

UNA HISTÒRIA QUOTIDIANA

Guia per entendre les violències
masclistes i actuar



Què fem quan veiem una situació que ens incomoda? Si sentim que a casa dels veïns el to de veu és massa alt? La immensa majoria de vegades abaixem la vista, posem la música més forta o prenem distància de la situació. I marxem amb un mal regust, pensant què podria fer, què hauria d'haver fet.

“No tinc eines, no sé com actuar...”

Doncs amb aquesta guia pretenem donar-vos un cop de mà per evitar que passi això. Fer que les violències masclistes s'aturin és feina de totes i tots. Ens hi hem d'arremangar i deixar les pors a fora. Ens empoderem i actuem.

Perquè volem un Sant Fruitós lliure de violències masclistes, hem decidit fer aquesta guia. Veureu que a cada capítol hi ha un punt de vista diferent davant d'una mateixa situació. Sense adonar-nos-en, totes i tots en algun moment ens hi sentirem reflectits i ens donarà pistes de com podríem reaccionar i, així, contribuir a la fi d'aquestes violències.

Un com més, som al costat de les persones, de les dones que pateixen violències, som molt a prop seu. Però també som al costat de totes aquelles persones que volen erradicar aquesta xacra i troben que els falten eines per actuar. Aquí en teniu unes quantes.

Un agraïment immens a totes les qui heu fet possible aquesta guia.

Aquesta violència, com totes les violències, l'hem d'aturar entre totes i tots.

**A SANT FRUITÓS,
PROU D'HÒSTIES!
FORTES I LLIURES**

ÀDRIA MAZCUÑAN I CLARET
Alcaldeessa de Sant Fruitós de Bages



ÍNDEX

PER A QUI ÉS AQUESTA GUIA?

1. ENTENDRE LES VIOLÈNCIES MASCLISTES I ACTUAR

DESNATURALITZAR EL MASCLISME

LES VIOLÈNCIES MASCLISTES

IDENTIFIQUEM LES VIOLÈNCIES: ÀMBITS I MANIFESTACIONS
QUÈ DIU LA LLEI?

2. UNA HISTÒRIA QUOTIDIANA

CAPÍTOL 1. LA LAURA I L'ORIOI: EL CICLE DE LA VIOLÈNCIA

CAPÍTOL 2. LA ROSA MARIA: L'ICEBERG DE LES VIOLÈNCIES

CAPÍTOL 3. EL RASHID: ELS MITES DE LA VIOLÈNCIA

CAPÍTOL 4. EL JAN, LA MELANY, L'AISHA I JESS: JOVES I VIOLÈNCIES MASCLISTES

CAPÍTOL 5. LA SANDRA: COM ACOMPANYEM UNA DONA QUE PATEIX VIOLÈNCIA?

CAPÍTOL 6. EL DAVID: QUÈ FEM AMB ELS AGRESSORS?


3. I JO QUÈ PUC FER-HI?

RECURSOS


PER A QUI ÉS AQUESTA GUIA?

La guia que tens a les mans és per a qualsevol persona que vulgui saber reaccionar davant les violències masclistes i fer-hi front. Com a membres de la societat tenim dret a disposar d'informació sobre qüestions que ens concerneixen i la violència masclista encara ens toca molt de prop. Segurament, no t'ha passat per alt que des de fa uns anys aquests temes estan molt més presents que abans, apareixen a la premsa, a les tertúlies, a l'agenda política... Però també als carrers, en manifestacions, campanyes, dies assenyalats i actes públics. Sens dubte, el feminisme s'ha ocupat de posar el tema al centre de l'agenda política i sembla que està despertant passions cap a una banda i cap a l'altra. **Pot ser que tot plegat t'hagi agafat de sorpresa i no sàpigues què pensar-ne; pot ser que malgrat que hi estiguis gaire d'acord, no sàpigues explicar per què; pot ser que no hi estiguis gens d'acord i ho trobis injust i et faci enfadar; o també pot ser que no tinguis gaire idea de què passa, però comencis a sentir un cert afartament de tanta polarització. Sigui quin sigui el teu cas, aquesta guia és per a tu.**

En aquesta guia hi trobaràs la història de la Laura i l'Oriol i de la gent que els envolta. Veurem, per mitjà de la seva història, com les violències masclistes es manifesten i danyen les relacions i tot l'entorn. A través de la seva història, que podria ser la de qualsevol, aportarem elements teòrics per entendre una situació que pot ser quotidiana i oferirem eines pràctiques per saber actuar davant casos similars. Et proposem llegir el marc de comprensió abans d'entrar en la història —per disposar dels elements clau per situar-te—, tot i que també ho pots fer a la inversa i mirar d'explicar-te la situació abans de passar a la teoria. Triïs el que triïs, es tracta que el recurs sigui dinàmic i et permeti comprendre el fenomen per fer-hi front. Volem apel·lar a la responsabilitat que tenim com a ciutadans i ciutadanes de fer d'aquest món un lloc més just. Creiem que per erradicar les violències de les nostres vides, cal formar-nos com a societat per identificar i saber afrontar les injustícies.



Si tens una història similar al voltant; si t'identifiques amb algun dels personatges o no t'hi veus gens; si treballes amb joves o ets mestre d'escola bressol; si fa temps que no t'entens amb els amics o amigues pel tema del masclisme (o del feminisme!); si sents una distància amb la teua parella per aquestes qüestions; o si simplement tens curiositat per les coses que t'envolten i vols informació sòlida... Aquesta guia és per a tu!



UNA HISTÒRIA QUOTIDIANA

Guia per entendre les violències masclistes i actuar

1

ENTENDRE LES VIOLÈNCIES MASCLISTES I ACTUAR

DESNATURALITZAR EL MASCLISME

El **masclisme** és el conjunt d'idees, actituds i pràctiques que es basen en una suposada superioritat dels homes sobre les dones i és l'arrel de la violència masclista. El masclisme s'ha anat modificant al llarg del temps i, tot i que en alguns aspectes l'hem superat, en molts altres encara l'arrosseguem. Com que el masclisme es troba a la base de la nostra cultura ens costa identificar-ne les manifestacions. Això és perquè l'hem naturalitzat i és, precisament, aquesta naturalització el que cal desmuntar. **No hi ha res de natural en un ordre social injust que posa unes persones per sota de les altres.**

Segur que se t'acudeixen molts exemples de la vida dels nostres avis i àvies en què el masclisme estava present d'una forma més descarnada que no pas avui dia (permís del marit per accedir a una feina, a un compte corrent, per anar a la universitat, per conduir... la llista és llarga!). Ara mateix ens semblaria impensable, però aleshores estava naturalitzat i la gent ho assumia com una cosa «normal i natural». **Afortunadament, s'han aconseguit transformacions socials destacables, amb molta lluita i esforç, que ens han permès avançar com a societat en aquest sentit. Ara bé, encara queda molt camí per fer: que hagin canviat moltes coses no vol dir que el masclisme hagi desaparegut.** Per això ens toca fer la nostra part, aquella que les nostres àvies i avis van començar, ens toca treure a la llum tot allò que hem donat per natural per mirar de deixar les coses més fàcils a les generacions que vindran. El sol pas del temps no canviarà res, **perquè els valors canviïn cal que les persones ens hi esforcem.**

LES VIOLÈNCIES MASCLISTES

Les **violències masclistes** són el mecanisme mitjançant el qual se sosté la desigualtat històrica entre homes i dones. Són exercides cap a les dones, les criatures i les persones que se surten del sistema normatiu de gènere,¹ i són sostingudes per la societat sencera. **¿O sigui que tots els homes exerceixen violència i totes les dones en reben?** No exactament. En general, hi ha força consens social sobre el rebuig a la violència, almenys en les seves manifestacions més òbvies, però és en el moment de reconèixer-les com a violències masclistes quan salten totes les resistències. Frases com «la violència no té gènere» o reaccions de rebuig i negació sistemàtica del masclisme tenen a veure amb una mala comprensió del funcionament del masclisme i, sobretot, amb una resistència a alterar el poder en la nostra societat. Fer les relacions humanes més igualitàries fa por, genera resistència al canvi, ens torna persones conservadores i ens fa sentir atacades. Lluny

1 Persones lesbianes, trans, gais, bisexuals, no binàries, intersexuals o que, simplement, no s'ajusten als mandats normatius del que ha de ser una dona i un home.

d'això, però, combatre les violències masclistes té com a objectiu crear societats sanes, madures, amb un grau de benestar molt elevat i una capacitat de resposta a les adversitats molt superior.

Tanmateix, això no s'aconsegueix sense esforç ni renúncies. No n'hi ha prou amb posicionar-se en contra del masclisme, cal fer una feina d'identificació, reconeixement, reparació i canviar creences i actituds. **Ens preguntàvem si tots els homes agredeixen i totes les dones reben violència. La resposta és sí i no.** Òbviament, no tots els homes exerceixen tots els tipus de violència, de fet, cada vegada n'hi ha més que lluiten activament en contra d'aquestes violències. Però sí que, tots ells, gaudeixen dels privilegis que aquesta desigualtat històrica els proporciona i renunciar-hi no és gens fàcil. Comporta molta obertura, molta autoestima per aconseguir sortir del lloc de poder, molta escolta i un gran exercici d'humilitat per no sentir-se atacats. Pel que fa a les dones, si bé no totes viuran al llarg de la seva vida tots els tipus de violència, sí que habiten en un context de desigualtat en tots els àmbits.

I això no té res a veure amb el seu caràcter particular, el seu recorregut vital, els recursos personals i ni tan sols amb la seva ideologia. Que les dones pateixin la violència i la desigualtat tampoc les fa immunes a reproduir-la i a tenir la mateixa por al canvi i les mateixes resistències que els homes en un moment donat. Aquest fet no les fa «pitjors que els homes», ens iguala com a éssers humans criats en un pensament masclista.

Per tant, és important l'aliança, cadascú des del seu lloc i amb el seu paper dins el canvi social, superant esquemes de culpabilització i victimització per passar al paradigma de la responsabilització. **És clar que «no tenim la culpa» que el món sigui injust i desigual, però sí que som responsables de com hi actuem.**

IDENTIFIQUEM LES VIOLÈNCIES: ÀMBITS I MANIFESTACIONS

Un dels problemes que tenim a l'hora de fer front a les violències masclistes és aquesta naturalització de què parlàvem. És a dir, si bé definir la violència és relativament senzill, aplicar aquesta definició a exemples de la vida quotidiana és més complicat. En general, quan pensem en violència masclista, ens venen al cap les formes més extremes, aquelles que apareixen als mitjans de comunicació: els feminicidis. Tot i que aquesta mena de violència és la més identificada i rebutjada socialment, n'hi ha d'altres que no es reconeixen amb tanta facilitat. Ara en veurem els

àmbits i algunes manifestacions tal com queden recollits a la llei catalana.

ÀMBITS:

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT DE LA PARELLA

Consisteix en la violència física, psicològica, digital, sexual o econòmica exercida contra una dona i perpetrada per l'home que n'és o n'ha estat el cònjuge o per la persona que hi té o hi ha tingut relacions similars d'afectivitat.

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT FAMILIAR

Consisteix en la violència física, digital, sexual, psicològica o econòmica exercida contra les dones i els menors d'edat en el si de la família i perpetrada per membres de la mateixa família o per membres del nucli de convivència. Inclou els matrimonis forçats. No inclou la violència exercida en l'àmbit de la parella.

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT LABORAL

Consisteix en la violència física, sexual, econòmica, digital o psicològica que es pot produir en l'àmbit públic o privat durant la jornada de treball, o fora del centre i de l'horari establert si té relació amb la feina. Inclou: assetjament per raó de gènere i sexual, i discriminació per embaràs o maternitat.

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT SOCIAL O COMUNITARI

Comprèn les manifestacions següents: agressions sexuals, assetjament sexual, tràfic de dones amb finalitat d'explotació sexual, mutilació genital femenina o risc de partir-ne, violència derivada de conflictes armats, violència contra els drets sexuals i reproductius de les dones, femicidis, agressions per raó de gènere, vexacions, tractes degradants, amenaces i coaccions en l'espai públic, etc.

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT DIGITAL

Violència masclista que es produeix a les xarxes de comunicació digitals, enteses com a nova àgora d'interacció, participació i governança per mitjà de les tecnologies de la informació i la comunicació.

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT INSTITUCIONAL

Accions i omissions de les autoritats, el personal públic i els agents de qualsevol organisme o institució pública que tinguin per finalitat retardar, obstaculitzar o impedir l'accés a les polítiques públiques i a l'exercici dels drets per a assegurar una vida lliure de violència masclista.

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT DE LA VIDA POLÍTICA I L'ESFERA PÚBLICA DE LES DONES

La que es produeix en espais de la vida pública i política, com les institucions polítiques i les administracions públiques, els partits polítics, els mitjans de comunicació o les xarxes socials.

VIOLÈNCIA EN L'ÀMBIT EDUCATIU

Qualsevol tipus de violència que es produeix en l'entorn educatiu entre els membres de la comunitat educativa. Inclou l'assetjament, l'abús sexual i el maltractament físic, sexual, psíquic o emocional. Entre aquestes violències n'hi ha que es produeixen per raó de gènere o d'identitat sexual.

ALTRES

Qualsevol altres formes anàlogues que lesionin o puguin lesionar la dignitat, la integritat o la llibertat de les dones.

MANIFESTACIONS:

VIOLÈNCIA FÍSICA

Comprèn qualsevol acte de força contra el cos d'una dona, amb el resultat o el risc de produir-li una lesió física o un dany.

VIOLÈNCIA PSICOLÒGICA

Comprèn tota conducta o omissió que produeix en una dona una desvaloració o un patiment, per mitjà d'amenaques, humiliació, vexacions, menyspreu, exigència d'obediència o submissió, coerció verbal, insults, aïllament o qualsevol altra limitació del seu àmbit de llibertat.

VIOLÈNCIA SEXUAL

Comprèn qualsevol acte que atempti contra la llibertat sexual i la dignitat personal de la dona creant unes condicions o aprofitant-se d'un context que, directament o indirectament, imposin una pràctica sexual sense tenir el consentiment ni la voluntat de la dona, amb independència del vincle que hi hagi entre la dona i l'agressor o agressors.

VIOLÈNCIA OBSTÈTRICA I VULNERACIÓ DE DRETS SEXUALS I REPRODUCTIUS

Consisteix a impedir o dificultar l'accés a una informació veraç, necessària per a la presa de decisions autònomes i informades. Pot afectar els diferents àmbits de la salut física i mental, incloent-hi la salut sexual i reproductiva, i pot impedir o dificultar a les dones prendre decisions sobre llurs pràctiques i preferències sexuals, i sobre llur reproducció i les condicions en què es duu a terme, d'acord amb els supòsits inclosos en la legislació sectorial aplicable.

VIOLÈNCIA ECONÒMICA

Consisteix en la privació intencionada i no justificada de recursos per al benestar físic o psicològic d'una dona i, si escau, de llurs fills o filles, en l'impagament reiterat i injustificat de pensions alimentàries estipulades en cas de separació o divorci, en el fet d'obstaculitzar la disposició dels recursos propis o compartits en l'àmbit familiar o de parella i en l'apropiació il·legítima de béns de la dona.

VIOLÈNCIA DIGITAL

Consisteix en els actes de violència masclista i misogínia en línia, comesos, instigats, amplificats o agreujats, en part o totalment, amb l'ús de tecnologies de la informació i de la comunicació, plataformes de xarxes socials, webs o fòrums, correu electrònic i sistemes de missatgeria instantània i altres mitjans semblants que afectin la dignitat i els drets de les dones.

VIOLÈNCIA DE SEGON ORDRE

Consisteix en la violència física o psicològica, les represàlies, les humiliacions i la persecució exercides contra les persones que donen suport a les víctimes de violència masclista. Inclou els actes que impedeixen la prevenció, la detecció, l'atenció i la recuperació de les dones en situació de violència masclista.

VIOLÈNCIA VICÀRIA

Consisteix en qualsevol tipus de violència exercida contra els fills i filles amb la finalitat de provocar dany psicològic a la mare.

QUÈ DIU LA LLEI?

El marc legal amb què comptem a Catalunya és força ampli i està molt actualitzat, de fet, és un dels marcs més potents d'Europa: és fruit d'un moviment feminista i teixit social compromès amb la igualtat i la justícia. Donem-hi un cop d'ull.



■ LLEI ORGÀNICA 1/2004 DE MESURES DE PROTECCIÓ INTEGRAL CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Aquesta és la Llei estatal, és a dir, funciona tant a Catalunya com a l'Estat espanyol. Regula tota aquella violència exercida pels homes contra les dones en el marc de desigualtat i masclisme de què hem parlat. Descriu aquesta violència així: «es tracta d'una violència que es dirigeix sobre les dones pel fet mateix de ser-ho, pel fet de ser considerades, pels seus agressors, mancades dels drets mínims de llibertat, respecte i capacitat de decisió». El problema d'aquesta llei és que només considera la violència exercida en el marc de la parella o exparella i deixa fora gairebé tots els àmbits i formes que hem exposat abans. La llei és antiga i cal revisar-la, és per això que el 2018 es va proposar una reforma que n'ampliés tant els àmbits com les formes i s'adeqüés a l'anàlisi i les dades de què disposem actualment.

Malgrat tot, és una llei a la qual li devem molt. Es diu que va sorgir per honrar la memòria de tantes dones maltractades i assassinades en mans dels seus companys en l'absolut

silenci i complicitat de la societat sencera. Es diu també que l'espurna que va prendre la flama va ser el terrible cas d'Ana Orantes. Ana Orantes va aparèixer al programa de Canal Sur *De tarde en tarde* el desembre de 1997 i va relatar tota la violència que patia des de feia més de quaranta anys per part del seu marit. Va relatar la violència física, psicològica, sexual, econòmica i també la que patien els seus fills i filles. L'entrevista va causar un gran rebombori social. Al cap de dues setmanes José Parejo, en aquells moments ja exmarit d'Ana, la va assassinar cremant-la viva davant d'un dels seus fills. Aquest fet va accelerar un procés que feia temps que caminava, però sobretot va obrir els ulls i la consciència a una societat adormida i cega, fins llavors, davant d'aquesta violència que l'ONU ja qualifica de pandèmia mundial.

LLEI 17/2020, DEL 22 DE DESEMBRE, DE MODIFICACIÓ DE LA LLEI 5/2008, DEL DRET DE LES DONES A ERRADICAR LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

Aquesta és la Llei catalana, té un abast autonòmic i, per tant, té menys rellevància que la Llei estatal. La primera versió va aparèixer el 2008 i ja aportava nous àmbits respecte a la Llei estatal. És una Llei en què es va treballar especialment

per incloure altres formes de violències i ampliar la mirada cap a les dones que la patien, intentant prioritzar les joves, les quals, pels tipus de relacions que establien, no entraven en la definició de parella que donava l'Estat. El 2020 es va treballar des de col·lectius de dones juristes i la societat civil en general de la mà de l'administració per renovar-la. Podríem dir que ara mateix gaudim d'una llei alineada amb les últimes anàlisis i dades de què disposem. Els seus àmbits i formes són els esmentats en l'apartat anterior. Si vols saber-ne més pots consultar el web de la Generalitat.²

2 Pots trobar la Llei completa aquí: <https://portaljuridic.gencat.cat/ca/document-del-pjur/?documentId=889760>

LLEI 11/2014 PER A GARANTIR ELS DRETS DE LESBIANES, GAIS, BISEXUALS, TRANSGÈNERES I INTERSEXUALS I PER A ERRADICAR L'HOMOFÒBIA, LA BIFÒBIA I LA TRANSFÒBIA

I, finalment, el 2014, apareix una llei específica per erradicar la LGTBIfòbia, fins llavors emmarcada en l'article 510 del Codi Penal sobre delictes d'odi. «L'objectiu d'aquesta llei és desenvolupar i garantir els drets de lesbianes, gais, bisexuals, transgènere i intersexuals (LGBTI+) i evitar-los situacions de discriminació i violència, per a assegurar que a Catalunya es pugui viure la diversitat sexual i afectiva en plena llibertat. La llei recull la demanda històrica del ric teixit associatiu que ha liderat durant dècades la reivindicació dels drets de lesbianes, gais, bisexuals, transgènere i intersexuals, que han assolit en els darrers anys un reconeixement social i polític que se'ls havia negat, però que encara és lluny de la plena normalització».³ Amb aquesta llei s'aconsegueix donar una visibilitat específica alhora que es recull el paradigma de les violències masclistes de què

parlem en aquesta guia. Tant les violències masclistes com la LGTBIfòbia tenen les arrels en el sistema de gènere que tant de patiment causa a les persones.

3 Pots trobar la llei completa aquí: https://www.sindic.cat/site/files/302/llei_11_2014_LGTBI.pdf

UNA HISTÒRIA QUOTIDIANA

Guia per entendre les violències masclistes i actuar



UNA HISTÒRIA QUOTIDIANA

Ara coneixerem la història de la Laura i l'Oriol, del Rashid, la Rosa Maria, el Jan, la Melany, l'Aisha i Jess, de la Sandra i del David. Històries quotidianes de persones corrents que s'enfronten a la realitat de la violència masclista, que ens ajudaran a empatitzar i veure la violència des de diferents punts de vista. A través d'aquests personatges serà més fàcil fer-nos una idea de com funciona la violència masclista dins la parella, entendrem qüestions bàsiques com el cicle de la violència, l'iceberg, els mites i falses creences que s'hi associen... Tot d'eines que, no només ens serviran per acompanyar persones properes que puguin estar patint violència masclista, sinó que ens donaran un marc de comprensió per poder fer-hi front i posar el nostre granet de sorra per viure lliures de violències. **Perquè la seva història és també la nostra història.**

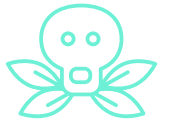
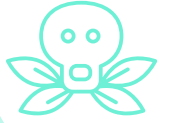
Els successos i personatges retratats en aquesta guia són completament ficticis. Qualsevol semblança amb persones reals o amb fets reals és pura coincidència.

CAPÍTOL



1

La Laura i l'Oriol



La Laura i l'Oriol caminen per la plaça Pau Casals, venen d'una reunió de l'AFA de l'escola Monsenyor Gibert, l'escola on han apuntat el Nil per primer any. La Laura ha aconseguit per fi que l'Oriol hi vagi, ni que sigui a una! Abans de tenir el Nil parlaven molt de la importància d'implicar-se junts en aquests temes, però a mesura que ha passat el temps, l'Oriol se n'ha anat desmarcant: entre la feina, les seves coses i el seu mal humor, sembla que la família ha quedat enrere.

El seu mal humor... quasi hauria preferit que no vingués a la reunió. Des que va llegir aquell missatge al mòbil, ja fa tres dies que no li dirigeix la paraula. La Laura odia que li faci això, se li posen els pèls de punta, el veu allà al sofà amb aquella mirada freda com el gel que se li clava molt endins. A més, sempre sap que després vindrà una

esbroncada gegant, i ja hi tornarem a ser. Això sí, a la reunió ningú no ha notat res, ben bé que semblen la família perfecta, com diu tothom: «Joves, guapos i enamorats, el poble n'hauria d'anar ple, de gent com vosaltres!». Si sabessin...

Que quin missatge va llegir? Doncs un malentès d'aquests en què l'Oriol es queda enganxat. Si no li agafés el mòbil quan li rota, això no passaria... Encara que fa temps que la Laura va abandonar aquesta lluita: que agafi el mòbil quan vulgui, si s'ha de quedar més tranquil. Total, que va i llegeix un missatge del Martí, un company de la feina, que li feia bromes sobre escapar-se junts algun dia a un país llunyà. Però ho deia per l'estrès que tenen a la feina, no hi havia cap mena de segones intencions! Ja és mala sort. I des de llavors la cosa sembla que explota-

rà d'un moment a l'altre. Encara que no sempre és així: quan estan bé, que bé que estan! Sembla un altre, aquell home atractiu i segur de si mateix, que l'estima a ella i estima el Nil, divertit i amorós... Ja fa temps, però, que la seva no és una història de fades i prínceps de somni. L'Oriol a vegades es transforma, aquesta part seva que intuïa quan sortien, cada vegada està més present. La insulta, la humilia, deixa de parlar-li, li fa retrets sense parar, no l'ajuda gens a casa i quasi no es fa càrrec del Nil, i aquest mal humor seu, cada dia fa més por, fins i tot trenca coses, quan es posa pitjor.

La Laura ha estat tota la setmana intentant fer-lo content. Potser ara, després de la reunió, on se'l veia força bé, és bon moment per parlar, tot passejant:

— Vinga, amor, vols dir que no podem fer les paus? Ja t'he dit que he bloquejat el Martí i no ens tornarem a escriure... Tot i que va ser una broma innocent, de debò!

— Broma? —diu l'Oriol a punt del crít—. Et sembla normal fer aquestes «bromes»? A més, a mi què m'importa que el bloquejis si després a la feina no pares de fer la puteta quan no et veig?

Ha anat apujant el to i ja hi ha gent al carrer que s'ha girat per mirar-los. La cara de la Laura s'encén de vergonya, intenta calmar-lo, però també s'enfada. Comencen els retrets de sempre: «estàs paranoic», «el teu mal humor», diu ella... «No puc confiar en tu, ja ho diu ma mare que no em portes res de bo», segueix ell. De cop, l'Oriol s'atura en sec i fa un crít: «Em tens fins als

collons!»). La Laura li demana que si us plau abaixi el to, que els està sentint tothom. Se li acosta a la cara i en un crit li etziba:

— Que em sentin! Així tothom sabrà que ets una mala puta!

La Laura es queda paralitzada mentre l'Oriol marxa pel carrer. Només al cap d'uns minuts s'adona que el Nil, agafet de la mà, fa molta estona que plora al seu costat. S'ajup, abraça el seu fill i comença a plorar ella també. Treu el telèfon, truca a la Sandra.

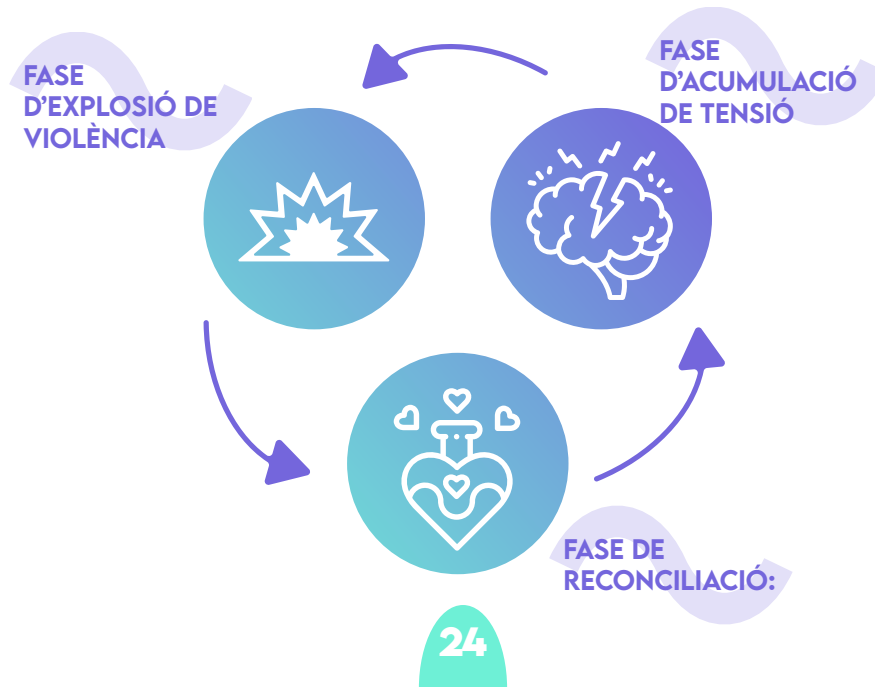
— No puc continuar així, necessito ajuda.

EL CICLE DE LA VIOLÈNCIA

La Laura i l'Oriol estan en una relació de violència a la parella. Segurament, has sentit aquest concepte alguna vegada, potser has sentit que s'anomena també relació abusiva o relació tòxica. Se'n diu així perquè l'àmbit en què succeeix és la parella. Pot ser que tingui alguna de les manifestacions (violència psicològica, econòmica, física...),

totes, o que se'n vagin afegint de noves amb el pas del temps (passar de la violència psicològica a la física, etc.).

Les relacions abusives compleixen un patró anomenat **EL CICLE DE LA VIOLÈNCIA**. És una mena d'espiral que té tres fases que es van repetint amb el temps.





FASE D'ACUMULACIÓ DE TENSIÓ

En aquesta fase es comencen a acumular tensions, petits conflictes cada cop més freqüents: gelosies d'alguna mena, sospites, la casa no està recollida com caldria, el vestit no era l'adequat... La tensió és reconeixible i genera por i neguit, la víctima sol intentar complaure l'agressor per evitar que la tensió augmenti. En el cas de la nostra història la fase de tensió comença quan l'Oriol agafa el mòbil de la Laura i llegeix el missatge del seu company de feina. Com una olla exprés que no treus del foc, el següent pas és l'esperat.



FASE D'EXPLOSIÓ DE VIOLÈNCIA

En aquesta fase la tensió culmina amb un episodi de violència. Aquest episodi pot prendre formes diferents: crits, cops, amenaces, agressions verbals o sexuals, etc. L'agressor fa una mostra de violència i pèrdua de control per tal d'atemorir a la víctima. L'episodi de violència del nostre cas és una escridassada amb insults en públic, la qual cosa genera atemoriment, però també humiliació pública: «Així tot-hom sabrà que ets una puta!».



FASE DE RECONCILIACIÓ

Aquesta fase, també anomenada lluna de mel, es caracteritza per un penediment per part de l'agressor. Dona pas a una manipulació afectiva en què l'agressor inicia conductes compensatòries i fa promeses de canvi. En aquesta fase operen els mites de l'amor romàntic de forma molt profunda i el projecte vital que es comparteix amb aquesta persona es posa en joc. Si hi ha fills pel mig, s'intensifica molt més amb la falsa creença que una ruptura és pitjor per als fills. **Cal tenir molt en compte que, en un ambient de violència masculista, les criatures també en són víctimes.**

Aquest cicle s'accelera i s'intensifica, la violència escala i cada cop és més greu. Això ens ajuda a entendre que la violència gairebé mai comença amb una intensitat alta, sinó que són portes que es van obrint a poc a poc i són molt difícils de tancar. Comencem amb un menyspreu, una pèrdua de nervis, una resposta fora de to fins a arribar als crits i els cops, mentre va augmentant la intensitat i gravetat de la situació. A mesura que es repeteix el cicle es produeixen en la dona sentiments d'inseguretat, baixa autoestima, confusió i culpa, cosa que la sotmet més a l'agressor.



A TENIR EN COMPTE

Si entenem aquest cicle, ens serà més fàcil acompanyar les persones que l'estan patint. Normalment, les dones demanen ajuda just després de l'explosió de violència, és el moment en què solen tenir clar que no poden continuar en aquesta situació i arriben a trencar la relació. Tanmateix, en la fase de reconciliació és possible que tornin amb l'agressor. Això ens confon molt si no coneixem el cicle de la violència. En canvi, si tenim clar com funciona, llavors hem de saber que es tracta del millor moment per ajudar. Podem pensar conjuntament quins aspectes de la relació han de canviar, marcar noves línies vermelles, mostrar tot el suport i donar recursos si la violència torna, etc. (Veuràs més *tips* per fer-li costat a ella i també acompanyar-lo a ell en els següents capítols).

CAPÍTOL



La Rosa Maria



CAPÍTOL 2: LA ROSA MARIA

Se senten crits a la plaça, la Rosa Maria surt de la botiga que regenta a veure què passa. No s'ho pot creure, altre cop el fill de la Pilar amb la seva dona han esclatat a crits. Quina vergonya, si els està veient tothom, quan la Pilar se n'assabenti li caurà l'ànima als peus. Ara bé, no serà pas ella qui l'hi digui, aquestes coses com menys se sàpiguen millor, i aquesta dona ja ha patit prou des que l'Oriol es va casar. Ja se sap, és qüestió de sort: hi ha matrimonis que funcionen i d'altres que no hi ha manera. Tot i que avui dia els joves ja se separen, no és com abans, ara ja no aguanten massa,

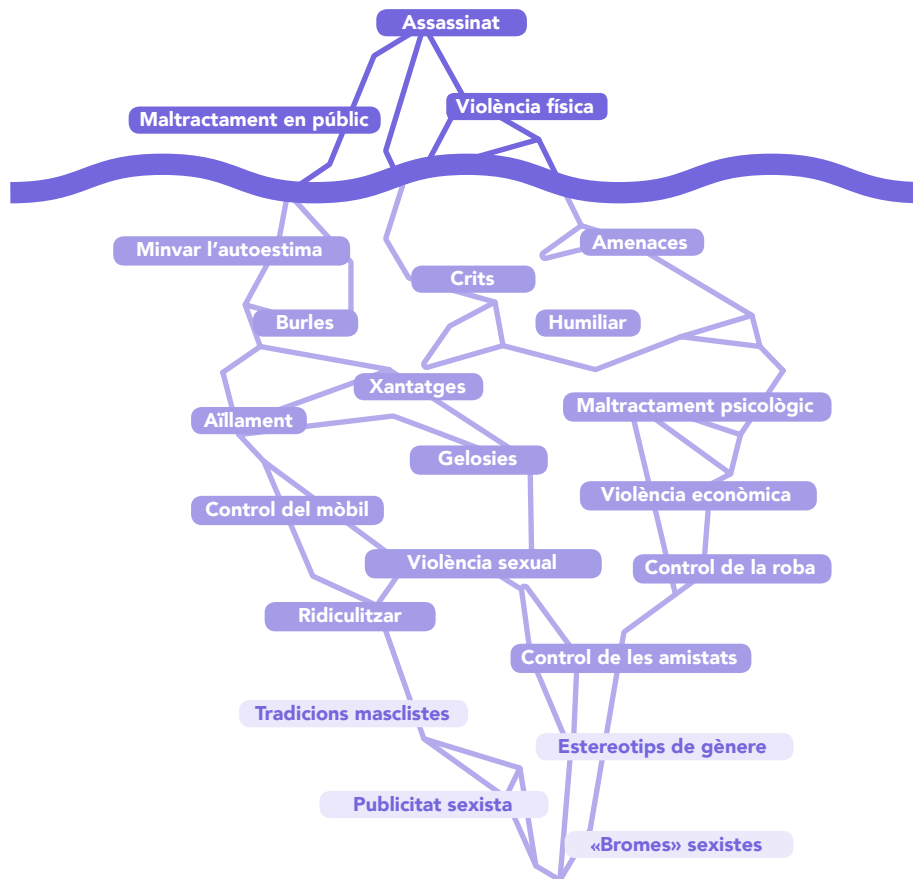
ara miren per ells i qui paga els plats trencats són els pobres fills, que creixen sense pare a casa i això no està bé. Ai, però sí que crida aquest nano, i amb la criatura al costat, quin disgust.

La Rosa Maria surt de la botiga, no sap què ha de fer, si sortir i aturar l'escena, o si amagar-se dins, no sap què serà pitjor. Només pot pensar en la Pilar, que mira que la Pilar és de parlar poc de les intimitats, és tota una senyora. Mira que n'ha de ser, de greu, tot plegat que l'altre dia quasi se li escapaven les llàgrimes. «Quina desgràcia de dona que s'ha buscat l'Oriol, el fa posar d'unes maneres que no el reconec», deia la Pi-

lar, «mira que ben plantat com és, amb tota l'educació que li hem donat, hauria pogut trobar qualsevol bona noia del poble i ha hagut de buscar-se una noia així, de pares separats, que ja se sap com puguen». Es veu que la Pilar només coneix la mare del dia del casament, que el pare ni va venir, que es veu que no és català i no es parlen. Com es pot criar un fill en aquestes circumstàncies? Ara la noia està plorant, mare de Déu, i el nen fa estona que plora, angelet meu. Què deu passar perquè s'arribi a aquestes situacions? Tan bon noi que és l'Oriol! La Rosa Maria se'n fa creus...

EL QUE LA BOTIGUERA NO VEU: L'ICEBERG DE LES VIOLÈNCIES

Situacions com la de la història són més habituals del que pensem, explosions de violència al carrer, un crit, un insult, una esbroncada que puja molt de to, una empenya o, fins i tot, una bufetada. Ara bé, la violència masclista a la parella és una violència que succeeix, sobretot, en l'àmbit íntim i privat, per això, en general, ens costa tant de creure. Apareix un titular a premsa sobre un feminicidi i les persones del voltant només poden pensar: «No m'ho explico, se'l veia tan bon noi...». La Rosa Maria, però, no sap el que passa en aquesta relació ni coneix el cicle de la violència. La Rosa Maria només té el relat de la mare de l'Oriol i el que ella veu, però hi ha moltes coses que no veu. Per explicar aquest fenomen parlem del model de **L'ICEBERG DE LES VIOLÈNCIES**.



Hi ha manifestacions de la violència masclista que estan naturalitzades: Les «bromes» sexistes, la publicitat sexista, els estereotips de gènere... són la base d'aquest iceberg. I després hi ha aquelles violències que la societat no veu, però sense les quals la violència física i visible no podria existir. El maltractament psicològic, econòmic, sexual, les humiliacions, la ridiculització, minvar l'autoestima, controlar —sota un pretext de gelosies— el mòbil, la roba, les amistats... Són violències que no es veuen, que no són públiques, per això són tan difícils d'assenyalar i visibilitzar. La Rosa Maria no veu la violència invisibilitzada i, per tant, no sap reconèixer el que realment està passant.

Què podria fer la Rosa Maria? Davant una situació així hem d'entendre que hi ha molta més violència de la que hem vist. És a dir, per ajudar la Laura i el Nil, però també l'Oriol, hem de tenir clar que darrere d'aquesta discussió al carrer s'hi amaga més violència. La violència s'ha d'aturar, cal demanar-li a la Laura si necessita ajuda, en el mateix moment i, si la violència no s'atura, trucar als telèfons d'emergència que trobaràs al final de la guia. La Rosa Maria, com a amiga de la família, també pot acompanyar la Pilar perquè entengui que el seu fill té un problema i necessita ajuda. Es pot

ser «un bon noi» i estar exercint violència. **Els homes que exerceixen violència necessiten que el seu entorn es posicioni en contra d'aquests comportaments, negar-los o silenciar-los no els fa cap favor.**

CAPÍTOL



3

El Rashid



CAPÍTOL 3: EL RASHID

El Rashid està xerrant amb el seu cosí a casa. Està força amoïnat perquè l'Ahmed no troba feina. No hi ha manera, fa més de sis mesos que està a casa i no aconsegueix una feina que l'ajudi a tirar endavant. De fet, ja fa temps que se n'adonen, ell i la seva dona, la Halima: des que l'Ahmed s'està a casa les coses s'han enrarit un altre cop. Els veïns el miren malament, amb desconfiança, com si fos un delinqüent, fins i tot un dia el va parar la policia a Manresa, davant de tothom, ell, que no havia fet res més que estar assegut al banc.

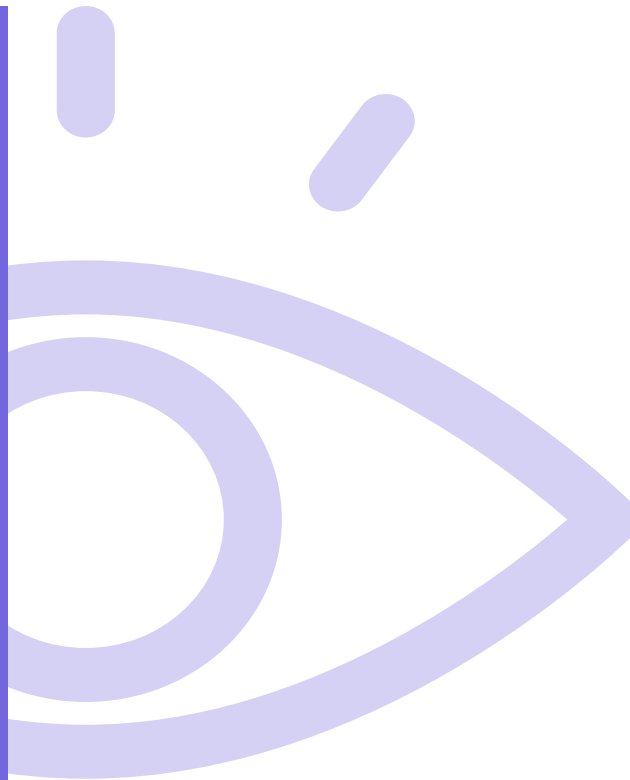
Tot torna a ser una mica com el malson del principi, com tornar a començar, quan van arribar fa deu anys del Marroc, amb l'Aisha que encara era petita i la Laila que no havia ni nascut. Ho van passar realment malament, no només

per les dificultats de començar de zero en un lloc desconegut, ni tampoc per deixar enrere tot el que estimaven... Com plorava la Halima, al principi, encara la descobreix de tant en tant amb la mirada perduda i sap que enyora enormement la vida que tenien allà. Això no va ser el pitjor, però. El que no s'esperaven va ser l'acollida que van rebre. Les mirades, els rumors, els judicis... Que potser pensaven que no es notava? O potser tant els feia. Es reien de l'Aisha a l'escola, perquè no parlava encara el català, per la seva roba, pel seu menjar... «Torna-te'n al teu país», li cridaven al pati. A l'escola no hi feien gaire, si haguessin canviat de roba, de costums, si s'integressin, els deien... com si no haguessin fet prou ja. Van haver d'aguantar molt, primer les mirades, després les preguntes impertinents, a la Halima que si era el marit que l'obligava a portar el hijab, que si no la deixava

treballar fora de casa, com si fos culpa seva que ningú li volgués donar feina! I al Rashid amb el tema de l'alcohol, que quin tipus de religió opressora li negava el vi i el pernil, que si no seria un integrista...

Per sort, les coses van anar canviant a poc a poc, i van sentir, amb els anys, que vivien en un lloc del qual ja podien dir-ne llar. Algunes persones van ajudar-los molt. La Laura, la veïna, en va ser una. Aquesta pobra noia té un marit que no la mereix, l'escriu i la maltracta. Ells ho saben millor que ningú, perquè senten els crits, els plors, les coses trencades... Tothom mira cap a una altra banda, ningú s'hi vol ficar. Fins ara ells també han tingut por d'intervenir, tot i que la Halima hi parla molt, amb la Laura, ja li diu que no té per què aguantar això, que vagi a casa d'ells sempre que ho necessiti, que hi porti al Nil, que

només té dos anys menys que la Laila. Però avui és diferent: avui el Rashid està empenyat, per l'Ahmed, per la Laura i per la seva història. Està enfadat de viure en un lloc on hi ha tant de silenci, on tothom veu el patiment però a l'hora de la veritat, ningú et dona un cop de mà. El Rashid surt al balcó quan sent els crits al carrer, veu a la Laura plorant i aquest cop no dubta ni un segon a baixar. Avui farà alguna cosa, avui la Laura ja no estarà sola.



ELS MITES DE LA VIOLÈNCIA

El Rashid i la seva família han estat patint racisme i islamofòbia⁴ des que van arribar a Catalunya. Aquesta situació, malauradament, és massa habitual. El racisme és una assignatura pendent de la nostra societat i urgeixen unes ulleres antiracistes quan ens posem a parlar de violències masclistes. Malgrat que aquesta guia no treballa el racisme de forma directa, sí que vol alertar sobre discursos que —sota el pretext de defensar els drets de les dones— carreguen contra altres cultures, sense

4 La islamofòbia és una forma de rebuig, aversió i hostilitat cap a l'islam i tot el que hi està relacionat i cap als musulmans que, en determinades circumstàncies, pot combinar-se amb formes d'intolerància religiosa, de racisme, de xenofòbia... Es manifesta en forma de prejudicis, discriminacions, ofenses, agressions i violència.

ni tan sols conèixer-les o entendre'n els codis. Sovint s'utilitzen les expressions de masclisme d'altres cultures per desviar l'atenció de les nostres pròpies manifestacions. Agafem, de forma fal·laç, exemples descontextualitzats que mostren un masclisme flagrant fent que, d'aquesta manera, les manifestacions de la pròpia cultura apareguin com un mal menor. De fet, però, és una distorsió de la realitat. Si mai prenem exemples positius de lluita contra les desigualtats d'altres cultures i només en posem de la pròpia, o assenyalem casos extrems de violència en altres cultures sense parlar dels propis, estem construint un relat fals que perpetua altres violències estructurals, especialment el racisme. **Un feminisme mal entès no ajuda a ningú.**

El masclisme, el racisme i altres discriminacions socials es basen en estereotips, prejudicis i falses creences. Són idees generalitzades que s'estenen com una realitat i ens creen imatges distorsionades de com són les persones veritablement. Tenim un munt de falses creences que barregen el masclisme amb altres opressions. Amb la història del Rashid veiem com la violència masclista s'entrecrua amb altres desigualtats socials que generen el que anomenem **els mites de la violència**. Ara veurem quins són els més habituals.

LES DONES QUE PATEIXEN VIOLÈNCIA

Els mites cap a les dones són culpabilitzadors i tendeixen a responsabilitzar-les de la violència que reben.

No veuen ni el cicle de la violència, ni l'escalada, ni l'íceberg, ni el masclisme de base.

Provoquen la violència.

Són unes bledes, la primera vegada ja haurien d'haver deixat la relació.

No diuen la veritat.

No volen deixar la relació i no es deixen ajudar.

Són dependents i submises.

Tenen un baix nivell educatiu.

Són de cultures i religions més masclistes.

Són dones d'altres generacions.

Se situen com a víctimes per treure'n algun benefici.

Maltracten psicològicament els homes.

ELS HOMES QUE EXERCIXEN VIOLÈNCIA

Perden el control amb facilitat, són impulsius.

Són consumidors d'alcohol, cocaïna o qualsevol altre tòxic.

Tenen problemes de salut mental, estan malalts.

Són molt primaris.

Són d'altres procedències i cultures.

No tenen habilitats comunicatives.

No són persones afectuoses.

Tots els homes són violents.

Han tingut una infància difícil.

Són persones amb una alta precarietat econòmica.

Aquests mites tendeixen a exculpar-los i situar el problema en altres circumstàncies. Si un home fos violent per algun d'aquests motius, seria violent amb tot el seu entorn i sense excepcions. En canvi, no maltracta el seu cap ni el cambrer d'un restaurant: maltracta la seva dona. Ni la salut mental, ni la precarietat laboral ni la religió ens tornen persones violentes. El masclisme sí.

Totes les afirmacions anteriors són falses i no estan sustentades en res més que mites que ens confonen i no ens permeten entendre la complexitat del fenomen. De la mateixa manera que sovint no tenim la capacitat com a societat d'identificar moltes agressions quotidianes, tampoc arribem a reconèixer víctimes i agressors quan trenquen amb l'estereotip que tenim construït. Diversos estudis¹ demostren que la violència és transversal a la classe social, a la religió, cultura, nivell educatiu i edat de les persones, inclús a les seves vivències. El masclisme és en les arrels profundes de la nostra cultura, per tant, totes les persones som susceptibles de patir-lo o exercir-lo. **Els mites són perillosos perquè**

no ens permeten reconèixer la violència quan l'encarna algú que trenca aquests estereotips, com seria el cas de l'Oriol i la Laura.

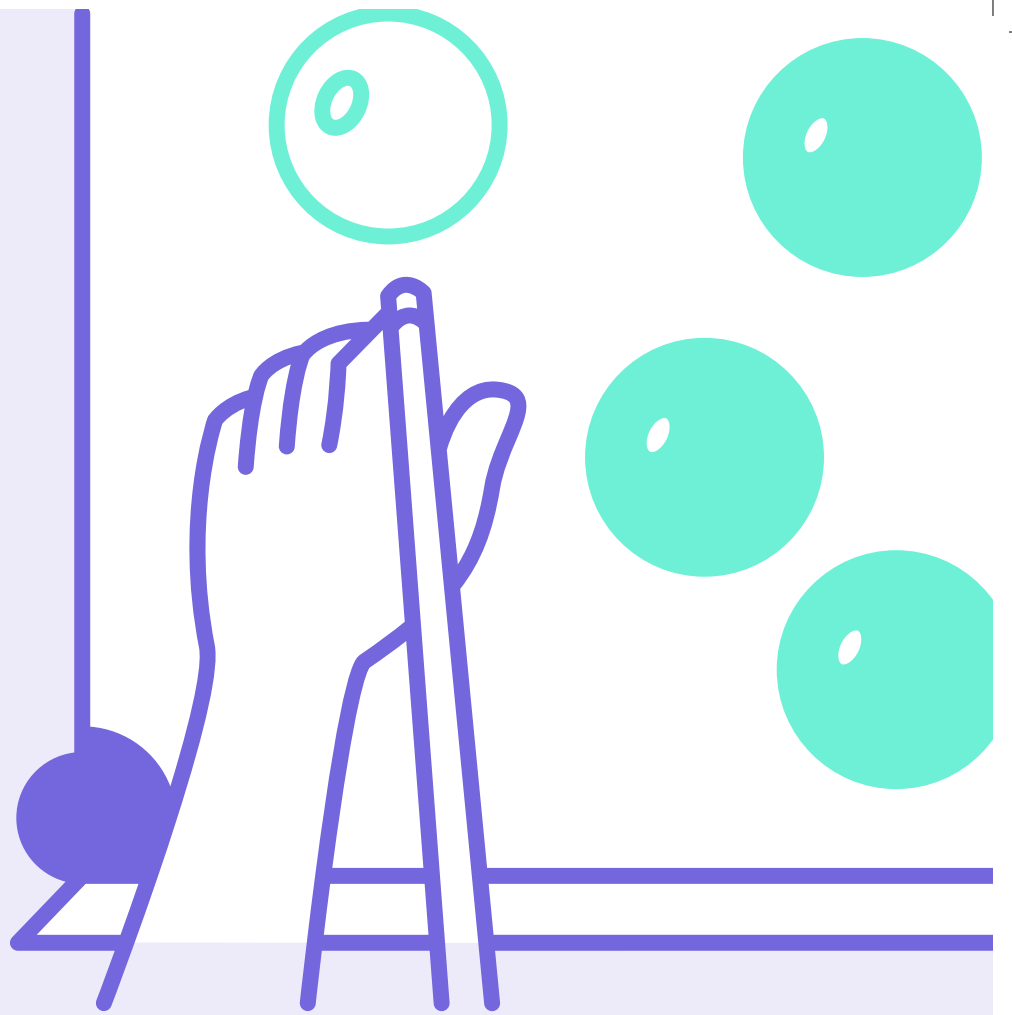
1 Pots consultar el web de la Delegació del Govern: <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/home.htm>

CAPÍTOL



4

El Jan, la Melany, l'Aisha i Jess



CAPÍTOL 4. EL JAN, LA MELANY, L'AISHA I JESS

Al sortir de classe el Jan, la Melany, l'Aisha i Jess han anat a fer un tomb i a passar la tarda al Nexe, ara que ja tenen l'espai nou, hi ha més lloc per gaudir de la tarda. Hi poden anar per jugar al billar. Tot i que no són gaire bons, els hi encanta jugar mentre, de fons, sona la música que trien a l'ordinador. Només tenen dos problemes. El primer és que les dinamitzadores només els deixen jugar una hora, que amb això no en tenen ni per començar. I el segon, el pal màxim, és el que ells anomenen els «matxis»: un grupet de nois que van del pal, que juguen tota la tarda al futbolí, fumen, van de guais fent-se els «matxis» i aclaparen tot l'espai. Un cop, Jess va entrar a jugar sense la resta i va rebre una d'insults que t'hi cagues. Quan hi són ells, les noies ni entren,

perquè les insulten a saco. Encara que Jess no és una noia... però què n'han de saber, ells, d'identitats no binàries, si quan venen a fer tallers a l'insti no paren de donar la nota i empipar. El pitjor de tot és que, després, van de víctimes, que si el feminisme és una secta, que si no paren de dir que són tots uns violadors... Quins flipats! Ningú els hi ha dit això mai! No han sortit de la boca de ningú, aquestes paraules! Només per demanar-los que no xutin fort la pilota ja et diuen «feminazi». Això sí, no els hi diguis «matxis», que t'esperen a la sortida de l'insti!

Jess és qui s'emporta la pitjor part: va patir bullying quan anaven al col·le, tothom li deia «marimacho» i se'n fotien d'elli. A sobre era l'única persona xinesa del col·le. Sempre pillaven elli i l'Aisha, que li deien que se'n tornés al seu país. Sort que quan van passar

a l'institut van conèixer més gent, perquè fins llavors el seu únic amic era el Jan. El Jan, tot i que té ploma, aconsegueix esquivar els «matxis», perquè és bo al bàsquet. Quan explica les anècdotes del vestuari de tios... quin fàstic! Tot el dia estan amb el porno, dient guarrades supermasclistes, el pobre Jan no gosa dir res, diguem-ne que no li convé gaire jugar amb la seva sort. Li cau la cara de vergonya, i sap que no és l'únic, però mai s'ha atrevit a parlar amb els altres nois que sempre veu incòmodes. Al bàsquet tothom fingeix, no saps en qui pots confiar. Jess sempre li aconsella que agunti, que ell és bo al bàsquet i no ha de deixar d'anar-hi. Sap que tots li diuen marica a l'esquena, però se li'n fot. No creu que sigui gai, li agrada molt l'Aisha des de sempre, però no li importa que es pensin que ho és: el Jan sap de sobres que ser gai no és cap vergonya.

I la sort màxima va ser l'arribada de la Melany! Des de segon d'ESO que ja van tenir un *crush* els quatre. La Melany és la canya, va venir de Colòmbia fa dos anys i ja són inseparables! Ella balla superbé, és la *queen* del *twerk*, que tothom molt criticar, tot i que s'ha de ser molt *crack* per ballar *twerk*! Però és clar, tothom diu que és una guarrera, per com es mou, com es vesteix... El pitjor, com ja us imagineu, són els «matxis», encara que per a la Melany el pitjor són els profes. Des que va arribar, li retreuen com es vesteix i com balla, sobretot un profe bavós que no para de mirar-la i renyar-la per tot. Tothom diu que té l'autoestima baixa i que un dia li faran mal. Però sabeu què? A la Melany li importa un rave, ella és una *crack*. La seva mare i la seva germana gran li fan molt de costat, i els seus tres amics també. Ben bé que són els *frikis* de l'institut... i els hi encanta!

Quan van amb els monopatins per la plaça, de cop veuen una de les dinamitzadores discutir-se amb un home, deu ser el seu marit, també van amb un nen petit. S'aturen a certa distància, no volen que la Laura els vegi, els hi fa vergonya que se senti malament.

—Ostres quin pal, és la Laura, oi? — diu Jess.

—Sí, sí, és ella total —fa l'Aisha.

—Mira, és com el taller de l'altre dia, clarament és una relació tòxica —segueix la Melany—, han de tallar. Com diu el vídeo: «si em crides... malament!».

—Ja, Melany, però no és tan fàcil saps? Estan en allò de l'espiral, com era?

—Es deia el cicle de la violència —diu de cop el Jan molt seriós, s'ha quedat blanc, com bloquejat.

—Ei, tio, estàs bé? —li pregunten. Amb l'escena davant i veient la cara del seu amic se'ls hi han passat les ganes de xafardejar.

—No —diu el Jan—, fotem el camp, aquest paio és un súper «matxi».

Marxen amb els monopatins, amb una sensació molt desagradable al cos, especialment el Jan, que no pot parar de pensar en la seva germana gran.

ELS JOVES I LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

Quan pensem en adolescència i violències masclistes tendim a creure que el jovent reproduceix més el masclisme, sense aturar-nos a pensar d'on treu els missatges que reproduceix o si tots els i les joves els reproduïxen per igual. Molts cops identifiquem com a masclisme gustos i maneres de fer que, simplement, han patit un canvi generacional. Altres vegades és cert que reproduïxen masclisme, llavors ens caldrà reflexionar sobre quin acompanyament hem dut a terme fins ara, si és que n'hem fet cap, perquè reproduïxin uns determinats valors i no uns altres. Si bé és veritat que les persones adolescents necessiten un acompanyament madur i responsable per part del món adult, això no implica que siguin més masclistes, tal com ho entenem avui dia.. **Ser adult no implica tenir més eines que la gent jove a l'hora d'identificar les violències masclistes. No és l'edat allò que ens proporciona coneixement sobre les violències, sinó el treball personal que hàgim fet respecte al masclisme i la seva manera de manifestar-se.** És molt probable que el Jan, que té una germana en una situació similar a la de la Laura, estigui més preparat per identificar el masclis-

me i tingui més recursos que no pas una persona adulta que mai ha fet una reflexió sobre aquest tema. Preguntar-los i comptar amb la seva mirada és imprescindible a l'hora de tractar aquestes qüestions amb adolescents.

El Jan, la Melany, l'Aisha i Jess són, a més, joves que surten dels mandats i els estereotips de gènere. Si el masclisme perdura no és perquè el jovent sigui més masclista que nosaltres, és perquè els mandats i estereotips de com han de ser homes i dones han canviat ben poc. Evidentment, els mandats no impliquen un compliment absolut per part dels individus, els joves en reproduïran alguns, tots o cap segons el context i els estímuls que rebin al llarg de la vida, els referents adults que tinguin al seu entorn, els discursos crítics propis que desenvolupin, els grups d'amistats que construeixin, etc. Afortunadament, estem observant un gran canvi social en els últims anys en aquest àmbit, arreu trobem grups de noies als instituts plantant cara a agressions que tenim normalitzades: «no, no és normal que els nois parlin més a classe, que es burlin del nostre cos, que ridiculitzin els nostres gustos, que ens facin comentaris sexuals dia sí,

dia també. Tampoc és normal que el professor ens miri més estona i més intensament del que és còmode, ni que faci bromes sexistes a classe, ni que se'ns controli a nosaltres la forma de vestir i no es controli la forma de mirar». Noies que trenquen l'estereotip de víctima, que volen empoderar-se en la seva sexualitat, que la volen experimentar i viure lliurement i sense tabús, com la Melany. Però no només! També hi ha nois que, cada cop més, rebutgen aquests models anquilosats de masculinitat, que no tenen por a mirar les seves amigues i companyes com a iguals per aprendre'n i fer camí compartit, com el Jan. D'altra banda, no podem passar per alt la quantitat valenta de joves que surten de l'armari als instituts malgrat la LGTBfòbia encara present, que trenquen la norma heterosexual i tota la violència que de partida comporta, com Jess. I també els nois i noies que han hagut de migrar, i carreguen a l'esquena tot el pes de la nostra ignorància, com l'Aisha. Molta gent jove té clar que vol canviar el món en què viu i la nostra tasca és poder acompanyar aquest canvi.



CAPÍTOL



5

La Sandra



CAPÍTOL 5: LA SANDRA

—No puc continuar així, necessito ajuda.

La frase de la Laura encara li ressona al cap. Acaben de penjar el telèfon i la Sandra s'està vestint per baixar a buscar la Laura i el Nil corrents. Altre cop corrents. Té la sensació que des de fa un temps no fa més que córrer per la Laura. A la feina estan ben preocupades, però ningú no sap què fer. La Sandra és amb qui són amigues de debò, i ella sempre li diu que ho deixin amb l'Oriol, que no estan bé, que no és normal com la tracta. I la Laura per uns moments ho veu, n'és conscient, però sempre acaba perdonant-lo i no pren la decisió de separar-se.

Al principi la Sandra es frustrava moltíssim: «com pot ser que segueixi en aquesta relació?, no ho sé, és una dona culta, amb recursos, jove...». Ella s'ima-

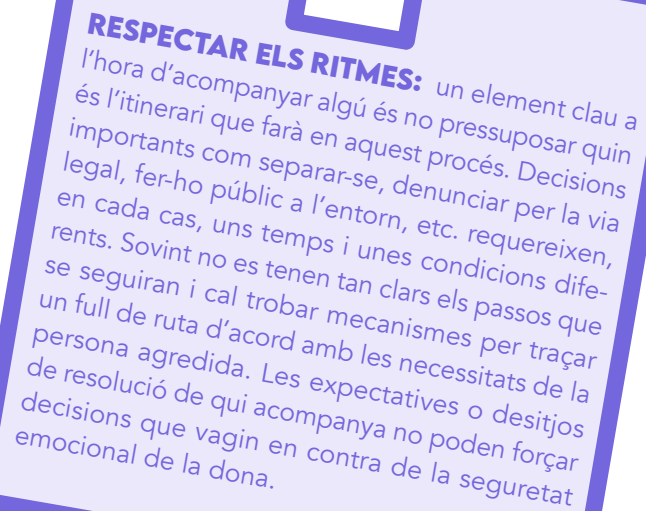
ginava que aquestes coses només els passaven a un cert perfil de persones, la veritat, dones d'una classe social més baixa o dones d'altres cultures, tenia força mites al cap, la Sandra. Sap de sobres que la violència mai és culpa de les dones, tot i que potser sí que és culpa de la Laura no sortir de la situació, no? Quan l'any passat amb el grup de dones del poble van fer una formació pel 25 de novembre, la Sandra va lligar caps. Es va penedir de cada vegada que s'havia enfadat amb la Laura per perdonar l'Oriol, per posar el nen en risc. Ara sap que li ha de donar suport incondicional, encara que a vegades se li faci difícil. Escoltar és sempre el primer pas, donar-li la seguretat que ella sempre estarà al seu costat, triï el que triï. Que si vol deixar la relació, ella li donarà suport, l'acollirà a casa seva el temps que faci falta, a ella i al Nil, per descomptat. Sap que a la Laura el que li fa més por de tot de separar-se és que li

prenguin el Nil, que l'Oriol ja s'encarrega de deixar-l'hi ben clar, ell i, sobretot, la seva sogra. I si la Laura decideix donar-li una altra oportunitat, la Sandra sap que no s'ha d'enfadar, si no es tancarà i ja no li explicarà res, per por al seu judici, per vergonya, i sobretot per la gran culpa que sent la Laura pel que li està passant. Quina tristor... que a sobre se'n senti culpable ella, de les burrades que fa el seu marit.


La Sandra va anar al SIAD, a Manresa, després d'aquella formació. Quan els va explicar la història de la seva amiga, la van ajudar molt i li van fer saber que podien acompanyar la Laura perquè, a poc a poc trobés les forces per sortir d'aquesta situació. Li van dir que no estava sola, que estaven amb ella. I amb aquesta energia és com avui arribarà a recollir-la de la plaça.

COM ACOMPANYEM UNA DONA QUE PATEIX VIOLÈNCIA?

El paper de la Sandra no és gens fàcil. Quan algú que ens estíem està en el cicle de la violència patim molt per aquesta persona i per la frustració que genera no saber ajudar-la. La violència psicològica i l'aïllament fan que a les dones que es troben en aquesta situació els resulti molt difícil sortir-ne. La culpa i la vergonya pel fet que una cosa així els pugui estar passant a elles fan que caiguin en el silenci. Per això és tan important tenir clares algunes consignes ràpides d'acompanyament bàsic, a més de conèixer els recursos existents que trobaràs al final de la guia.



RESPECTAR ELS RITMES: un element clau a l'hora d'acompanyar algú és no pressuposar quin és l'itinerari que farà en aquest procés. Decisions importants com separar-se, denunciar per la via legal, fer-ho públic a l'entorn, etc. requereixen, en cada cas, uns temps i unes condicions diferents. Sovint no es tenen tan clars els passos que se seguiran i cal trobar mecanismes per traçar un full de ruta d'acord amb les necessitats de la persona agredida. Les expectatives o desitjos de resolució de qui acompanya no poden forçar decisions que vagin en contra de la seguretat emocional de la dona.



TRENCAR L'AÏLLAMENT: connectar amb la xarxa de serveis professionals, espais de suport i grups d'amistat. Un procés de recuperació de les violències masclistes pot tenir moltes fases i dimensions i l'acompanyament no ha de recaure en una única persona. Des d'un vincle d'amistat i confiança serà clau tot el suport que puguem aportar, però també és crucial conèixer i posar a l'abast la informació i les referències d'altres recursos professionals o espais de suport i animar a vincular-s'hi.

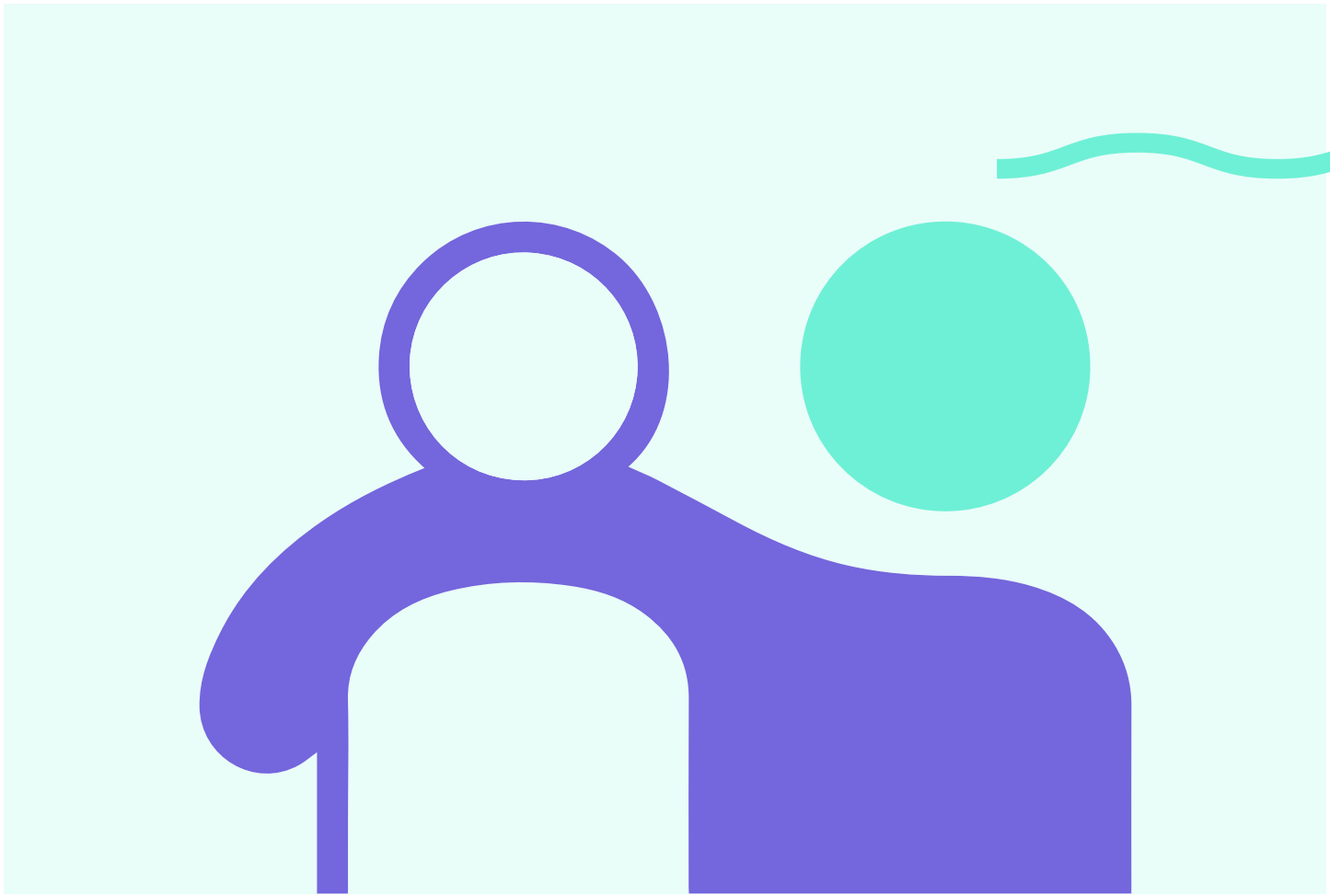
DONAR CREDIBILITAT: no qüestionar la vivència de la dona agredida i oferir-li una bona escolta respectuosa és un primer pas bàsic a l'hora de donar suport. Per la mateixa dinàmica de la naturalització de les violències masclistes i la culpabilització cap a les dones, és probable que el relat no sigui sempre del tot clar o coherent. No per això hem de deixar de validar-lo ni hem de jutjar la dona. Justament el nostre suport (jo sí que et crec!) contrarestarà la manca de credibilitat generalitzada socialment i contribuirà a la confiança en si mateixa.

TENIR CURA DE L'ENTORN QUE ACOMPANYA: implicar-se en el suport d'una situació de violència té un impacte també en qui acompanya. Pot ser que ens desgastem, ens frustrem o que no ens sentim reconegudes. Si bé tots aquests sentiments són legítims, tampoc podem responsabilitzar-ne l'agredida. En aquest sentit, les cures són imprescindibles per a l'entorn que acompanya i és necessari trobar estratègies per poder acompanyar de manera honesta i sostenible i no prometre més del que es pot donar.

CAPÍTOL



El David



CAPÍTOL 6: EL DAVID

El David està amoïnat, divendres tenen un sopar, ell i la seva xicota, l'Anna, amb l'Oriol i la Laura però no li ve gens de gust. Últimament, els plans que fan tots quatre són incòmodes, l'Oriol i la Laura no estan bé i sempre hi ha tensió. Al final, quan marxen, el David sempre acaba discutint-se a casa amb l'Anna. L'Oriol està fet un burro, en això l'Anna té raó, i és cert que li parla a la Laura d'unes maneres que a ell tampoc li agraden, però d'aquí a afirmar que és un masclista, com diu l'Anna, doncs potser és fer-ne un gra massa. A més, comença així i en algun moment acaba enfadant-se amb ell i dient-li masclista també, que si l'encobreix, que si tots els tios són iguals... En fi, que quedar amb ells li representa un maldecap que no li ve de gust.

És cert que últimament hi pensa bastant, en la seva relació amb l'Oriol. Malgrat que són amics de l'institut i sempre han tingut molt bon rotllo, s'adona que no comparteixen cap mena d'intimitat. Mai se li ha acudit explicar-li com se sent, i l'Oriol tampoc li ha explicat mai res gaire personal, de fet, fins i tot li costa imaginar-s'ho, li agafa vergonya només de pensar-ho. La seva relació es basa en quedar per fer coses, però mai per parlar, com a molt alguna queixa de la vida de casats i recordar batalletes de quan eren més joves. Ara s'adona que se li fa molt difícil fer-li saber el que no li agrada del seu comportament. I no són poques coses. No li agrada com tracta la Laura, en general mai li ha fet gaire gràcia com parla de les dones, les bromes que fa als vestuaris, els vídeos que envia als grups de whatsapp... Potser hauria d'haver-l'hi dit? Potser ha sigut un covard? Fins ara la seva estratègia

ha estat riure-li les gràcies i mirar cap a una altra banda. Qui sap?, potser l'Anna té raó, ja no estan a l'institut i hauria de dir alguna cosa...

Mentre va rumiant damunt la moto, passa per la plaça i veu, de lluny, la Laura amb el Nil plorant, i l'Oriol que se n'allunya. Merda, què ha passat, ara? Una altra bronca i ara davant de tot-hom? Ara ja sí que no vol anar al sopar! Però la veritat és que, aquest cop, evitar veure'l tampoc el deixarà més tranquil. Sent honest, tota aquesta història li ja li fa massa soroll al cap i no la pot obviar més. Quina culpa en té la criatura, d'aquesta merda de relació...? Realment l'Oriol tracta així de malament la Laura? Què se suposa que ha de fer com a amic seu?

QUÈ FEM AMB ELS AGRESSORS?

El paper del David no és gens fàcil, com a home ha estat socialitzat en uns mandats molt masclistes que l'han fet col·locar-se sempre en una posició de competitivitat entre homes i de superioritat davant les dones. Això li dona uns privilegis inqüestionables, però també fa que es perdi una part importantíssima de les relacions amb un mateix i amb la resta. La vulnerabilitat, la compassió, la tendresa, la fragilitat, la comunicació emocional, l'escolta i l'empatia són valors imprescindibles per desenvolupar-nos de forma integral com a persones. Com que la masculinitat penalitza aquests comportaments, sovint les relacions entre homes són superficials emocionalment i, com li passa al David, davant de situacions de violència masclista, els homes no saben com actuar. Si tens l'oportunitat d'acompanyar un home que està exercint violència masclista és important que tinguis en compte el següent.



TENIR UN POSICIONAMENT EN CONTRA DE LA VIOLÈNCIA MASCLISTA: posicionar-nos fermament en contra de la violència no és trair aquesta persona, és ajudar-la a reconèixer el dany que està causant. Molts cops, les emocions ens confonen, com li pot passar a la mare de l'Oriol, al David i, fins i tot, a la Rosa Maria. Que ens estimem l'agressor no ha de voler dir que l'encobrim, si fem això no l'estem ajudant a fer el canvi que tant necessita.



CULPABILITZAR NO, RESPONSABILITZAR SÍ: com hem dit, el masclisme és la cultura que aprenem, i d'això no en tenim pas la culpa. Ara bé, alerta amb desresponsabilitzar-nos dels nostres actes! No tots els homes decideixen fer ús d'aquesta violència i privilegis, de fet, cada cop més homes són conscients de la injustícia que representa el masclisme i caminen cap a un compromís ferm amb la igualtat. És important que fem responsables els homes agressors de la seva violència: si han decidit exercir-la, també poden decidir no fer-ho.



BUSCAR AJUDA: sortir del cicle de la violència i deixar d'exercir-ne no és tasca fàcil. Suposa una revisió enorme dels propis valors, creences, actituds i emocions. Cal abandonar patrons i costums fermament arrelats i, per tant, implica una renovació molt gran de la persona que ets. Ser un home que exerceix violència amb les seves parelles acaba esdevenint un tret identitari i dona lloc a una gran inseguretats i una baixa autoestima, alhora que aquests sentiments es cobreixen amb deliris de superioritat i fortes dosis de violència. Per tal de canviar tots aquests patrons és imprescindible l'ajuda professional que trobaràs als recursos al final de la guia.



I, EN ÚLTIM LLOC, PENSAR EN LA REPARACIÓ: que els homes es penedeixin de la violència que han exercit no vol dir que estiguin preparats per reparar-la. De fet, el cicle de la violència s'alimenta d'aquestes emocions immediates. Penedir-se'n és habitual, però si no es fa una feina profunda de canvi personal, no es trencarà el cicle. Els homes que han arribat al punt de l'Oriol han d'allunyar-se de les persones a qui estan fent mal sistemàticament. Només des de la distància podran començar a transformar-se i a pensar en la reparació. I alerta: voler reparar també vol dir assumir que, per més que es canviï, potser la relació ha de finalitzar perquè s'ha trencat massa. El canvi no és per reprendre la relació, el canvi és un compromís amb un mateix i amb la no-violència.

UNA HISTORIA QUOTIDIANA

Guia per entendre i actuar davant les violències masclistes

3

I JO QUÈ PUC FER-HI?

I JO QUÈ PUC FER-HI?

Ara que hem conegut de primera mà una història de violència, que hem vist totes les persones que hi giren al voltant, arriba el moment de preguntar-nos: davant la violència, jo què hi puc fer?

Canviar patrons, creences, valors i actituds que fa anys que arrenen a la nostra forma de fer i de pensar no és gens fàcil. El primer que se'ns mou és la por, ens salten les resistències i apareix un clar pensament: «Jo soc bona persona, no puc ser masclista». Malauradament, el masclisme no va de ser bones o males persones, tant de bo fos tan senzill. Va de reconèixer la nostra posició a la societat, va d'entendre els privilegis de què gaudim i les opressions que rebem, va de posar en qüestió comportaments que sempre hem tingut i mai hem cregut que poguessin fer mal a ningú, va de no sentir-nos atacats i atacades quan se'ns assenyala algun comportament discriminatori, tothom en té, així que la cosa va de sumar-se al canvi, hi guanyem molt com a societat!

Segurament, si estàs llegint aquesta guia i has arribat fins aquí és perquè el tema et preocupa. Vas per bon camí! Formar-se i informar-se és un primer pas molt important. Planteja el tema a les teves amistats, anima el teu entorn a treballar-hi conscientment; si som una família amb infants o adolescents podem proposar activitats a l'AFA, tant per a nosaltres com per a l'escola; al nostre lloc de feina podem investigar si hi ha protocols o plans d'igualtat, podem inclús crear una comissió; si organitzem activitats comunitàries (excursions a la muntanya, calçotades populars, celebracions de festivitats concretes...) tinguem cura que el masclisme no se'ns coli! Repartim les tasques de forma igualitària, pensem les activitats amb una mirada fresca i no discriminatòria... Hi ha un munt de coses que podem fer que ens faran sentir que estem aportant el nostre granet de sorra. No posarem fi al masclisme d'un dia per l'altre, això és impossible! Ara bé, percebre petits canvis als nostres entorns, a les nostres famílies, ens omple d'esperança i fa que el camí valgui la pena. Si és cert que vivim encara en una cultura que ensenya i reproduïx el

masclisme com un fet inevitable a les nostres vides, també és cert que les resistències són molt fortes.

Moltes persones tenim clar que volem canviar el món en què vivim, hem de tornar a construir comunitat, enfortir-la i sentir la nostra responsabilitat com a generació envers la gent més jove. No queda altra opció que anar per feina sentint que no estem soles en aquest camí!

RECURSOS I SERVEIS ESPECIALITZATS

Línia d'atenció contra la violència masclista (Catalunya)

900 900 120

671 778 540

900900120@gencat.cat

Atenció a les víctimes de violència de gènere (Espanya)

016

600 000 016

016-online@igualdad.gob.es

Servei telemàtic d'atenció i assessorament jurídic contra les violències sexuals

608 87 12 37

Dimarts i dijous de 18.00 h a 20.00 h

Emergències

112

COSSOS DE SEGURETAT

Grup d'Atenció a la Víctima. Mossos d'Esquadra de Manresa

Avinguda dels Països Catalans, 169-171

938 75 98 00

Servei d'informació per Whatsapp contra la violència masclista

601 00 11 22

Policia Local de Sant Fruitós

696 99 77 26

MY112 (aplicació mòbil)

Resposta ràpida en una situació d'emergència per violència masclista.

Disponible per a Android i Apple.

SERVEIS D'ATENCIÓ A LES DONES MANRESA-CATALUNYA CENTRAL

Servei d'Intervenció Especialitzada (SIE)

Muralla del Carme, 22-24, 1r 5a. Manresa

93 628 98 91

sie.manresa.cc@dae.cat

També a Telegram: https://t.me/SIE_Manresa

Servei d'Atenció Integral a les Dones (SIAD)

Consell Comarcal del Bages

Muralla de Sant Domènec, 24. Manresa

9369360350

Servei d'Atenció Integral (SAI) LGTBI

Muralla de Sant Domènec, 24. Manresa

93 693 03 63

Àrea d'Atenció a les Persones de Sant Fruitós del Bages

c/ Padró, 72-74, baixos. Sant Fruitós del Bages

938789701

SERVEIS PER A HOMES QUE EXERCEIXEN VIOLÈNCIA

Plural (Centre de Masculinitats)

Av. del Marquès de l'Argentera, 22, Barcelona

933 49 16 10

SALUT

Atenció mèdica urgent

Hospital Sant Joan de Déu. Servei d'urgències Althaia
c/ Doctor Joan Soler, 1-3. Manresa
93 874 21 12

Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR) bages

c/ Soler i March, 6 (CAP Bages). Manresa
93 874 81 78

ASSOCIACIONS I ENTITATS

Candela

Acció comunitària i feminista
www.candela.cat

AADAS

Assistència Dones Agredides Sexualment
www.aadas.org.es

Associació **Carme Diaby**

<https://carmediaby.com/ca/index.html>

Connexus

Atenció, formació i investigació psicosocials
(atenció a homes agressors)
www.conexus.cat

PER SABER-NE MÉS

Cercador de recursos per a l'abordatge de les violències masclistes

<http://www.recursosviolenciamasclista.cat>

Institut Català de les Dones (ICD)

<https://dones.gencat.cat/ca/inici>

Delegació del Govern contra la violència de gènere

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/home.htm>

Llistat de femicidis i altres assassinats masclistes

<https://femicidio.net>

Recursos d'abordatge a les violències sexuals

<https://www.violenciassexuals.org>

Observatori de les violències sexuals en entorns d'oci nocturn i drogues

<https://www.drogasgenero.info/noctambulas>

Prevenció de l'abús sexual infantil

<https://carmediaby.com>

CRÈDITS



Candela. Acció Comunitària i Feminista SCCL

Autoria: **Miriam Aleman Calatayud**

Col·laboració: **Marta Sales Romero**

Disseny i maquetació: **Ainara Beristain / limoura.org**

Correcció: **L'Entrellat SCCL**

Condela limoiura ❖ l'entrellat





