

## \ Objetivo

Este programa para adolescentes tiene como objetivo el apoyo y la orientación a aquellas chicas que, en sus incipientes relaciones de pareja, viven situaciones que les llevan a sospechar que se encuentran en un caso de maltrato.

Este mismo apoyo y orientación están dirigidos también a sus familias.

La violencia de género es un problema social que afecta a todos los sectores de la sociedad, incluida la población juvenil o adolescente. La violencia no se inicia normalmente con agresiones físicas sino con comportamientos de dominio y abuso, sin que, en muchas ocasiones, la adolescente tenga conciencia de estar sufriendo dicha violencia.

Ayudar a las adolescentes y a sus familias a identificar situaciones de maltrato y ponerles freno es uno de los objetivos prioritarios de la Comunidad de Madrid en su lucha contra la violencia de género.

## \ Acciones que comprende el programa

### Línea de ayuda online:

En la página web de la Dirección General de la Mujer ([www.madrid.org/ayudaonlineadolescentes](http://www.madrid.org/ayudaonlineadolescentes)) se ha publicado una guía con información práctica para las adolescentes y para sus familiares que ayude a detectar situaciones de maltrato en las relaciones de pareja. Se facilita una dirección de correo electrónico para consultas ([vgjovenes@madrid.org](mailto:vgjovenes@madrid.org)).

### Línea de ayuda telefónica:

De carácter gratuito y confidencial se establece una línea de ayuda telefónica para menores atendida por psicólogos. Atiende las 24 horas del día, todos los días del año. Fundación ANAR.

### Unidad especializada de atención psicológica a mujeres adolescentes víctimas de violencia de género:

Proporciona atención presencial a chicas menores de edad, previa autorización paterna, que estén viviendo situaciones de violencia de género. Así mismo, también dará cobertura a las familias que identifiquen o sospechen que sus hijas puedan estar en una relación de pareja abusiva y necesiten apoyo para ayudarlas.



**Comunidad de Madrid**  
CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES Y FAMILIA  
Dirección General de la Mujer

@ **Correo electrónico:** [vgjovenes@madrid.org](mailto:vgjovenes@madrid.org)

☎ **Línea telefónica Fundación ANAR:** 116111

☎ **Servicio de Atención Telefónica 012 mujer**



[www.madrid.org/ayudaonlineadolescentes](http://www.madrid.org/ayudaonlineadolescentes)



OBSERVATORIO  
REGIONAL  
DE LA VIOLENCIA  
DE GÉNERO

Haces mas caso a tus amigas q a mi 12:04

Conectada a estas horas... 23:35

Si no es conmigo con quien? 23:36

Ei bonita q te has puesto hoy 08:10

Ya sabes k no me gusta k los demás vean lo k es solo mio 08:12

Manda fotito para darte el ok 08:13

No quería hacerte daño 17:27

Sabes q lo hago xq t quiero 17:30

Lo has leído y no contestas 20:10

Si pasas d mi recuerda q tengo unas fotos q no t gustaría q los demás vieran 20:13

# No te cortes

Programa de atención para adolescentes víctimas de violencia de género

## \ Línea de ayuda on line para las adolescentes víctimas de violencia de género en sus relaciones de pareja y sus familias.

Si crees que estás en alguna de estas situaciones, o tienes dudas, puedes contactar con nosotros en:



vgjovenes@madrid.org



Línea telefónica Fundación ANAR: 116111  
Servicio de Atención Telefónica: 012 Mujer

## \ Información para chicas

### Señales que debes tener en cuenta:

Ha intentado aislarte de tus amigos.	Te ha grabado sin que tú lo supieras.
No le gusta que vayas a ninguna parte sin él.	Intenta saber quién te llama y escribe al móvil y tus contactos en las redes sociales.
Cada vez que estáis con amigos, se pone borde y monta numeritos.	Si no quedas con él, te pide explicaciones, no quiere secretos entre vosotros.
A veces te deja plantada.	Es él quien decide dónde quedar, a qué hora, con quién.
No le gustan tus amigos y te habla mal de ellos.	Controla tu manera de vestir, maquillarte, de hablar, de comportarte.

Te hace creer que no vales nada.	No se fía de lo que cuentas, y lo comprueba.
Se burla de ti, te insulta y te ridiculiza.	Siempre quiere tener la última palabra en vuestras discusiones, no escuchando tu opinión.
Te avergüenza en público.	Te confunde haciéndote pensar que lo que te ha molestado ha sido una broma.
No se fía de ti, te acusa injustamente de coquetear con otros chicos.	A veces da órdenes, y otras veces no te habla.
Critica constantemente tus opiniones o tu forma de pensar.	No expresa lo que siente, pretende que tú lo adivines.
Te trata como si fueras menos competente que él.	Te has sentido obligada a conductas de tipo sexual en las que no querías participar.
No suele valorar ni alabar tus cualidades o tus aciertos.	Te ha intimidado con frases, insultos o conductas de carácter sexual.
Encuentra defectos en casi todo lo que haces.	Pone en duda tus sentimientos por él si no accedes a sus deseos.
Sientes que cuando le cuentas tus cosas muestra poco interés.	Amenaza con abandonarte si no haces lo que quiere. Te provoca sentimientos de lástima.
Te ha pegado, empujado alguna vez.	Promete cambios que no cumple.
Alguna vez se pone tan nervioso contigo que sientes miedo.	Amenaza con suicidarse si le dejas.
Dice que le provocas, que "le llevas la contraria", para que "salte".	Ha difundido mensajes, insultos o imágenes tuyas por Internet o móvil sin tu permiso.
Te amenaza con mensajes en el móvil o Internet.	A veces utiliza en tu contra secretos que le has contado confidencialmente.

## \ Revisa tu relación de pareja:

Una relación es sana cuando dos personas se quieren, se respetan y se divierten estando juntas.	Los celos no son una expresión de amor.
Es tratarse bien, con ternura y sin faltarse el respeto.	Es saber escuchar a la otra persona y poder contarle tus problemas.
Es tener confianza mutua y no comprobar si lo que hace o dice tu pareja es verdad.	Es tener diferentes puntos de vista y poder hablar sobre ellos sin que ninguno imponga su opinión.
Es no abusar de la pareja pidiéndole constantemente que haga cosas por el otro.	Es no enfadarse si el otro nos lleva la contraria.
Es poder expresarnos con total libertad y sin temor a que nuestra pareja se enfade por decir lo que pensamos.	Es apoyarse y ayudarse mutuamente en planes y proyectos aunque estos no siempre coincidan.
Es aceptar y respetar las opiniones, gustos, actividades y amistades de la otra persona.	Es compartir experiencias y momentos juntos, sin dejar de disfrutar de tiempo y espacio para ti misma, para estar con tus amigas, familia o realizar tu hobby favorito sin que te moleste que tu pareja también lo haga.
Es reconocer cuando nos hemos equivocado.	

## \ Información para familias Observa si tu hija:

No sale con sus amigos habituales.	Se aísla cada vez más.
Recibe llamadas telefónicas que condicionan su estado anímico.	Acepta comentarios degradantes y humillantes.
Calla ante insultos verbales y maltrato físico en su relación afectiva.	Se siente torpe, insegura y demuestra dependencia del chico con el que sale.
Manifiesta temor o miedo físico con respecto a él.	El chico con el que sale es celoso, controlador y posesivo.
Su pareja reclama atención continua, exclusividad y dedicación a tiempo completo con respecto a su relación sentimental.	El chico con el que sale tiene comportamientos e ideas machistas: es intransigente e intolerante y descalifica sistemáticamente a la otra persona.
Su pareja suele tener gran capacidad de persuasión y manipulación y por ello confunde a la víctima.	