

# Violencia intrafamiliar

Serie

Educación para la Vida y el Trabajo

2<sup>a</sup>

Edición



Créditos a la presente edición

Coordinación académica  
Sara Elena Mendoza Ortega  
Yvette Núñez Bravo

Autoría  
Pilar Acevedo Álvarez

Revisión  
Margarita Magaña Gómez

Coordinación gráfica y cuidado de la edición  
Greta Sánchez Muñoz  
Adriana Barraza Hernández

Seguimiento al diseño  
Jorge Nava Rodríguez  
Ricardo Figueroa Cisneros

Seguimiento editorial  
María del Carmen Cano Aguilar

Supervisión editorial  
Marlik Mariaud Ricárdez

Revisión editorial  
Alma Alicia Naves Merlín

Diseño  
Eliseo Brena Becerril

Diagramación  
Mirna Alicia Ruíz Hernández

Ilustración de portada  
Vanessa Hernández Gusmão

Ilustración de interiores  
Alejandra Villalobos González

Agradecimiento especial al Consejo de la Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal.

*Violencia intrafamiliar*. Serie Educación para la Vida y el Trabajo. D.R. 2001 ©Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA. Francisco Márquez 160, Col. Condesa, México, D.F., C.P. 06140.  
2ª edición 2011.

Esta obra es propiedad intelectual de su autora y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total por cualquier medio, sin autorización escrita de su legítimo titular de derechos.

ISBN *Modelo Educación para la Vida y el Trabajo*. Obra completa: 970-23-0274-9  
ISBN *Violencia intrafamiliar*. Serie Educación para la Vida y el Trabajo:

Impreso en México



**M**  
**E**  
**V**  
**YT**

••• Modelo  
Educación  
para la Vida  
y el Trabajo



# Violencia intrafamiliar

A pesar de iniciar el nuevo milenio con grandes avances en la ciencia y en la tecnología, los seres humanos, como sociedad, no hemos podido resolver muchos de los graves problemas que nos aquejan, por ejemplo la pobreza extrema y la violencia de diferentes tipos.

Todos los días leemos en los periódicos y escuchamos en la radio o en la televisión, noticias acerca de las guerras en diversas partes del mundo que acaban con poblaciones enteras; acerca de la lucha por obtener o mantener un derecho; so-



bre la violencia en las ciudades; sobre los miles de personas que mueren por falta de alimentos.

Estas noticias, de una u otra manera, nos indican el grado de violencia que nos rodea.

Probablemente hemos sido testigos de algún tipo de violencia muy cerca de nosotros, en nuestra comunidad o barrio, ya sea entre personas, familias o grupos. La violencia se genera por diversas causas, como robos, pleitos por alguna pertenencia, terreno o territorio, o simplemente por una discusión que de pronto se vuelve incontrolable.



Tal vez hemos estado en alguna situación como víctimas de la violencia, por ejemplo, cuando nos han gritado, insultado, amenazado o golpeado; o bien, hemos sido nosotros los violentos cuando le gritamos a otra persona, la insultamos, la amenazamos o golpeamos.

### **¿Tú, cómo has visto que se manifiesta la violencia en tu comunidad, colonia o barrio?**

Como podemos ver, aunque se expresa de muchas maneras, la violencia es cualquier acto que atenta contra los derechos, la voluntad y la integridad física y emocional de las personas, o que afecta sus relaciones sociales. También puede ser el obligar a otros a hacer lo que nosotros queremos.

Hay otras formas de violencia que, aunque no sean evidentes, son igual de graves: ¡Imagínate! en el mundo tres de cada cuatro mujeres sufren diversos tipos de agresiones dentro del hogar, principalmente a manos de los hombres de la familia. En México, cada año, miles de niños son atendidos en los hospitales

*Violencia  
intrafamiliar*



porque han sido víctimas de maltrato por parte de sus padres o de algún otro familiar.

Este tipo de violencia muchas veces no se considera como tal, porque mujeres y hombres, ya sea hijos, esposos, esposas, pareja o padres o madres de familia creen que los golpes, los gritos, y las amenazas son una forma “natural” de “corregir” o “educar”.

Sin embargo, cuando dentro del hogar se dan conductas agresivas, que dañan

el cuerpo, alteran las emociones, el bienestar personal o la libertad de cualquiera de los integrantes de la familia, ¡sí existe violencia! Se le llama violencia intrafamiliar.

Este tipo de violencia se manifiesta, principalmente, de los hombres adultos hacia las mujeres, en primer lugar, y en segundo, hacia los niños, los ancianos y las personas con alguna discapacidad física o mental. Cuando es la mujer quien agrede, la violencia se dirige principalmente hacia sus hijos e hijas.

Las formas que puede tomar la violencia dentro del hogar son muchas, por ejemplo:

- Acciones aparentemente sin importancia como empujones, pero que, conforme la situación se complica, se convierten en lesiones cada vez más graves: golpes en el cuerpo, en la cara, en la boca, en la cabeza; golpes en el vientre durante el embarazo, encierro forzoso, encadenamiento o privación de alimentos. Esto es violencia física.
- Gritos, insultos y amenazas de golpes o castigos. **Es violencia verbal.**



*Violencia  
intrafamiliar*

- Indiferencia, amenazas de separación o abandono, de causar daño a los hijos o seres queridos, actitudes de desprecio, limitación del gasto para cubrir las necesidades más elementales, ofensas acerca del cuerpo y humillaciones. **Es violencia verbal, psicológica o emocional.**
  - Abuso o acoso sexual, es decir, desde tocamientos, miradas, caricias que no desea quien las recibe; continuas insinuaciones o peticiones sexuales, hasta violación, o sea, la consumación del acto sexual por la fuerza. **Es violencia sexual.**
- 

Este ejercicio es para que reflexiones y compartas tus opiniones con tus compañeros.

1. ¿Sabías que las manifestaciones de violencia que leímos, por ejemplo, los golpes y las amenazas de abandono o separación, son formas de maltrato físico y/o emocional?

---

---

2. ¿Podrías mencionar otras formas de violencia?

---

---

---

3. ¿Crees que la violencia dentro de la familia es necesaria? ¿Por qué?

---

---

---

---

---



*Violencia  
intrafamiliar*

Lo que hay que tener en cuenta es que la violencia, sea cual sea la forma en que se manifiesta, siempre tiene consecuencias. Éstas pueden ser sobre la salud física y mental, o sobre el bienestar material de la familia.



Los niños y las niñas se vuelven tristes y agresivos, no pueden asumir responsabilidades dentro de la familia o en la escuela —no se asean, no estudian, no son respetuosos— y se refugian en amistades que tienen conductas peligrosas para ellos mismos y que son reprobadas por la ley como el alcoholismo, la drogadicción y la delincuencia.

Además, esos niños y niñas se convierten poco a poco en los futuros agresores de sus hijos, porque es la única manera que conocen de convivir y de relacionarse.

¿Conoces a alguien que padezca la violencia en su hogar? Piensa en esa persona. ¿Cómo es?, ¿Cómo se siente? Quienes viven la violencia, al mismo tiempo que sufren consecuencias sobre su salud física, también ven disminuida su autoestima; su capacidad para relacionarse con otras personas; su confianza en sí mismos en los demás, y su creatividad.



También, dentro de las consecuencias más frecuentes están la desintegración de la familia y la huida de los niños y las niñas del hogar, quienes toman la calle como casa y son víctimas de nuevas formas de violencia, esta vez por parte de las autoridades o de las personas que sienten rechazo hacia ellos.

**Pero, ¿de dónde viene la violencia intrafamiliar? ¿por qué las principales víctimas de ella son las mujeres y los niños?**

Este punto, aunque no lo parezca, tiene mucha relación con la manera en que se nos educa a los hombres y a las mujeres.

Para los bisabuelos, los abuelos y tal vez nuestros padres, ser hombre significaba tener la autoridad, “ser el que manda”; tener el poder para hacer y decidir; ser el proveedor económico de la familia, con un trabajo más duro, arriesgado y peligroso que el de cualquier mujer en su casa; tener un desempeño sexual muy alto, es decir, “siempre estar dispuesto con las mujeres”, y reprimir la expresión de emociones, sentimientos y afectos.



*Violencia  
intrafamiliar*

Para nuestras bisabuelas, abuelas y tal vez nuestras madres, ser mujer significaba casarse, tener hijos, dedicarse al hogar el resto de la vida, “cumpliendo la función para la que nacieron”, siempre sirviendo y atendiendo a padres, hermanos, esposos, hijos y nietos.

Aunque en la actualidad el concepto de lo que deben ser un hombre y una mujer ha cambiado, y en la realidad son muchísimas las mujeres que encabezan su hogar y hacen frente a todas las responsabilidades, en general, se les sigue educando para que se comporten pasivamente y para que acepten la dependencia emocional, y también la violencia en su contra.

A los hombres, en cambio, se les educa en un comportamiento activo, de ejercicio del poder aunque sea a través de la violencia.

De los hombres se espera autoridad, conquista y represión de nuestras necesidades de amor, afecto y emociones.

Si lo piensas con calma, verás que todo esto que a los hombres se les enseña y



**A los hombres, en cambio, se les educa en un comportamiento activo, de ejercicio del poder aunque sea a través de la violencia.**



*Violencia  
intrafamiliar*

exige, es muy violento para su cuerpo, su mente y sus emociones, aunque no se den cuenta.

Es forzarlos continuamente a ser y parecer algo que, a veces, no quieren. **Es obligarlos a no ser humanos.**

Los hijos, al crecer, buscan definirse como individuos con pensamientos propios; diferentes de los de sus padres, a quienes cuestionan. Si los padres no saben cómo responder ante sus hijos, es frecuente que recuerden lo que fueron o quisieron ser y se confundan. Surge

así la competencia, la envidia y, generalmente, la lucha por el poder entre dos generaciones, lo que provoca con ello situaciones violentas en la familia.

Así, la violencia con la que hemos sido formados y con la que hemos aprendido a convivir, en ocasiones nos lleva a hacer cosas que:

- Afectan nuestra salud y nuestra vida. Un ejemplo de esto lo encontramos en el uso de drogas y en el abuso del alcohol, que utilizamos muchas veces “para darnos valor” o para olvidar.



- Ponen en riesgo nuestra vida a través de conductas imprudentes y arriesgadas “*nomás porque sí*”.
- Afectan a otros hombres, como los pleitos con armas y sin ellas, golpizas, etcétera, que pueden provocar la muerte.
- Se dirigen contra las mujeres u otras personas a las que creemos más débiles.
- Nos conducen o pueden conducir a la muerte, como el suicidio, los accidentes automovilísticos o la provocación para pelear con armas.



El suicidio, por ejemplo, es un acto intencional que busca producir la propia muerte.

El incremento de los suicidios entre los jóvenes en los últimos años es un hecho sobre el que necesitamos reflexionar. **¿Sabías que la principal causa de muerte en México, de personas entre 15 y 24 años, es por accidentes en vehículos de motor; la segunda causa de muerte en estas edades es por homicidio y la cuarta por suicidio?**



Comparte con tus compañeros las respuestas que des a las siguientes preguntas.

1. ¿Qué piensas acerca de las principales causas de muerte entre jóvenes?

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Hasta donde tú sabes, ¿cuál de esas causas es más frecuente en tu comunidad?  
¿Tiene que ver con la violencia?

---

---

---

---

---

---



**Cuando nos enfrentamos a problemas grandes o pequeños, o tenemos que tomar decisiones, lo hacemos de acuerdo con esos valores, pero cuando no los tenemos suficientemente claros, podemos experimentar una gran confusión y actuar haciendo daño a los demás o a nosotros mismos.**

*Violencia  
intrafamiliar*

3. ¿Qué piensas acerca del suicidio?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

4. ¿Cómo podrías ayudar a un amigo que te comentara que piensa o desea tomar esa decisión?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Si bien los sentimientos de odio, coraje y rencor forman parte de la naturaleza humana, no es válido que se expresen mediante conductas violentas que afecten a otros. Por eso, no debemos olvidar que podemos reconocer estos sentimientos en nosotros mismos y aprender a manejarlos y canalizarlos constructivamente sin dañar a nadie.

Para manejar la violencia; la que ejercemos en contra de nosotros mismos y la que podríamos ejercer contra los demás, conviene analizarse y pensar en nuestros deseos, valores y acciones, así como en lo que vivimos cuando éramos niños.

En la búsqueda de lo que significa el ser humano están presentes nuestros valo-



*Violencia  
intrafamiliar*

res. Cuando nos “metemos” en ese lugar que hay en el fondo de nosotros mismos, donde surgen las preguntas sobre el sentido de la vida, podemos construir las respuestas que nos permiten vivir la libertad de una manera más responsable y más agradable.



Nuestros valores son las guías o los carriles que tomamos para orientar nuestra conducta en la vida. Cuando nos enfrentamos a problemas grandes o pequeños, o tenemos que tomar decisiones, lo hacemos de acuerdo con esos valores, pero cuando no los tenemos suficientemente claros, podemos experimentar una gran

confusión y actuar haciendo daño a los demás o a nosotros mismos.

Si uno de nuestros objetivos máximos, por ejemplo, es tener poder a toda costa, seguramente no pensamos en las consecuencias de nuestros actos ni en cómo afectamos a los demás. El deseo de poder es una de las principales razones por las que se recurre a la violencia.

Todas las personas tenemos valores que nos fueron inculcados cuando éramos niños y que hemos transformado en el transcurso de nuestra vida. Si aclaramos qué son para nosotros valores como: autoestima, respeto, tolerancia, responsabilidad, libertad, democracia, igualdad y paz, podemos saber cuál es la vida que

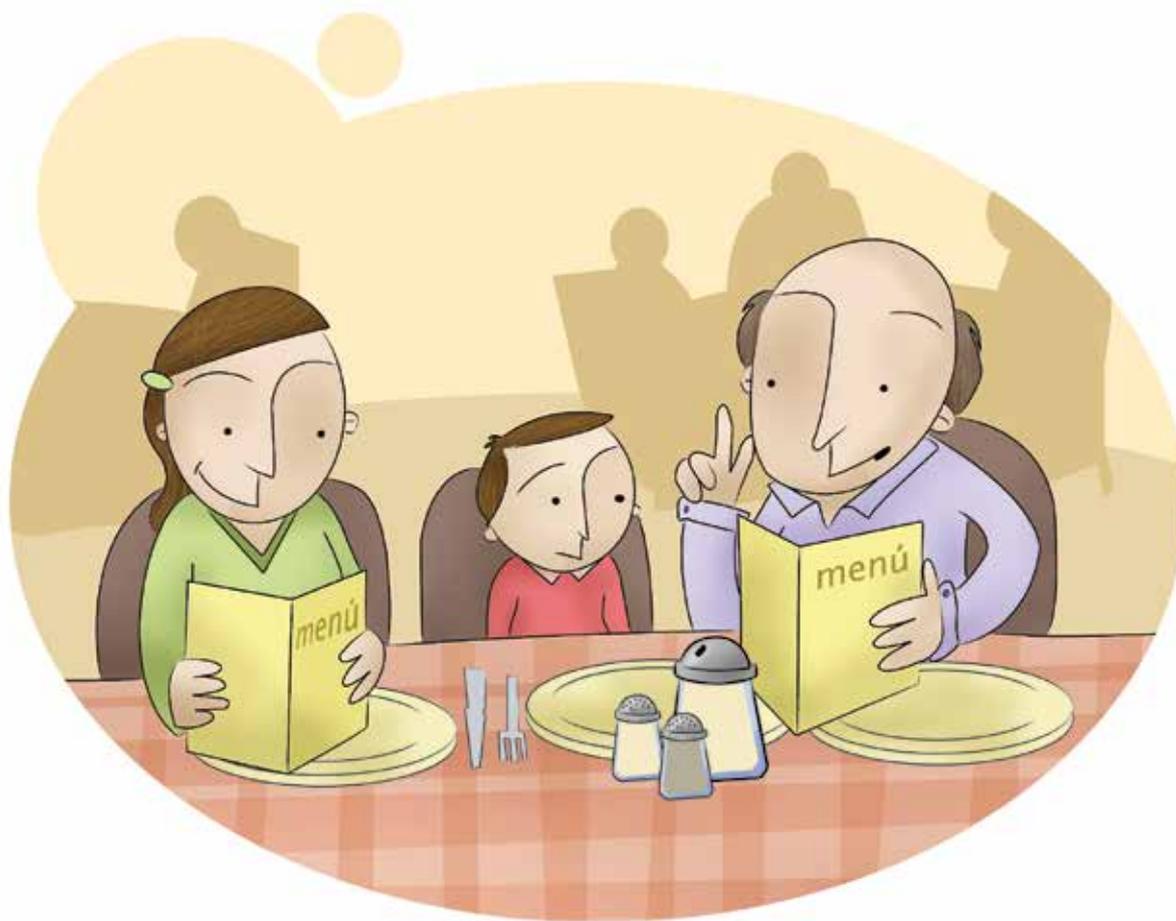
**Si bien los sentimientos de odio, coraje y rencor, forman parte de la naturaleza humana, no es válido que se expresen a través de conductas violentas que afecten a otros.**

deseamos y qué podemos hacer para lograrla. Podemos también cambiar nuestros valores, para aprender a vivir con mayor tranquilidad, alegría y felicidad.

Cuando nos encontramos en situaciones donde predomina la violencia es importante recordar cuáles son los valores que

queremos conservar para no provocarla o ser víctimas de ella.

Aprender a manejar la violencia requiere además el conocimiento de nuestros derechos, como personas y como jóvenes, además de saber cómo hacerlos efectivos.



*Violencia  
intrafamiliar*

Las siguientes preguntas <sup>1</sup> son para que te las contestes tú solo(a). No es necesario que las compartas.

1. ¿Qué opinas sobre la relación entre la forma en que hemos sido educados y la violencia?

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Haz una lista de los valores que forman parte de tu vida.

---

---

---

---

---

---

---

---



**Todas las personas tenemos valores que nos fueron inculcados cuando éramos niños y que hemos transformado en el transcurso de nuestra vida.**

**¿Te interesa echar un vistazo a la manera en que te relacionas con tu pareja y en tu hogar? ¿Deseas saber qué tanta tendencia tienes a controlar o ser violento? Si deseas hacer una exploración real de tu comportamiento, contesta honestamente, y sólo para ti, las siguientes preguntas:**

1. ¿Consideras que tu pareja te pertenece y que es lógico que tú seas quien mande y él/ella quien obedezca?  SÍ  NO
2. ¿Buscas los defectos de tu pareja, te burlas de ella, de su físico, su familia u otros aspectos de su persona?  SÍ  NO
3. ¿Te molestan cuando no te dan la razón, no ganas en una discusión o contradicen tus opiniones?  SÍ  NO
4. ¿Has denigrado o insultado a tu pareja o a otros familiares llamándolos con apodosos groseros, ignorándolos, menospreciando sus opiniones y sentimientos?  SÍ  NO
5. ¿Tienes tendencia a amenazar e intimidar a tu pareja o a otros familiares con actitudes prepotentes como miradas, tonos de voz, señas agresivas, amenazas de abandono o golpes si no hacen lo que quieres?  SÍ  NO
6. ¿Te crees el campeón en todo, te sientes superior a los demás, actúas como “sabelotodo” y les pones demasiada “crema a tus tacos”?  SÍ  NO
7. ¿Culpas a los demás por todo lo malo que sucede? ¿Te cuesta trabajo reconocer tus errores o darles a otros la razón?  SÍ  NO

8. Cuando te disgustas, ¿te vuelves agresivo/a, insultas, rompes objetos de la casa, maldices, amenazas, actúas poniéndote a ti o a los demás en situaciones peligrosas? SÍ NO
  
9. ¿Has golpeado, encerrado, amenazado con un arma u objeto o forzado a tener relaciones sexuales a alguien? SÍ NO
  
10. ¿Eres de los que exigen mucho, pero no te comprometes al cuidado de los hijos o a cooperar en la casa? SÍ NO
  
11. ¿Te gusta ordenar pero no te gusta hacer las cosas? SÍ NO
  
12. ¿Cuando te critican te enojas y contestas”¿Y?” o “¿Y qué””? SÍ NO
  
13. ¿Frecuentemente estás a la defensiva y te enojas de cualquier cosa? SÍ NO
  
14. ¿Recurres frecuentemente a los celos o al chantaje? ¿Eres de los que dicen “te prohíbo que...”? SÍ NO



- Si contestaste sinceramente y más de tres respuestas fueron afirmativas, conviene que reflexiones sobre tu forma de ser.
  - Si respondiste que sí a cinco o más preguntas, es muy importante que busques apoyo para controlar tu agresividad.
- 

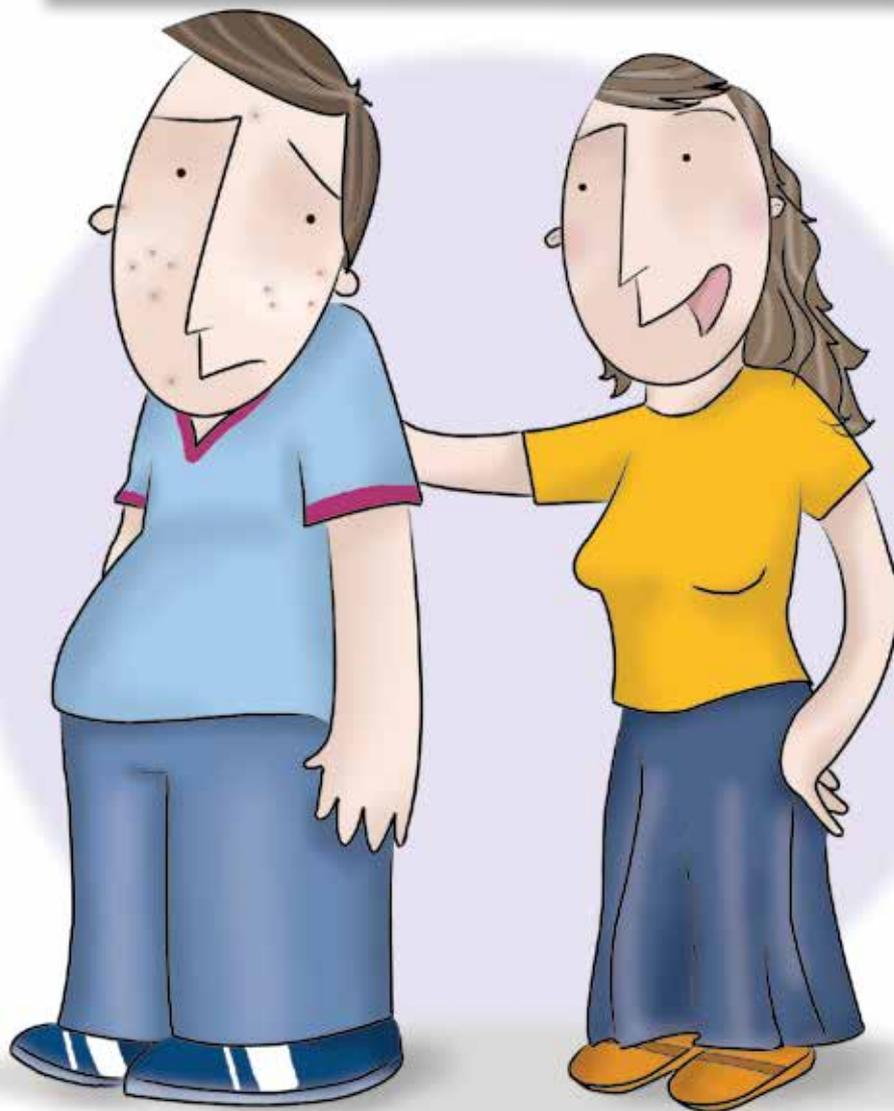


Las alternativas para no caer en la violencia están dentro de ti mismo/a, aprendamos a:

- decir lo que nos pasa con confianza y seguridad;
- escuchar las necesidades de los demás;
- aceptar la responsabilidad por las consecuencias de nuestros actos;
- comprender y tolerar a los otros.

<sup>1</sup> Preguntas elaboradas con base en el cuestionario del Colectivo de Hombres por Relaciones Igualitarias, A.C.

**Podemos también cambiar nuestros valores, para aprender a vivir con mayor tranquilidad, alegría y felicidad.**



*Violencia  
intrafamiliar*

La violencia dentro de la familia es un círculo vicioso que provoca infelicidad en todo los que la sufren: tanto en las víctimas como en los agresores; por eso, cuando una persona siente que vive esta clase de violencia, ¡puede buscar ayuda!

Pedir o buscar ayuda no es falta de cariño o lealtad a la familia, tampoco un motivo de vergüenza. Todos estamos, como so-

ciudad, en la responsabilidad de apoyar en la solución de este problema.

Para evitar la violencia dentro de la familia es importante procurar que todos sus integrantes reciban los mismos derechos de alimentación, salud, educación y, sobre todo, afecto, comprensión y respeto. También debemos crear y fortalecer los lazos de apoyo y solidaridad entre todos los integrantes de la familia.



Si vives un caso de violencia intrafamiliar o conoces a alguien que la sufra, puedes acudir a:

- Las oficinas del DIF que existan en tu localidad o en la capital de tu estado.
- Las agencias del Ministerio Público.
- La Comisión Nacional o las Comisiones Estatales de Derechos Humanos.

El apoyo que ésta y otras instituciones y asociaciones pueden brindar, es tanto para los que sufren la violencia como

para quienes son agresores y quieren dejar de serlo.

Todos los seres humanos nacemos libres e iguales en dignidad. Esto ha sido aceptado por los países del mundo en la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Por lo tanto, aunque tenemos diferencias debidas, entre otras razones, a nuestra edad y nuestro sexo, ninguno de nosotros es inferior, ni siquiera cuando a causa de esas diferencias se es más débil o vulnerable.



Como jóvenes, hombres, mujeres, niños, ancianos o discapacitados tenemos derecho a vivir en una familia donde:

- se respete nuestra integridad física y emocional;
- se nos escuche y trata con respeto, dignidad y cariño;
- se nos permita elegir libremente sobre nuestra sexualidad sin forzar a nadie a tener prácticas que no desea;
- compartamos decisiones que tengan que ver con nuestro bienestar y vida en común;
- se nos apoye y apoyemos para la satisfacción de nuestras necesidades básicas y nos protejamos unos a otros;
- se atiendan las necesidades especiales que implique nuestra condición;
- tengamos libertad de expresión, vivamos sin miedo y en paz.

**\* Algunos de los textos presentados en este folleto fueron elaborados a partir de diversos documentos de la Comisión Nacional de Derechos Humanos.**













## DISTRIBUCIÓN GRATUITA

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político.  
Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

