

MI NOVIO ME CONTROLA LO NORMAL

Desmontando mitos, estereotipos y amores en la red



<http://minoviomecontrola.blogspot.com>

Ponencia de: **Ianire Estébanez**

Psicóloga especialista en prevención de violencia de género,

Creadora de minoviomecontrola.com

E-mail: ianireestebanez@yahoo.es

*Curso de verano del Centro Mediterráneo. "Formador/a en igualdad"
Universidad de Granada, julio 2012*

Resumen: Mi novio me controla... lo normal, es el título de un espacio virtual destinado a chicas confundidas por el amor (que quieren "des-confundirse"), en el que se fomenta un pensamiento y actitud críticos frente a los mensajes del amor romántico y se analizan los elementos que suelen normalizar la permanencia en una relación de maltrato por parte de las jóvenes, así como la negación de la violencia.

Me controla pero solo lo normal, lo hace porque me quiere, se pone celoso porque no puede estar sin mí, eso no es malo, es que le interesas... Son las frases que con más frecuencia reproducían las chicas jóvenes al hablar y reflexionar sobre la violencia psicológica en el noviazgo en una investigación comenzada en 2007 en Bilbao, que llevaron a crear este blog para desmontar mitos y malas percepciones. Nació sin ánimo de lucro, con la idea de representar el diario de una joven que detecta señales de alerta del maltrato y, con el paso del tiempo, se fue reformulando y adaptando, incluyendo críticas y reflexiones sobre contenidos mediáticos juveniles, en un lenguaje asequible y adaptado a las generaciones digitales. "Posts" o artículos sobre Crepúsculo, las princesas de Disney, el sexismo en la música, el cine, el caso Rihanna o el Whatsapp, se han convertido así en contenidos compartidos en muy diversos espacios relacionados con la igualdad, la coeducación, la juventud y la prevención de la violencia, convirtiendo a este pequeño blog en una herramienta didáctica para la prevención.

1. ¿Por qué un blog?

Las nuevas tecnologías forman parte de nuestro presente, y las generaciones jóvenes viven, se socializan y crecen en el espacio virtual desde hace ya unos años. En muchos casos no es exagerado afirmar que es el primer medio que las y los jóvenes utilizan para consultar una problemática personal. Atrás quedan en este caso los manuales, las guías en papel o los servicios de atención directa cara a cara, para pasar a ser realizados en modo on-line. Los consultorios virtuales accesibles escribiendo un simple e-mail, los foros de participación, o los contenidos web

permiten el acceso a la información a través de las pantallas, quedando como únicos requisitos una conexión a internet, móvil o fija, y un aparato en el que poder visualizar el mundo tal y como lo representa la red de redes.

Algunos informes recientes cifran en un **95%** la magnitud de jóvenes que utilizan internet con asiduidad y un **83%** las redes sociales (Observatorio Vasco de la Juventud, 2012), pero, al mismo tiempo, **sus usos se modifican con una rapidez exponencial**. Como afirma Angustias Bertomeu, "el panorama del uso de la tecnología en la juventud se transforma constantemente por la rapidez de las



novedades en la informática y los soportes, la mejora en el acceso a la banda ancha y la aparición de nuevas aplicaciones de relación y comunicación". (Bertomeu, 2011)

En ese mundo virtual, a los primeros chats y foros de discusión en los que comunicarse, les siguió fotolog (un diario en el que contar la vida imagen a imagen), y a éste los blogs (espacios donde contar o reflexionar desde una perspectiva propia), y a éstos las redes sociales (espacios donde comunicarse y compartir contenidos), y a éstas la comunicación móvil a través de mensajes y llamadas gratis y una aplicación permanente en nuestro teléfono móvil que nos conecta a día de hoy online 24/7. **Esto es, no desaparecer de la red.**

Sin embargo, a pesar de la rapidez de cambios, de la imposibilidad de algunas personas de seguir el ritmo frenético y auto-actualizarse continuamente a la última versión comunicacional de moda, y de los usos y abusos perjudiciales de las nuevas tecnologías, estas, a la vez, suponen unas **potencialidades para la educación y la prevención**, nada desdeñables. La nueva escuela es 2.0, y las acciones de prevención y sensibilización tienen, en las redes sociales e internet, el foco de difusión más diverso para hacer llegar la información a aquellos que se encuentran tras la pantalla de ordenador, portátil, tablet o smartphone: los ojos jóvenes y sus mentes.

Cuando "mi novio me controla" nació, allá por 2007, apenas existía información disponible en la red que visualizara la violencia de género desde una perspectiva juvenil o adolescente. Las cifras de jóvenes víctimas de violencia de género iba aumentando, pero apenas existía un enfoque juvenil para sensibilizar a este grupo de población. Las campañas de prevención remarcaban a mujeres mayores, en muchos casos con moratones y muestras de violencia física, y animaban a denunciar, a separarse, a dejar de callar una violencia silenciada desde años. ¿Cómo identificarse, como joven o adolescente con ese modelo de campaña?. "A mi nunca me ha pegado... ¿Separarme? Si no vivo con él..." podrían ser las argumentaciones de una joven víctima de maltrato continuado, en proceso de darse cuenta de su situación.

En ese marco, y potenciado por el estudio realizado para evaluar la percepción de la violencia psicológica por parte de las chicas jóvenes, mi novio me controla nació como **un espacio virtual que pudiera ser encontrado** a través de los buscadores cuando una chica quisiera dar respuesta a sus inquietudes sobre su relación de pareja. Desde entonces, han sido múltiples las diferentes búsquedas que han permitido el acceso a este espacio, desde la propia frase "mi novio me controla" a "mi novio es demasiado celoso, mi novio critica mi forma de vestir, mi novio me vigila, cómo detectar si mi ex ha dejado de vigilarme, mi novio me pega, cómo hacer que mi novio no me pegue más, no puedo dejar de quererle, qué hacer en caso de violación, me maltrata, ya no me quiere, nadie me quiere", son muestras de las uniones de palabras que, escritas en el teclado, han llevado a entrar en este espacio, y después, quién sabe, a la reflexión.

2. Control, violencia psicológica y normalización. Que si me quiere, que si no puede vivir sin mi, que si yo le conozco en el fondo...

La primera experiencia investigadora de que la que nació este espacio, supuso una recopilación de todos los estudios que se habían realizado sobre la violencia de género en la juventud hasta el año 2007, centrando el desarrollo teórico en la violencia psicológica, y en la percepción de ésta por parte de las jóvenes. Algunas hipótesis planteaban que la percepción y el significado que tenía la violencia en las relaciones para chicos y chicas no era el mismo, y que deberíamos hablar efectivamente de una violencia específica contra las chicas jóvenes, que no se manifestaba del mismo modo que en las edades adultas. Para analizar este elemento, se elaboró un cuestionario que pudiera recoger los comportamientos de violencia psicológica más referidos en el noviazgo, la Escala VEC (Vázquez, Estébanez, Cantera, 2009), y, aunque sus resultados estadísticos eran abrumadores (tan sólo un 25% de las chicas percibía con claridad la violencia psicológica en sus relaciones), los grupos de discusión con chicas jóvenes y la recogida de sus discursos, no dejaban lugar a dudas de



que la **normalización de conductas de control, celos y acoso**, está realmente presente en las relaciones cotidianas juveniles.

La **negación** de la violencia era el principal argumento de las chicas para quitar importancia a la gravedad de conductas de sus novios "*Si no le haces caso, no es violencia*", al tiempo que se normalizaban conductas de control y celos en base a la **habitualidad** "*Lo hacen todos, los chicos son así*", y los múltiples argumentos para **justificar** el acoso y el control "*quiere saber de mi, es normal, igual es culpa mía*". Junto con ello, la necesidad de mantener amistades o espacios propios, apenas eran percibidos entre las chicas como importantes, y el **amor** se erigía como la principal argumentación por la que perdonar, volver, seguir, cegarse, "vivir".

"- Si tu novio vuelve a hacerte daño pero te pide que vuelvas, ¿Volverías con él?

- Es que no puedes ser tajante y decir que no.

Depende.

- ¿De qué depende?

- De si le quieres."

Si el perdón no dependiera de la reparación del daño, ni de la asunción de responsabilidad en la parte que lo ha cometido, sino única y exclusivamente del amor, ¿podríamos concluir que a mayor amor, mayor perdón?. Las confusiones y argumentaciones del amor como un todo irrefrenable y la idealización del amor como algo unido al esfuerzo y al sufrimiento, y que puede reparar cualquier daño ocasionado, confunde y engaña a estas chicas, llevándolas a aceptar comportamientos violentos, como parte del *pack* incluido dentro del **amor-pasión**. (Estébanez, 2010)

Para confirmar la diferencia de percepción o significado que dan chicos y chicas a la violencia, realizamos posteriormente un acercamiento a los grupos de chicos, para analizar de modo análogo, sus percepciones sobre la violencia. Encontrando en este caso diferencias significativas con respecto a las chicas, en cuanto a que los chicos parecen mantener una actitud más auto-protectora, identificar el control y el abuso con facilidad y ser capaces de establecer límites, pero al

mismo tiempo justifican y quitan importancia a comportamientos abusivos ejercidos por ellos mismos (Vázquez, Estébanez, 2010)

Investigaciones y estudios posteriores encuentran resultados similares a estos, en los cuales tanto chicos como chicas creen que se puede amar y hacer daño a la vez, que los chicos agresivos son más atractivos, o que es normal que un novio imponga una relación sexual (Injuve) y nos dibujan una juventud en la que los roles de género se encuentran más marcados que nunca, pero... **ellos y ellas no lo saben.**

3. El amor y el sexismo. Esos elementos que se nos cuelan por los medios.

Las generaciones jóvenes, viven en la creencia de una "igualdad", basada en los cambios que a nivel formal y educativo se han ido gestando en las últimas décadas en nuestra sociedad. Sin embargo, la cultura del amor romántico, "los ideales" del amor, no han cambiado apenas en siglos.

Mari Luz Esteban, en el libro *Crítica del pensamiento amoroso* (2011) recoge la necesidad de indagar la **contradicción** que chicas jóvenes, organizadas y educadas en la igualdad enfrentan tras el "*Pero luego te enamoras*". Tras el cual, añadido, parece que ideas, valores y creencias ya insertas en su interior, desaparecen o se volatilizan, como si no importaran ya. Esteban afirma que "el amor influye no solo en la socialización y generización de las personas, que quedan así convertidas en mujeres y hombres, diferentes y desiguales, sino en la organización general de la vida cotidiana. (...) Los medios de comunicación se hacen eco de estudios científicos que dicen haber encontrado el origen genético del adulterio, la infidelidad, los celos, el enamoramiento... Y todo ello va día a día barnizándose, alimentándose de una ficción romántica (cine, televisión, publicidad, literatura, música) absolutamente hipertrofiada, que no solo enaltece las supuestas virtudes de la vida en pareja sino que intenta minusvalorar, subordinar cualquier otra alternativa".



La ficción romántica reproduce, aún en nuestros días, los mismos mitos y creencias tradicionales sobre la media naranja, el amor ideal y perfecto, la princesa delicada, el príncipe valiente, el amor a primera vista y el **final feliz por arte de magia. O por arte... del amor.**

De este modo, en las generaciones jóvenes actuales **conviven** modelos de amor ideal que repiten *"por ti daría la vida, sin ti me muero y por amor haré cualquier cosa"*, es decir, **ideas infinitas e ideales**, junto con relaciones que en la **práctica y la realidad** en muchas ocasiones son finitas. Y se acaban. Y se frustran. Entonces los cimientos de esos ideales se tambalean, pero al mismo tiempo no se desean abandonar, por lo que surge de nuevo el ensoñamiento con un nuevo amor "de verdad", que supla la decepción del anterior, y vuelve a cerrar el ciclo. No parece posible para una mayoría de jóvenes entender otros modelos de amor que no exijan la fusión absoluta, y una nefasta gestión emocional de los celos, junto con una concepción negativa de la libertad de la pareja está detrás de comportamientos manipuladores, acosadores y controladores que exigen *"si me quieres, tienes que estar solo conmigo"*.

Es innegable, por otro lado, reconocer la influencia que los **medios audiovisuales** tienen en las generaciones jóvenes, que han crecido viendo series de televisión, escuchando la radio o emocionándose con el cine. A propósito del cine, Coral Herrera afirma que "El amor de pareja impregnado de romanticismo es el gran tema de todos los productos culturales de una sociedad de masas de carácter ya planetario, y podemos afirmar que esta inundación emocional comenzó con el inicio de la industria cinematográfica estadounidense. Principalmente a través de Hollywood, se ha producido una expansión del amor heterosexual y monogámico a todos los rincones del planeta." (Herrera, 2010).

Personajes que llevan asociada posesividad a pasión, el atractivo masculino del *rebelde* o *el duro* que cambia al encontrar el amor verdadero, las relaciones turbulentas que acaban siempre resueltas, y, en fin, los modelos de referencia que **asocian posesividad, celos y dolor... con amor,**

inundan las carteleras de los cines, las tardes de domingo comiendo palomitas o los cines de verano, llenando de sueños las mentes juveniles e incitando a creer que podemos ser protagonistas de una historia **negativa** de película de aventuras, que algún día cambiará, con la mágica influencia del amor.

Como espectadoras/es del cine, o como oyentes de la música que nos canta *"te quiero más que a mi vida, sin ti no soy nada, he estado toda mi vida buscandote, cierro los ojos y me dejo llevar, soy tuya toda, de arriba abajo, haz lo que quieras conmigo"*, se edulcoran y pasan desapercibidos comportamientos que, interpretados sin el velo borroso del amor, percibiríamos claramente como riesgos de un peligro. La influencia de dichos ideales y mensajes transmitidos desde lo audiovisual, es un elemento en el que no han tenido cabida leyes de igualdad, criterios educativos, o protocolos de prevención, y en el que se reproducen estereotipos de género tradicionales, posiciones sexistas en discurso e imagen, o incluso la utilización del cuerpo de las mujeres como objeto sexual.

Se hace necesario analizar **la cultura de ficción romántica** y crear o ayudar a modificar los mensajes que en la misma, y con tanta influencia, se reproducen sin freno, acercándonos a los propios contenidos que las y los jóvenes comparten, cantan, ven y sueñan. En la actualidad, en las radios actuales, en los últimos estrenos de cine. Desde ahí nació el intento de desmontar mitos en minoviomecontrola, de realizar un análisis crítico, con perspectiva de género, pero en un lenguaje adaptado a la juventud y en el que apenas tiene cabida la teoría o el discurso formal sino a través de los ejemplos aplicados. Comenzando con la Saga Crepúsculo, y la sumisión encarnada por su protagonista femenina, las princesas de Disney y sus finales felices de perdices, el día de San Valentín... o el sexismo presente en los videoclips de la cultura *mainstream*, en cuyos escenarios los hombres se erigen como reyes de un harén y las mujeres como meros cuerpos bailando en bikini y tacones en la piscina. Así, los **mensajes alternativos** que desmontan éstos, la potenciación de una **actitud crítica** y la **reflexión** y el **debate**, se convierten en **protagonistas** del espacio virtual.



4. Un espacio para chicas jóvenes. Fomentando el empoderamiento, la reflexión, el criterio propio, las respuestas decididas por una misma.

En conclusión, desmontar mitos, estereotipos y amores, pasa por **visualizar las manifestaciones** de la violencia y **los contenidos culturales** que la perpetúan en nuestra sociedad, pero también por empoderar a las chicas jóvenes.

El empoderamiento necesita **conciencia** para que las chicas dejen de responder a las presiones externas sobre la necesidad de gustar "al otro", de complacer, de cuidar a, y pasa por fomentar el cuidar de sí, dar la palabra a las chicas, confiar en su criterio y su decisión.

Desmitificar la idea de que las chicas necesitan un héroe salvador, pasa también por **no erigir una respuesta salvadora** que decida sobre las chicas y las lleve de la mano, si no por acompañarlas en su camino, para que las descubran ellas mismas.

Conseguir que el "mi novio me controla, solo lo normal", deje de ser cotidiano en nuestras vidas, pasa también por **aunar esfuerzos, crear sinergias** de trabajo preventivo y por

poner disponible nuestra comprensión a quienes necesitan respuestas.

Crear un mundo diferente donde los estereotipos, los mitos y las creencias erróneas no sean lo único que una joven pueda encontrar en la red, pasa, sin duda, por crear y construir nuevos mensajes, nuevos modelos, nuevos espacios virtuales y presenciales, por **alzar nuestras voces** individuales y colectivas.

Minoviomecontrola ha creado algunos mensajes alternativos... Pero la Red aún sigue con espacio para que cada una/o inventemos y construyamos más, participando en la modificación de una cultura, la virtual, que necesita de nuestras acciones preventivas en red.

#Tomalapalabraeninternetycreatuespaciosinviolencia



• Bibliografía

Bertomeu, G. (2011). *Nativos digitales: una nueva generación que persiste en los sesgos de género*. En Revista de Estudios de Juventud 92, Adolescentes Digitales, 187-202.

Cantera, I. Estébanez, I. y Vázquez, N. (2009a). *Violencia contra las mujeres jóvenes: la violencia psicológica en las relaciones de noviazgo. Informe final*. Bilbao: Servicio de Mujer Módulo Deusto – San Ignacio.

Cantera, I. Estébanez, I. y Vázquez, N. (2009b). *Desconecta del maltrato: Guía para jóvenes*. Bilbao: Sortzen.

Esteban, M. (2011). *Crítica del pensamiento amoroso*. Barcelona: Bellaterra.

Estébanez, I. (2007). *Violencia contra las mujeres jóvenes: la violencia psicológica en las relaciones de noviazgo*. Tesis del Master en Intervención en Violencia contra las Mujeres (no publicada). Bilbao: Universidad de Deusto.

Estébanez, I. (2010). *Te quiero... (sólo para mi). Relaciones adolescentes de control*. En Revista Pedagógica Tabanque 23, Prevenir la violencia de género desde las aulas. Universidad de Valladolid.

Herrera, C. (2010). *La construcción sociocultural del amor romántico*. Madrid: Fundamentos.

Leal, D. Arconada, M. (2011). *Convivir en Igualdad. Prevención de violencia masculina hacia las mujeres en todas las etapas educativas*. Madrid: Uned.

Vázquez, N. Estébanez I. (2010). *¿Proponer o imponer? Diagnóstico sobre la percepción de la violencia sexista en los municipios de Ondarroa y Markina-Xemein*. Bilbao: Sortzen.

• Webgrafía

Por los buenos tratos. <http://www.porlosbuenostratos.org> Programa socioeducativo para la prevención de la violencia de género de la ONG Acción en Red.

Ez isildu! No te calles! <http://www.euskadi.net/ezisildu> Web de la Dirección de Atención a Víctimas del Gobierno Vasco, dirigida a mujeres jóvenes (en euskera y castellano)

Beldur Barik <http://www.beldurbarik.org> Concurso participativo para jóvenes de 16 a 25 años contra la desigualdad y para la prevención de la violencia sexista.

Geu Biok. <http://www.geubiok.net> Web del Ayuntamiento de Bilbao (en euskera y castellano) con contenidos sobre estereotipos de género, violencia y amor.

Recursos educativos, guías, materiales de trabajo:

Educando en igualdad. <http://www.educandoenigualdad.com> Recursos FETE-UGT

Educación en igualdad. <http://www.educarenigualdad.com> Proyecto de Fundación Mujeres.

Revistas y empoderamiento femenino:

Mujeres en red. <http://www.mujiresenred.net/>

Revista Pikara <http://www.pikaramagazine.com>

Federación mujeres jóvenes. <http://www.mujiresjovenes.org/>

