



TALLER NÚMERO UNO : ANECDOTAS SOBRE VIOLENCIA PSICOLÓGICA EN LAS FAMILIAS



Pensar

A continuación encontrarás una serie de video que te permitirán comprender y reflexionar sobre situaciones relacionadas a la violencia psicológica en un ámbito familiar. Observa con detenimiento los casos y responde en las casillas en blanco la información que te indique la actividad.

1. Observa el siguiente video: El video titulado **Violencia familiar/intrafamiliar/doméstica VIDEO EXPLICATIVO** te permitirá identificar aquellos actos relacionados con este tipo de violencia.

2. Elabora una lista de situaciones que te llaman la atención y que te permiten enlazarlas con una Violencia basada en género.

<input type="radio"/>	_____	<input type="radio"/>	_____
<input type="radio"/>	_____	<input type="radio"/>	_____
<input type="radio"/>	_____	<input type="radio"/>	_____
<input type="radio"/>	_____	<input type="radio"/>	_____



Sabías qué: Violencia Intrafamiliar y violencia basada en género no son lo mismo.



¿Qué es VIF y VBG?

La **Violencia Intrafamiliar (VIF)** es cualquier forma de daño o maltrato psicológico, físico, sexual o hechos crueles, degradantes, amenazas o cualquier otra forma de agresión, causada entre miembros de una familia, sean consanguínea o consanguínea por afinidad, padres e hijos, aunque no convivan bajo el mismo techo. Esta incluye el maltrato por presunta o real pertenencia a la familia, abandono del adulto/a mayor, el ejercicio arbitrario de la custodia de hijos menores de edad y la inestabilidad alimentaria.

La **Violencia Basada en Género (VBG)** es aquella que se ejerce en relaciones de jerarquización entre géneros, a partir de las cuales una persona se ve sometida a subordinación sobre las mujeres o la población con Orientación Sexual e Identidad de Género Diversa (OSIGD) y aprovecha esta condición para maltratar y transgredir. Esta incluye la violencia de pareja (fuera del contexto familiar), el feminicidio, la discriminación por prejuicio hacia la orientación sexual o identidad de género, y la violencia sexual.



¿Alguna vez has evidenciado un hecho o situaciones que se muestran en los videos y que se presentan de manera reiterativa en tu familia o de algún compañero?

3. Lee el siguiente texto y analiza la información que en él se relata

Violencia psicológica, la más común en las familias colombianas

Un nuevo estudio realizado por el Instituto de la Familia de la Universidad de La Sabana, que buscaba identificar los tipos de violencia más comunes dentro de las familias colombianas, fue publicado en los últimos días.

... Los resultados muestran que el 59,6% de los participantes afirmaron que, en el caso de las personas agredidas por un familiar, el tipo más reportado es la violencia psicológica, y afecta a hombres en un 56,1% y a mujeres en un 61,8%.

"Los mayores porcentajes se observan en mujeres, y estos resultados coinciden con las mediciones que se han realizado en los últimos años en el país. Esto muestra la magnitud del problema que impacta los servicios de salud, pero también evidencia que la sociedad colombiana enfrenta un problema social y de derechos humanos", afirma Victoria Cabrera, profesora del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, y una de las investigadoras del estudio.

Otro de los resultados que se destaca es la violencia económica, que ocupa el segundo lugar de los reportes con el 33,1% en la muestra general y nuevamente son las mujeres (36%), quienes más la padecen en comparación con los hombres (28,4%). Le sigue la violencia física con el 21,2% en la muestra general que, al desagregar por sexo, muestra que son las mujeres (21,7%) las más afectadas frente a los hombres que reportan el 20,6%.

Otro de los aspectos que se destacan del estudio y que resulta preocupante es que, para el 48,5% de los participantes, cuando una persona recibe maltrato es porque "se lo ha buscado", además es "culpable" por mantenerse al lado de alguien que lo (la) maltrata. También, es recurrente la idea de que lo que ocurre dentro de una familia es privado: "la ropa sucia se lava en casa".



En Colombia, según el Sistema de Vigilancia en Salud Pública (SIVIGILA), los casos de violencia psicológica en 2020, a corte del 14 de septiembre, alcanzan los 1.077. Este flagelo es considerado un tipo de violencia que se ejerce sin la intervención de acciones físicas, pero que afecta, no solo la psiquis y emociones, sino también el estado físico de que funge como víctima.

Tomado de: <https://gestarsalud.com/2020/12/10/violencia-psicologica-un-flagelo-silencioso-dificil-de-identificar/#:~:text=En%20Colombia%2C%20seg%C3%BAn%20el%20Sistema,de%20septiembre%2C%20alcanzan%20los%201.077.>

Escribir

4. Conecta las ideas que identificaste entre los videos y la lectura para así relacionarla con la violencia psicológica. Simplemente ten presente que las vas a escribir según el orden que consideras que deberían ir y relacionalas según su naturaleza: insulto, chantaje, humillaciones, descalificaciones y amenazas



Ensayo

5. Elabora un escrito donde relates un caso de violencia psicológica que tenga como base la familia (puede ser basado en experiencias personales o ficticias) Aplicando lo visto en este taller.



¿Cómo puedes hacer la anécdota?

EJEMPLO PASO A PASO

- 1** **Identifica el propósito de la anécdota** Antes de comenzar a escribir tu anécdota, es importante tener en claro el propósito o el mensaje que deseas transmitir. ¿Quieres entretener a tu audiencia, enseñar una lección, compartir una experiencia personal o destacar algo en particular? Definir el propósito te ayudará a darle dirección a tu historia.
- 2** **Elige un tema o evento relevante** Selecciona un tema o evento específico en el que se basará tu anécdota. Puede ser una experiencia divertida, un desafío superado, un momento embarazoso o cualquier otro suceso que sea relevante para el propósito que has establecido.
- 3** **Define el contexto y los personajes** Describe el contexto de tu anécdota para establecer el escenario. Esto incluye información sobre el lugar, el tiempo, las circunstancias y cualquier otro detalle relevante. Luego, presenta a los personajes principales de la historia, incluyendo a ti mismo y a otras personas involucradas. Asegúrate de caracterizar a los personajes de manera adecuada para que el lector o la audiencia pueda entender su papel en la historia.
- 4** **Estructura tu anécdota** Organiza tu anécdota en una estructura clara y coherente. Puedes utilizar la estructura clásica de introducción, desarrollo y conclusión. En la introducción, atrapa la atención de tu audiencia y presenta el contexto de la historia. En el desarrollo, relata los sucesos de manera cronológica o lógica, creando suspense o interés a medida que avanzas. Finalmente, en la conclusión, resuelve la historia y destaca la lección o el mensaje que deseas transmitir.
- 5** **Utiliza detalles descriptivos y lenguaje vívido** Agrega detalles descriptivos a tu anécdota para hacerla más vívida y cautivadora. Utiliza lenguaje sensorial para ayudar a tu audiencia a visualizar la escena y sentirse inmersa en la historia. Describe los colores, los sonidos, las emociones y cualquier otro detalle que sea relevante para la experiencia que estás compartiendo.
- 6** **Mantén un tono apropiado y coherente** Asegúrate de mantener un tono apropiado y coherente a lo largo de tu anécdota. Si deseas que sea divertida, utiliza un lenguaje humorístico y juega con la ironía o los juegos de palabras. Si es una historia emotiva, transmite tus emociones de manera genuina. Adaptar el tono a tu audiencia y al propósito de la anécdota es clave para lograr el impacto deseado.
- 7** **Practica y revisa tu anécdota** Una vez que hayas escrito tu anécdota, practica contándola en voz alta. Esto te ayudará a identificar posibles mejoras en la fluidez, el ritmo y la claridad de la historia. También puedes pedir retroalimentación a otras personas para obtener diferentes perspectivas y hacer ajustes si es necesario.

- Hace unos años, me encontré con una situación de violencia de género y decidí tomar medidas para ayudar a una amiga que estaba atravesando por ello.
- Aunque no sabía por dónde empezar, me comprometí a apoyarla en todo lo que pudiera.
- **Paso 1: Escuché y validé sus experiencias.** Fue fundamental brindarle un espacio seguro donde pudiera compartir sus sentimientos y relatar los episodios de violencia que había experimentado.
- **Estar presente y mostrar empatía fue el primer paso para generar confianza y comprensión mutua.**
- **Paso 2: Investigamos recursos y servicios disponibles.** Juntas, buscamos información sobre los recursos locales que podían ofrecer ayuda en casos de violencia de género. Encontramos líneas de ayuda, organizaciones especializadas y centros de apoyo que podrían brindar asistencia tanto emocional como legal.
- **Paso 3: Planificamos su seguridad.** Evaluamos su situación y elaboramos un plan de seguridad para protegerla de situaciones de riesgo inmediato.
- **Identificamos lugares seguros a los que pudiera acudir en caso de emergencia y establecimos señales o códigos para pedir ayuda en situaciones de peligro.**
- **Paso 4: Buscamos apoyo profesional.** Contactamos a un/a profesional especializado/a en violencia de género, como un/a asesor/a o psicólogo/a, para obtener orientación y apoyo adicional. Estas personas tenían experiencia en casos similares y pudieron brindarle asesoramiento específico y herramientas para manejar la situación.
- **Paso 5: Acompañé a mi amiga a buscar ayuda.** La apoyé durante las citas con profesionales y la acompañé a las organizaciones pertinentes para buscar apoyo adicional. Estar a su lado en este proceso fue esencial para que se sintiera respaldada y segura.
- **Paso 6: Mantuvimos la confidencialidad y el respeto.** Durante todo el proceso, respetamos su privacidad y su capacidad para tomar decisiones. No compartimos su información personal sin su consentimiento y la alentamos a que fuera dueña de su propia historia. A lo largo de este proceso, mi amiga logró dar pasos importantes hacia su seguridad y bienestar. Aunque cada situación es única y compleja, abordar la violencia de género paso a paso, con paciencia y compromiso, puede ayudar a quienes la sufren a encontrar apoyo y recuperarse de las secuelas de esta difícil realidad".

Tomado de Chat GPT



En el próximo taller vamos a ver violencia psicológica en la escuela

Dayan Lopez
Heidy Martinez



Sabías que: **Violencia intrafamiliar y violencia basada en género no son lo mismo.**



TALLER NÚMERO UNO : ANECDOTAS SOBRE VIOLENCIA PSICOLÓGICA EN LAS FAMILIAS



Pensar

A continuación encontrarás una serie de video que te permitirán comprender y reflexionar sobre situaciones relacionadas a las violencia psicológica en un ámbito familiar. Observa con detenimiento los casos y responde en las casillas en blanco la información que te indique la actividad.

1. Observa el siguiente video: El video titulado **Violencia familiar/intrafamiliar/doméstica VIDEO EXPLICATIVO** te permitirá identificar aquellos actos relacionados con este tipo de violencia.
2. Elabora una lista de situaciones que te llaman la atención y que te permiten enlazarlas con una Violencia basada en género.

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> EL PADRE ES EL ÚNICO QUE PUEDE DECIDIR EN LA CASA. | <input type="checkbox"/> LA MUJER NO PUEDE CONTRADECIR AL HOMBRE. |
| <input type="checkbox"/> LA MUJER TIENE LA OBLIGACIÓN DE ATENDER LA CASA. | <input type="checkbox"/> SE LE ENSEÑA AL HUIJÓRÓN A COMPORTARSE COMO EL PADRE |
| <input type="checkbox"/> EXISTE UN ESTEROTIPO DE VESTIMENTA HACIA LA MUJER | <input type="checkbox"/> A PESAR DE LA SITUACIÓN SE BUSCA UNA SALIDA URGENTE. |
| <input type="checkbox"/> LA MUJER SIEMPRE ES LA CULPABLE DE LA VIOLENCIA QUE SE LE EJERCE | <input type="checkbox"/> LAS MUJERES ROMANTIZAN E DESEAN EL MAL TRATO |

3. Lee el siguiente texto y analiza la información que en él se relata

Violencia psicológica, la más común en las familias colombianas

Un nuevo estudio realizado por el Instituto de la Familia de la Universidad de La Sabana, que buscaba identificar los tipos de violencia más comunes dentro de las familias colombianas, fue publicado en los últimos días.

... Los resultados muestran que el 59,6% de los participantes afirmaron que, en el caso de las personas agredidas por un familiar, el tipo más reportado es la violencia psicológica, y afecta a hombres en un 56,1% y a mujeres en un 61,8%.

"Los mayores porcentajes se observan en mujeres, y estos resultados coinciden con las mediciones que se han realizado en los últimos años en el país. Esto muestra la magnitud del problema que impacta los servicios de salud, pero también evidencia que la sociedad colombiana enfrenta un problema social y de derechos humanos", afirma Victoria Cabrera, profesora del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, y una de las investigadoras del estudio.

Otro de los resultados que se destaca es la violencia económica, que ocupa el segundo lugar de los reportes con el 33,1% en la muestra general y nuevamente son las mujeres (36%), quienes más la padecen en comparación con los hombres (28,4%). Le sigue la violencia física con el 21,2% en la muestra general que, al desagregar por sexo, muestra que son las mujeres (21,7%) las más afectadas frente a los hombres que reportan el 20,6%.

Otro de los aspectos que se destacan del estudio y que resulta preocupante es que, para el 48,5% de los participantes, cuando una persona recibe maltrato es porque "se lo ha buscado", además es "culpable" por mantenerse al lado de alguien que lo (la) maltrata. También, es recurrente la idea de que lo que ocurre dentro de una familia es privado: "la ropa sucia se lava en casa".



¿Qué es VIF y VBG?

• La **Violencia Intrafamiliar (VIF)** es cualquier forma de daño o maltrato psicológico, físico, sexual o maltrato emocional, degradinges, amenazas o cualquier otra forma de agresión, causada entre miembros de una familia, sean consanguíneos o consanguíneos permanentes, padres e hijos, aunque no convivan bajo el mismo techo. Esta incluye el maltrato por desolado a miembros de la familia, acoso o del adulto/a mayor, el custodia arbitraria de la custodia de hijos menor de edad y la negligencia alimentaria.

• La **Violencia Basada en Género (VBG)** es aquella que se ejerce en relaciones de jerarquía entre género, a partir de las cuales una persona se siente en superioridad sobre las mujeres o la población con Orientación Sexual e Identidad de Género Diversa (OSIGD), y aprovecha esta condición para maltratar y transgredir. Esta incluye la violencia de pareja (fuera del contexto familiar), el feminicidio, la discriminación por prejuicio hacia la orientación sexual o identidad de género, y la violencia sexual.



¿Alguna vez has evidenciado un hecho o situaciones que se muestran en los videos y que se presentan de manera reiterativa en tu familia o de algún compañero?



Escribir

En Colombia, según el Sistema de Vigilancia en Salud Pública (SIVIGILA), los casos de violencia psicológica en 2020, a corte del 14 de septiembre, alcanzan los 1.077. Este flagelo es considerado un tipo de violencia que se ejerce sin la intervención de acciones físicas, pero que afecta, no solo la psiquis y emociones, sino también el estado físico de que funge como víctima.

Tomado de: <https://gestarsalud.com/2020/12/10/violencia-psicologica-un-flagelo-silencioso-dificil-de-identificar/#:~:text=En%20Colombia%2C%20seg%C3%BAn%20el%20Sistema,de%20septiembre%2C%20alcanzan%20los%201.077.>

4. Conecta las ideas que identificaste entre los videos y la lectura para así relacionarla con la violencia psicológica. Simplemente ten presente que las vas a escribir según el orden que consideras que deberían ir, y relacionalas según su naturaleza: insulto, chantaje, humillaciones, descalificaciones y amenazas

INSULTO "ASÍ DE VISTEN LAS FURURUFAS"

CHANTAJE "SI DICES ALGO ME LLEVAN LEJOS DE TI"

HUMILLACIÓN CUANDO NECESITAN *AUTORIDAD* FRENTE A DEMÁS PERSONAS CON GRITOS E INSULTOS.

AMENAZA "SI NO LE GUSTA VAITASE DE LA CASA"

DESCALIFICACIÓN "PARA QUE LO INTENTA SI NI ALGO TAN BÁSICO LA PUEDE HACER."



5. Elabora un escrito donde relates un caso de violencia psicológica que tenga como base la familia (puede ser basado en experiencias personales o ficticias) Aplicando lo visto en este taller.



¿Cómo puedes hacer la anécdota?

- 1** Identifica el propósito de la anécdota Antes de comenzar a escribir tu anécdota, es importante tener en claro el propósito o el mensaje que deseas transmitir. ¿Quieres entretener a tu audiencia, enseñar una lección, compartir una experiencia personal o destacar algo en particular? Definir el propósito te ayudará a darle dirección a tu historia.
- 2** Elige un tema o evento relevante Selecciona un tema o evento específico en el que se basará tu anécdota. Puede ser una experiencia divertida, un desafío superado, un momento embarazoso o cualquier otro suceso que sea relevante para el propósito que has establecido.
- 3** Define el contexto y los personajes Describe el contexto de tu anécdota para establecer el escenario. Esto incluye información sobre el lugar, el tiempo, las circunstancias y cualquier otro detalle relevante. Luego, presenta a los personajes principales de la historia, incluyendo a ti mismo y a otras personas involucradas. Asegúrate de caracterizar a los personajes de manera adecuada para que el lector o la audiencia pueda entender su papel en la historia.
- 4** Estructura tu anécdota Organiza tu anécdota en una estructura clara y coherente. Puedes utilizar la estructura clásica de introducción, desarrollo y conclusión. En la introducción, atrapa la atención de tu audiencia y presenta el contexto de la historia. En el desarrollo, relata los sucesos de manera cronológica o lógica, creando suspense o interés a medida que avanzas. Finalmente, en la conclusión, resuelve la historia y destaca la lección o el mensaje que deseas transmitir.
- 5** Utiliza detalles descriptivos y lenguaje vivo Agrega detalles descriptivos a tu anécdota para hacerla más vívida y cautivadora. Utiliza lenguaje sensorial para ayudar a tu audiencia a visualizar la escena y sentirse inmersa en la historia. Describe los colores, los sonidos, las emociones y cualquier otro detalle que sea relevante para la experiencia que estás compartiendo.
- 6** Mantén un tono apropiado y coherente Asegúrate de mantener un tono apropiado y coherente a lo largo de tu anécdota. Si deseas que sea divertida, utiliza un lenguaje humorístico y juega con la ironía o los juegos de palabras. Si es una historia emotiva, transmite tus emociones de manera genuina. Adaptar el tono a tu audiencia y al propósito de la anécdota es clave para lograr el impacto deseado.
- 7** Practica y revisa tu anécdota Una vez que hayas escrito tu anécdota, practica contándola en voz alta. Esto te ayudará a identificar posibles mejoras en la fluidez, el ritmo y la claridad de la historia. También puedes pedir retroalimentación a otras personas para obtener diferentes perspectivas y hacer ajustes si es necesario.



- Hace unos años, me encontré con una situación de violencia de género y decidí tomar medidas para ayudar a una amiga que estaba atravesando por ello.
- Aunque no sabía por dónde empezar, me comprometí a apoyarla en todo lo que pudiera.
- Paso 1: Escuché y validé sus experiencias. Fue fundamental brindarle un espacio seguro donde pudiera compartir sus sentimientos y relatar los episodios de violencia que había experimentado.
- Estar presente y mostrar empatía fue el primer paso para generar confianza y comprensión mutua.
- Paso 2: Investigamos recursos y servicios disponibles. Juntas, buscamos información sobre los recursos locales que podían ofrecer ayuda en casos de violencia de género. Encontramos líneas de ayuda, organizaciones especializadas y centros de apoyo que podrían brindar asistencia tanto emocional como legal.
- Paso 3: Planificamos su seguridad. Evaluamos su situación y elaboramos un plan de seguridad para protegerla de situaciones de riesgo inmediato. Identificamos lugares seguros a los que pudiera acudir en caso de emergencia y establecimos señales o códigos para pedir ayuda en situaciones de peligro.
- Paso 4: Buscamos apoyo profesional. Contactamos a un/a profesional especializado/a en violencia de género, como un/a asesor/a o psicólogo/a, para obtener orientación y apoyo adicional. Estas personas tenían experiencia en casos similares y pudieron brindarle asesoramiento específico y herramientas para manejar la situación.
- Paso 5: Acompañé a mi amiga a buscar ayuda. La apoyé durante las citas con profesionales y la acompañé a las organizaciones pertinentes para buscar apoyo adicional. Estar a su lado en este proceso fue esencial para que se sintiera respaldada y segura.
- Paso 6: Mantuvimos la confidencialidad y el respeto. Durante todo el proceso, respetamos su privacidad y su capacidad para tomar decisiones. No compartimos su información personal sin su consentimiento y la alentamos a que fuera dueña de su propia historia. A lo largo de este proceso, mi amiga logró dar pasos importantes hacia su seguridad y bienestar. Aunque cada situación es única y compleja, abordar la violencia de género paso a paso, con paciencia y compromiso, puede ayudar a quienes la sufren a encontrar apoyo y recuperarse de las secuelas de esta difícil realidad".

Tomado de Chat GPT

En el próximo taller vamos a ver violencia psicológica en la escuela

Todo empieza en el confinamiento de la pandemia, una noche nos encontramos mi hermano y yo esperando a mi padre en la sala de estar, él había llegado en un estado de ebriedad por lo cual comenzamos una discusión por lo cual yo me sentía muy abrumado por lo cual descargue todas mis emociones, confesándole que era una persona trans, un chico trans (lo cual mi hermano ya conocía), cabe resaltar que mi padre es una persona conservadora, con un pensamiento tradicional.

Su reacción fue muy explosiva, él primeramente expreso enojo repitiendo la frase de "Entonces quien es la mujer de la casa" Lo cual mi hermano respondió "mi tía" (vivimos con mi tía y mi primo ademas de nosotros tres) esta respuesta lo motivo a enojarse aun mas, ahora exaltado gritando "Ustedes son lo peor que me paso, no sirven para nada, son unos parásitos inservibles"

Nosotros quedamos en shock, (no era la primera vez que no lo repetía) pero esta vez no tenía una razón para decirlo, simplemente nos retiramos a nuestro cuarto dejando a la suerte a mi padre. Mi hermano me miro, detenido dijo "Que él no crea que el dinero va a remediar esto" asenti dándole la razón y me recoste en la cama queriendo descansar, algo aturdido, triste por que nunca iba a aceptar el hecho.



TALLER NÚMERO UNO : ANECDOTAS SOBRE VIOLENCIA PSICOLÓGICA EN LAS FAMILIAS



Pensar

A continuación encontraras una serie de video que te permitirán comprender y reflexionar sobre situaciones relacionadas a las violencia psicológica en un ámbito familiar. Observa con detenimiento los casos y responde en las casillas en blanco la información que te indique la actividad.

1. Observa el siguiente video: El video titulado **Violencia familiar/intrafamiliar/doméstica VIDEO EXPLICATIVO** te permitirá identificar aquellos actos relacionados con este tipo de violencia.

2. Elabora una lista de situaciones que te llaman la atención y que te permiten enlazarlas con una Violencia basada en género.

- | | |
|------------------------|---------------------------------|
| ① <u>Insultos</u> | ② <u>Machismo</u> |
| ③ <u>Acoso</u> | ④ <u>Burla ante el machismo</u> |
| ⑤ <u>Fobias varias</u> | ⑥ <u>Amenazas</u> |
| ⑦ <u>Hipocresía</u> | ⑧ <u>Actos sumisos</u> |



Sabías que: **Violencia intrafamiliar y violencia basada en género no son lo mismo.**



¿Qué es VIF y VBG?

• La **Violencia Intrafamiliar (VIF)** es cualquier forma de daño o maltrato psicológico, físico, sexual o tratos crueles, degradantes, amenazas o cualquier otra forma de agresión, causada entre miembros de una familia, sean cónyuges o compañeros permanentes, padres o madres, aunque no convivan bajo el mismo techo. Esta incluye el maltrato por descuido a personas de la familia, abandono del adulto/a mayor, el ejercicio arbitrario de la custodia de hijo/a menor de edad y la inasistencia alimentaria.

• La **Violencia Basada en Género (VBG)** es aquella que se ejerce en relaciones de jerarquización entre géneros, a partir de las cuales una persona se siente en superioridad sobre las mujeres o la población con Orientación Sexual e Identidad de Género Diversa (OSIGD), y aprovecha esta condición para maltratar y transgredir. Esta incluye la violencia de pareja (fuera del contexto familiar), el feminicidio, la discriminación por prejuicio hacia la orientación sexual o identidad de género, y la violencia sexual.



¿Alguna vez has evidenciado un hecho o situaciones que se muestran en los videos y que se presentan de manera reiterativa en tu familia o de algún compañero?

3. Lee el siguiente texto y analiza la información que en él se relata

Violencia psicológica, la más común en las familias colombianas

Un nuevo estudio realizado por el Instituto de la Familia de la Universidad de La Sabana, que buscaba identificar los tipos de violencia más comunes dentro de las familias colombianas, fue publicado en los últimos días.

... Los resultados muestran que el 59,6% de los participantes afirmaron que, en el caso de las personas agredidas por un familiar, el tipo más reportado es la violencia psicológica, y afecta a hombres en un 56,1% y a mujeres en un 61,8%.

“Los mayores porcentajes se observan en mujeres, y estos resultados coinciden con las mediciones que se han realizado en los últimos años en el país. Esto muestra la magnitud del problema que impacta los servicios de salud, pero también evidencia que la sociedad colombiana enfrenta un problema social y de derechos humanos”, afirma Victoria Cabrera, profesora del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, y una de las investigadoras del estudio.

Otro de los resultados que se destaca es la violencia económica, que ocupa el segundo lugar de los reportes con el 33,1% en la muestra general y nuevamente son las mujeres (36%), quienes más la padecen en comparación con los hombres (28,4%). Le sigue la violencia física con el 21,2% en la muestra general que, al desagregar por sexo, muestra que son las mujeres (21,7%) las más afectadas frente a los hombres que reportan el 20,6%.

Otro de los aspectos que se destacan del estudio y que resulta preocupante es que, para el 48,5% de los participantes, cuando una persona recibe maltrato es porque “se lo ha buscado”, además es “culpable” por mantenerse al lado de alguien que lo (la) maltrata. También, es recurrente la idea de que lo que ocurre dentro de una familia es privado: “la ropa sucia se lava en casa”.

Tomado de: <https://www.elespectador.com/salud/violencia-psicologica-la-mas-comun-en-las-familias-colombianas-articulo/>
Adaptado por: Carlos Andres Gonzalez Gutierrez



En Colombia, según el Sistema de Vigilancia en Salud Pública (SIVIGILA), los casos de violencia psicológica en 2020, a corte del 14 de septiembre, alcanzan los 1.077. Este flagelo es considerado un tipo de violencia que se ejerce sin la intervención de acciones físicas, pero que afecta, no solo la psiquis y emociones, sino también el estado físico de que funge como víctima.

Tomado de: <https://gestarsalud.com/2020/12/10/violencia-psicologica-un-flagelo-silencioso-dificil-de-identificar/#:~:text=En%20Colombia%2C%20seg%C3%BAn%20el%20Sistema,de%20septiembre%2C%20alcanzan%20los%201.077.>

Escribir

4. Conecta las ideas que identificaste entre los videos y la lectura para así relacionarla con la violencia psicológica. Simplemente ten presente que las vas a escribir según el orden que consideras que deberían ir y relacionalas según su naturaleza: insulto, chantaje, humillaciones, descalificaciones y amenazas

Insulto	→ Las mujeres solo sirven para la cocina	
Chantaje	→ Yo soy quien los mantengo	
Humillaciones	→ Usted vive bajo mi techo	
Amenazas	→ Si hera lo soy mas jere	
Descalificaciones	→ Esto es para los hombres	



5. Elabora un escrito donde relates un caso de violencia psicológica que tenga como base la familia (puede ser basado en experiencias personales o ficticias) Aplicando lo visto en este taller.



En una familia de escasos recursos y llena de muy malos tratos y discriminación un padre alcohólico maltrata física y psicológicamente a su mujer por medio de golpes y insultos (usted es una puta, agradezca que la saque de ese puteadero), su hijo toma las acciones de su padre el cual es un machista y homofóbico, haciendo que su hijo sea una basura para la sociedad (cuando me presenta a su novia, ¿no es maricon?), del otro lado con su hija tiene un trato duro y la llama zorra por verla hablando con cualquier joven (¿y quien hera ese?, usted no sea puta, tenga novio cuando no este bajo mi techo), su esposa esta no hace nada, ni lo minimo por su honor, o orgullo

Hay Aridugo
Celso chong
Juan Buz
Kevin Borrero



TALLER NÚMERO UNO : ANECDOTAS SOBRE VIOLENCIA PSICOLÓGICA EN LAS FAMILIAS



Pensar

A continuación encontraras una serie de video que te permitirán comprender y reflexionar sobre situaciones relacionadas a las violencia psicológica en un ámbito familiar. Observa con detenimiento los casos y responde en las casillas en blanco la información que te indique la actividad.

1. Observa el siguiente video: El video titulado **Violencia familiar/intrafamiliar/doméstica VIDEO EXPLICATIVO** te permitirá identificar aquellos actos relacionados con este tipo de violencia.
2. Elabora una lista de situaciones que te llaman la atención y que te permiten enlazarlas con una Violencia basada en género.

- Maltrato Verbal _____
- Manipulación _____
- Insultos _____
- Maltrato físico _____

3. Lee el siguiente texto y analiza la información que en él se relata

Violencia psicológica, la más común en las familias colombianas

Un nuevo estudio realizado por el Instituto de la Familia de la Universidad de La Sabana, que buscaba identificar los tipos de violencia más comunes dentro de las familias colombianas, fue publicado en los últimos días.

... Los resultados muestran que el 59,6% de los participantes afirmaron que, en el caso de las personas agredidas por un familiar, el tipo más reportado es la violencia psicológica, y afecta a hombres en un 56,1% y a mujeres en un 61,8%.

"Los mayores porcentajes se observan en mujeres, y estos resultados coinciden con las mediciones que se han realizado en los últimos años en el país. Esto muestra la magnitud del problema que impacta los servicios de salud, pero también evidencia que la sociedad colombiana enfrenta un problema social y de derechos humanos", afirma Victoria Cabrera, profesora del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana, y una de las investigadoras del estudio.

Otro de los resultados que se destaca es la violencia económica, que ocupa el segundo lugar de los reportes con el 33,1% en la muestra general y nuevamente son las mujeres (36%), quienes más la padecen en comparación con los hombres (28,4%). Le sigue la violencia física con el 21,2% en la muestra general que, al desagregar por sexo, muestra que son las mujeres (21,7%) las más afectadas frente a los hombres que reportan el 20,6%.

Otro de los aspectos que se destacan del estudio y que resulta preocupante es que, para el 48,5% de los participantes, cuando una persona recibe maltrato es porque "se lo ha buscado", además es "culpable" por mantenerse al lado de alguien que lo (la) maltrata. También, es recurrente la idea de que lo que ocurre dentro de una familia es privado: "la ropa sucia se lava en casa".

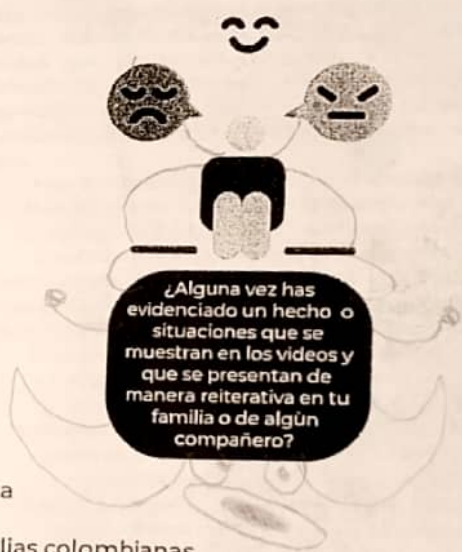


Sabías que: **Violencia Intrafamiliar y violencia basada en género no son lo mismo.**



¿Qué es VIF y VBG?

- La **Violencia Intrafamiliar (VIF)** es cualquier forma de daño o maltrato psicológico, físico, sexual o tratos crueles, degradantes, humillantes o cualquier otra forma de agresión, causada entre miembros de una familia, sean conyugales o conparejas permanentes, padres o madres, aunque no convivan bajo el mismo techo. Esta incluye el maltrato por deslealtad a personas de la familia, abandono del adulto/a mayor, el ejercicio arbitrario de la custodia de hijos/a menor de edad y la manutención alimentaria.
- La **Violencia Basada en Género (VBG)** es aquella que se ejerce en relaciones de jerarquía entre géneros, a partir de las cuales una persona se ejerce de superioridad sobre las mujeres e la población con Orientación Sexual e Identidad de Género Diversa (OIGD), y aprovecha esta condición para maltratar y transgredir. Esta incluye la violencia de pareja (tanto en el contexto familiar), el feminicidio, la discriminación por prejuicio hacia la orientación sexual e identidad de género, y la violencia sexual.



Tomado de: <https://www.elespectador.com/salud/violencia-psicologica-la-mas-comun-en-las-familias-colombianas-articulo/>
Adaptado por: Carlos Andres Gonzalez Gutierrez



Escribir

En Colombia, según el Sistema de Vigilancia en Salud Pública (SIVIGILA), los casos de violencia psicológica en 2020, a corte del 14 de septiembre, alcanzan los 1.077. Este flagelo es considerado un tipo de violencia que se ejerce sin la intervención de acciones físicas, pero que afecta, no solo la psiquis y emociones, sino también el estado físico de que funge como víctima.

Tomado de: <https://gestarsalud.com/2020/12/10/violencia-psicologica-un-flagelo-silencioso-dificil-de-identificar/#:~:text=En%20Colombia%2C%20seg%C3%BAn%20el%20Sistema,de%20septiembre%2C%20alcanzan%20los%201.077.>

4. Conecta las ideas que identificaste entre los videos y la lectura para así relacionarla con la violencia psicológica. Simplemente ten presente que las vas a escribir según el orden que consideras que deberían ir, y relacionalas según su naturaleza: insulto, chantaje, humillaciones, descalificaciones y amenazas

descalificación	No puede hacer algo por su género
humillación	Basta por ingresos
Chantaje	Humillación económica
insulto	Terrorización
amenaza	



Ensayo

5. Elabora un escrito donde relates un caso de violencia psicológica que tenga como base la familia (puede ser basado en experiencias personales o ficticias) Aplicando lo visto en este taller.



¿Cómo puedes hacer la anécdota?

- 1 **Identifica el propósito de la anécdota** Antes de comenzar a escribir tu anécdota, es importante tener en claro el propósito o el mensaje que deseas transmitir. ¿Quieres entretener a tu audiencia, enseñar una lección, compartir una experiencia personal o destacar algo en particular? Definir el propósito te ayudará a darle dirección a tu historia.
- 2 **Elige un tema o evento relevante** Selecciona un tema o evento específico en el que se basará tu anécdota. Puede ser una experiencia divertida, un desafío superado, un momento embarazoso o cualquier otro suceso que sea relevante para el propósito que has establecido.
- 3 **Define el contexto y los personajes** Describe el contexto de tu anécdota para establecer el escenario. Esto incluye información sobre el lugar, el tiempo, las circunstancias y cualquier otro detalle relevante. Luego, presenta a los personajes principales de la historia, incluyendo a ti mismo y a otras personas involucradas. Asegúrate de caracterizar a los personajes de manera adecuada para que el lector o la audiencia pueda entender su papel en la historia.
- 4 **Estructura tu anécdota** Organiza tu anécdota en una estructura clara y coherente. Puedes utilizar la estructura clásica de introducción, desarrollo y conclusión. En la introducción, atrapa la atención de tu audiencia y presenta el contexto de la historia. En el desarrollo, relata los sucesos de manera cronológica o lógica, creando suspense o interés a medida que avanzas. Finalmente, en la conclusión, resuelve la historia y destaca la lección o el mensaje que deseas transmitir.
- 5 **Utiliza detalles descriptivos y lenguaje vívido** Agrega detalles descriptivos a tu anécdota para hacerla más vivida y cautivadora. Utiliza lenguaje sensorial para ayudar a tu audiencia a visualizar la escena y sentirse inmersa en la historia. Describe los colores, los sonidos, las emociones y cualquier otro detalle que sea relevante para la experiencia que estás compartiendo.
- 6 **Mantén un tono apropiado y coherente** Asegúrate de mantener un tono apropiado y coherente a lo largo de tu anécdota. Si deseas que sea divertida, utiliza un lenguaje humorístico y juega con la ironía o los juegos de palabras. Si es una historia emotiva, transmite tus emociones de manera genuina. Adaptar el tono a tu audiencia y al propósito de la anécdota es clave para lograr el impacto deseado.
- 7 **Practica y revisa tu anécdota** Una vez que hayas escrito tu anécdota, practica contándola en voz alta. Esto te ayudará a identificar posibles mejoras en la fluidez, el ritmo y la claridad de la historia. También puedes pedir retroalimentación a otras personas para obtener diferentes perspectivas y hacer ajustes si es necesario.

00:00:00

EJEMPLO PASO A PASO

- Hace unos años, me encontré con una situación de violencia de género y decidí tomar medidas para ayudar a una amiga que estaba atravesando por ello.
- Aunque no sabía por dónde empezar, me comprometí a apoyarla en todo lo que pudiera.
- **Paso 1: Escuché y validé sus experiencias.** Fue fundamental brindarle un espacio seguro donde pudiera compartir sus sentimientos y relatar los episodios de violencia que había experimentado.
- Estar presente y mostrar empatía fue el primer paso para generar confianza y comprensión mutua.
- **Paso 2: Investigamos recursos y servicios disponibles.** Juntas, buscamos información sobre los recursos locales que podían ofrecer ayuda en casos de violencia de género. Encontramos líneas de ayuda, organizaciones especializadas y centros de apoyo que podrían brindar asistencia tanto emocional como legal.
- **Paso 3: Planificamos su seguridad.** Evaluamos su situación y elaboramos un plan de seguridad para protegerla de situaciones de riesgo inmediato. Identificamos lugares seguros a los que pudiera acudir en caso de emergencia y establecimos señales o códigos para pedir ayuda en situaciones de peligro.
- **Paso 4: Buscamos apoyo profesional.** Contactamos a un/a profesional especializado/a en violencia de género, como un/a asesor/a o psicólogo/a, para obtener orientación y apoyo adicional. Estas personas tenían experiencia en casos similares y pudieron brindarle asesoramiento específico y herramientas para manejar la situación.
- **Paso 5: Acompañé a mi amiga a buscar ayuda.** La apoyé durante las citas con profesionales y la acompañé a las organizaciones pertinentes para buscar apoyo adicional. Estar a su lado en este proceso fue esencial para que se sintiera respaldada y segura.
- **Paso 6: Mantuvimos la confidencialidad y el respeto.** Durante todo el proceso, respetamos su privacidad y su capacidad para tomar decisiones. No compartimos su información personal sin su consentimiento y la alentamos a que fuera dueña de su propia historia. A lo largo de este proceso, mi amiga logró dar pasos importantes hacia su seguridad y bienestar. Aunque cada situación es única y compleja, abordar la violencia de género paso a paso, con paciencia y compromiso, puede ayudar a quienes la sufren a encontrar apoyo y recuperarse de las secuelas de esta difícil realidad".

Tomado de Chat GPT

En el próximo taller vamos a ver violencia psicológica en la escuela

El conflicto surge cerca a mi hijo, se presenta
a veces cerca a mi mamá, note una situación de violencia
en la que se presentaban humillaciones, manipulaciones,
amenazas, insultos, violaciones físicas, entre otros.

Un día estaba con mi familia y escuchamos gritos de ayuda,
sonidos fuertes, incluso mi perro comenzó a ladrar. Al ver esto,
nos acercamos para ver que sucedía, cuando llegamos encontramos
a mi vecino Ilound y a mi vecina mencionando que todo era
parte de una actuación, y mencionando una supuesta enfermedad
mental; intentamos acercarnos ya que notamos la intención
de ocultar algo por parte de él. Cuando la señora empezó
a comentarnos todo, nos acercamos y empezamos a preguntarle, la
señora comentó que está siendo gateado físicamente y que la
tenían retenida en contra de su voluntad, seguimos preguntando
y nos contó que la violaba en repetidas ocasiones, la humillaba
y humillaba. Su hijo no quería ir a la escuela y ella estaba cumpliendo
a la deriva de todas estas situaciones.