HERRAMIENTAS PARA ACOMPAÑAR EN SITUACIONES DE VIOLENCIA DE GÉNERO.

Una guía pensada para todas las mujeres, pero en especial para su entorno, sus vecinxs, familiares y amigxs. Para salir de una situación de violencia de género, las mujeres **necesitan una red de acompañamiento activa.** Por eso queremos compartir las presentes herramientas para acompañar, para que ninguna mujer se encuentre sola.

Leer más

AVON
PONER FIN A LA VIOLENCIA HACIA MUJERES Y NIÑAS

“Ella habrá hecho algo para provocarlo”

“¿Viste cómo estaba vestida?”

NO ES LO QUE ELLA HACE, ES LO QUE ELLA ES.

Se entiende por **violencia contra las mujeres** *toda conducta, acción u omisión, que de manera directa o indirecta, tanto en el ámbito público como en el privado, basada en una relación desigual de poder, afecte su vida, libertad, dignidad, integridad física, psicológica, sexual, económica o patrimonial, como así también su seguridad personal.*

¿Escuchaste alguna vez frases como “algo habrá hecho” o “cómo se va a vestir así”? Todas estas frases nos hacen pensar que la violencia que reciben las mujeres o niñas tiene que ver con lo que ellas HACEN. **Las colocamos en el rol de responsables de la violencia que se ejerce con ellas y las culpabilizamos.**

Al hacerlo, estamos justificando y naturalizando la violencia que reciben. Estamos asumiendo que la merecen o que, para que la violencia pare, ellas deben cambiar su comportamiento.
La violencia no tiene que ver con lo que ella hace, sino con lo que ella es: **mujer.** La violencia de género es dirigida a las mujeres por considerar que el sexo femenino es inferior y debe continuar en una posición de subordinación con respecto al masculino.

Hay grandes **desigualdades de género en la sociedad** que generan relaciones de poder asimétricas entre hombres y mujeres en todos lados.
En el seno de una pareja, este poder puede implicar una relación violenta desde lo físico, lo psicológico u otros tipos de violencia.

TIPOS DE VIOLENCIA

Violencia física

Esta es **la forma más obvia de violencia doméstica.** Cuando te empujan, maltratan (aunque sea a través de rasguños o tirones de pelo), pegan, patean o usan objetos, por ejemplo un arma, contra tu persona.

Violencia emocional o psicológica

Es esa violencia que **no utiliza medios físicos pero igualmente puede producir dolor.** Por ejemplo, cuando una persona te descalifica, te desvaloriza o te humilla, en la intimidad o ante otras personas.

Violencia simbólica

Se produce cuando, a través de estereotipos (ideas construidas sobre las mujeres) **se transmite y reproduce el lugar de dominación, desigualdad y discriminación** otorgado a ellas.

Violencia sexual

Es esa violencia que **no tiene en cuenta tu consentimiento** para efectuar cualquier tipo de relación sexual.

Violencia económica y/o patrimonial

Se produce cuando **te niegan el dinero necesario para satisfacer las necesidades básicas de supervivencia** de tu familia, especialmente de tus hijos/as, o bien cuando una persona te presiona para que le entregues tu dinero, bajo amenaza de daño físico o emocional.

#SINOHAYSÍ ESNO

La masificación del mundo digital trajo aparejado nuevas formas de violencia contra las mujeres.

Por eso, desde la **Promesa Avon para Poner Fin a la Violencia hacia Mujeres y Niñas**, quisimos hablar de consentimiento, un tema que parece ser tan simple y que solo depende de dos palabras: SÍ o NO, pareciera no ser tan fácil para algunas personas. Porque es importante dejar bien claro: **Cuando no hay consentimiento, hay violencia.**

La campaña **#SiNoHaySíEsNo** invita a repensar las nociones de "SÍ" y "NO" y ampliar la percepción acerca del consentimiento de principio a fin.

Conocer y desandar el consentimiento es fundamental para la **eliminación de las violencias de género**, desde un mensaje sencillo que cale en toda la sociedad. Porque creemos en el poder del arte para abrir conversaciones.

Te invitamos a ver y compartir el **Manual de Consentimiento Ilustrado** ingresando aquí.

VOS PODÉS HACER ALGO. LA **PRIMERA ESCUCHA** ES FUNDAMENTAL PARA ACOMPAÑAR A QUIEN VIVE VIOLENCIA DE GÉNERO.

¿Qué es hacer la Primera Escucha?

Es **la escucha activa**, con empatía sobre la situación que está viviendo y **sin juzgarla.**
Ante estas situaciones, nunca estamos solas.
Tu escucha es importante y también puede ser virtual.

¿Qué es la revictimización?

Cuando una mujer nos cuenta que vive violencia, tenemos que estar atentas a algo: **la revictimización.**

¿Qué es eso?
Contar lo que vivimos, equivale a volver a vivirlo. Nosotras no necesitamos saber en detalle qué pasó para ayudarla.

CUIDÉMONOS ENTRE NOSOTRAS.

¿QUÉ HAGO SI ME DOY CUENTA QUE UNA AMIGA VIVE VIOLENCIA?

Escuchala y creéle

Empezá por escuchar atentamente. La primera escucha tiene que ser activa y empática. SIEMPRE CREELE.
Otrxs podrán juzgarla de exagerada o minimizar lo que le pasa. Pero vos, acompañala y respetá la confidencialidad que ella te pida.

Hacele saber que estás

Hacele saber que estás, aunque sea con un “buen día”, incluso si hay días que parece no querer hablar.

Respetá sus tiempos y decisiones

Preguntale si podés ayudarla con algo o qué necesita.
Dale tiempo y respetá su autonomía.

¿QUÉ NO HACER?

No preguntes ¿qué pasó? o ¿qué hiciste?.
No te ofrezcas a arreglar las cosas por ella.
No le digas qué hacer ni tomes decisiones por ella.
No emitas juicios de valor.

RECOMENDACIONES PARA ACOMPAÑAR A UNA MUJER QUE QUIERE DENUNCIAR UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO

Acompañala

Es clave que no vaya sola. ¿Por qué? Porque en éste momento ella puede sentirse abrumada y sobrepasada por la situación. Además si bien le puede tocar un servicio que se tome el trabajo de escucharla, tomarle la denuncia y orientarla, puede suceder que intenten disuadirla.

Escuchá junto a ella lo que le digan

Son momentos en que el aturdimiento es grande. Alguien que escuche y pueda ayudarla a recapitular después es clave. Al mismo tiempo, la declaración es una instancia para estar atentxs a que no se ejerzan atropellos de violencia institucional.

Buscá asesoramiento integral

En lo posible, intentá acercarte a alguna organización de la sociedad civil o del estado que pueda acompañarla. Para transitar la situación, es importante conocer la hoja de ruta una vez que se radicó la denuncia: advertir los posibles escenarios, contar con apoyo psicológico y social, apoyarse en una red cercana.

Llamá al 144

Consultá cuál es la organización más cercana, averiguá días y teléfonos de atención y, ante todo, verificá el recurso para luego ofrecérselo.

Son nuestras redes de apoyo las que pueden salvarnos

Realizando la primera escucha podemos acompañar su proceso autónomo pero no por eso en soledad.

INFORMACIÓN PARA PEDIR AYUDA

Ministerio de Desarrollo Social del Uruguay

0800 4141
Para que te informen y asesoren las 24hs desde todo el país.

***4141**
Desde tu celular.

AVON

PONER FIN A LA VIOLENCIA HACIA MUJERES Y NIÑAS

Avon Promesas Uruguay