere que todos sean felices y que todos sean respetados.

¡Qué importante es que usted no se deje llevar por ese tipo de sentimientos y emociones! Si su novio es muy celoso, esos celos denotan más bien un problema



personal interno, denotan tal vez inseguridad, desconfianza, malicia; es algo que él tiene que resolver.

Toda relación de noviazgo se basa en el respeto y la confianza, si no se dan estas mínimas reglas, no puede haber relación. Si la otra persona está constantemente desconfiando y dudando de la fidelidad de la otra persona, no puede haber relación.

Pero ese es un problema del muchacho que duda y que está lleno de celos, usted realmente no lo va a poder cambiar. Si el muchacho tiene muchos problemas, se entiende; pero nunca se justificará que golpee a otras personas, porque al golpear a terceros que no tienen nada que ver con su situación no resuelve los problemas, al contrario, simplemente descarga su ira en otros y los humilla, y lo peor, está humillando a aquellos que se supone que ama.

Si tienes una falsa esperanza de que en el matrimonio lo va a cambiar, la realidad no es así; realmente el que te ama, te respeta desde el principio. Aprenda a defenderse, a defender sus principios, usted tiene derecho a ser respetada. Puede ir ante la autoridad o las instancias judiciales para exigir que la otra persona la respete.

Y si es el caso de un noviazgo, pues simplemente puede decir. *“aquí se acabó la relación, no congeniamos, no nos entendemos, mejor haz tu vida y yo la mía.”* Y si hay amenazas como *“si me dejas, me mato”* usted retírese con toda libre conciencia. Todos tenemos derecho a escoger nuestro camino mientras no dañemos a los demás.

Claves para reconocer la violencia

1. Si la pareja ha expresado celos por amistades o compañeros de trabajo, ¡ten mucho cuidado! Si hay ese tipo de celos puede haber un tipo de violencia.
2. Si ha insistido mucho en saber con quien estás; ese tipo de preguntas tan insistentes denotan que quieren tener un control sobre tu vida.
3. Si te ha hecho ‘escenitas’ en donde hay malas actitudes delante de la gente o incluso la famosa ‘ley del hielo’, que no te habla y tú por más de que quieres entablar una comunicación él no te lo permite.
4. Si se ha quedado en silencio por enojo, es también un tipo de ‘ley del hielo’.

5. Si te ha presionado para hacer dietas o ejercicio, no tienes por qué hacerlo. El que te ama, te ama como eres y no anda queriendo moldear tu vida ni tu cuerpo.

6. Si te ha amenazado con suicidarse, ¡ten mucho cuidado!

7. Si te ha hecho sentir miedo en sus reacciones como queriendo intimidarte.

8. Si te ha agredido físicamente, empujado, cacheteado, rasguñado, golpeado, etc.

9. Si ha esculcado tus pertenencias, tu diario o tu correo electrónico en una aparente investigación por descubrir la “verdad”. Muchas veces las personas son muy maliciosas y traen en su mente ideas que no son ciertas.

10. Si te ha amenazado con dejarte, ¡ten cuidado!

11. Si te ha tocado, besado o acariciado sin tu consentimiento.

12. Si te ha presionado para tener relaciones sexuales.

Todas estas claves son importantes que las tenga presentes; cuando alguien tenga este tipo de comportamientos, ¡cuidado! Usted puede estar delante de una persona violenta o que está buscando tener algún tipo de violencia en el noviazgo.

Quiero terminar leyendo un texto de las Sagradas Escrituras que se encuentra en Hebreos 12: 14 y que dice: *“Seguid la paz con todos”*. Dios te manda a seguir la paz, esta expresión significa que respetes los derechos de los demás, que estés en armonía con todos, que respetes la dignidad, la vida y la personalidad de los demás.

Si usted es una persona que tiende a este tipo de actitudes, no está en una buena actitud ni está amando; confíe en la medida que se debe de confiar en una persona para poder tener una buena relación de noviazgo. Medite bien en sus caminos, resuelva sus problemas; para eso hay consejerías, médicos y especialistas que le puedan ayudar.

Y si usted es una víctima y está sufriendo este tipo de situaciones, la Biblia también le dice que siga la paz con todos. Tiene que darse a respetar para que pueda ejercer sus derechos y terminar con el noviazgo; siga la paz, no albergue esperanzas de cambiar a un

hombre, más bien aprenda a tomar decisiones con la razón. No se deje mangonear ni se deje amenazar.

Ing. Gilberto Sánchez

Esperanza para la Familia, A. C.

Tel. Lada Sin Costo 01-800-690-62-35

Apartado Postal #41 C.P. 64581 Monterrey., N.L.

Página Web: <http://www.esperanzaparalafamilia.com>

Correo Electrónico: info@esperanzaparalafamilia.com