

VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

El noviazgo es una vinculación que se establece entre dos personas que se sienten atraídas mutuamente y representa una oportunidad para conocerse, una etapa de experimentación y de búsqueda, con actividades, gustos y pensamientos en común, que conforma un preámbulo para una relación duradera y que debería ser bella y hermosa es, con frecuencia, opacado por la violencia.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, 3 de cada 10 adolescentes sufren de violencia en el noviazgo. Muchas de las mujeres que son maltratadas durante el matrimonio, vivieron violencia en el noviazgo y no la identificaron.

La Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2021, señaló que el 39.9% de mujeres, mayores a 15 años, sufrió episodios de violencia al menos una vez en el noviazgo. Esta violencia se manifiesta principalmente a través de maltrato psicológico, físico, económico o sexual, con señales que es preciso aprender a identificar: algunas son muy evidentes, pero muchas resultan ser sutiles. Algunas de estas señales son:

- El agresor adopta una actitud posesiva e insegura, no permite que su pareja tenga amistades y la vigila constantemente.
- Sin motivo aparenta se enoja a menudo en forma extrema.
- Busca tener todo el control de la relación, incluida la forma de vestir y las actividades de su pareja.
- Culpa a los demás de sus problemas.
- Ha sido víctima o testigo de violencia en su familia.
- Puede abusar del alcohol o drogas y presionar a su pareja para que las consuma.
- Se pone en situaciones de riesgo cuando han discutido.
- Se burla constantemente y hace pasar por situaciones vergonzosas a la pareja.
- La opinión del agredido nunca es tomada en cuenta.
- El agresor es manipulador y chantajista.

Este tipo de conductas violentas, en muchos casos, no son percibidas como tales ni por las víctimas ni por los agresores, muchas veces el maltrato y las ofensas son confundidas con el amor y el interés por la pareja.

La violencia ejercida sobre la persona es tal que siente la necesidad de ser comprensiva para lograr un cambio en su pareja e, incluso, se desarrolla en la víctima un sentimiento de culpabilidad y de **incapacidad** de terminar la relación.

La violencia en el noviazgo puede tener graves consecuencias como depresión, baja autoestima, aislamiento, fracaso escolar o bajo rendimiento laboral, deserción escolar, violaciones recurrentes, trastornos alimenticios, embarazos no deseados, agresiones físicas que atentan contra la salud física y emocional, infecciones, así como expresión extrema de suicidio.

Para **prevenir** la violencia en el noviazgo es importante identificar los factores de riesgo que provocan efectos nocivos en contra de una persona en sus distintos ámbitos:

- **Individual.** Edad, género, ausencia de afecto y comprensión, abuso de alcohol y drogas, falta de un proyecto de vida, capacidad en el manejo de emociones, nivel de tensión por problemas sociales, económicos o insatisfacción personal.
- **Familiar.** Antecedentes de violencia y maltrato durante la infancia, nivel de desigualdad, estereotipos de género (*las jóvenes deben obedecer, ceder, ser tiernas. Los jóvenes tienen que imponer, conquistar, tener fuerza, valor*).
- **Social.** Violencia en los medios de comunicación, historias de violencia social, nivel de desigualdad, falta de espacios para la recreación y el tiempo libre, justificación de la violencia.
- **Escolar.** Fracaso escolar, presión de grupo de pares, nivel de desigualdad, falta de espacios para la recreación y el tiempo libre, estereotipos de género, falta de apoyo y orientación, tolerancia a las conductas violentas.

Resulta fundamental para evitar conductas violentas, adictivas o delictivas el ayudar en el proceso de formación de las personas a diferentes niveles:

- **Individual.** A través del fortalecimiento de la autoestima, respeto, tolerancia, resolución no violenta de conflictos de pareja, actitud positiva hacia el futuro, proyecto de vida, comunicación asertiva, información y capacidad de tomar decisiones.
- **Familiar.** Resolución no violenta de conflictos en el hogar, apoyo familiar, dinámica familiar positiva, estilos de vida saludables, comunicación.
- **Social.** Modelos sociales positivos y solidarios, redes sociales que apoyen y orienten a víctimas de violencia y el noviazgo, leyes contra la violencia en el noviazgo, espacios para la recreación y el deporte.
- **Escolar.** Fortalecimiento de valores, orientación, información y apoyo en casos de violencia en el noviazgo, así como una disciplina basada en el compromiso.

Aprende a prevenir la violencia en el noviazgo y evita convertirte en una víctima o victimario dentro de la relación, de igual forma, podrás ayudar a otros para que experimenten sus noviazgos de una forma adecuada y libre de situaciones nocivas, para que sea una experiencia que les permita evolucionar satisfactoriamente en sus vidas.

Referencia:

Lee, David. (2023) Violencia en el noviazgo. Manual de seguridad para la prevención del delito. Recuperado de: https://manualesseguridad.com.mx/seguridad_newsletter/23/violencia_en_el_noviazgo.asp