

MANUAL DE **PREVENCIÓN Y DETECCIÓN DEL MALTRATO**  
PARA MUJERES CON DISCAPACIDAD PSÍQUICA

FINANCIADO POR:

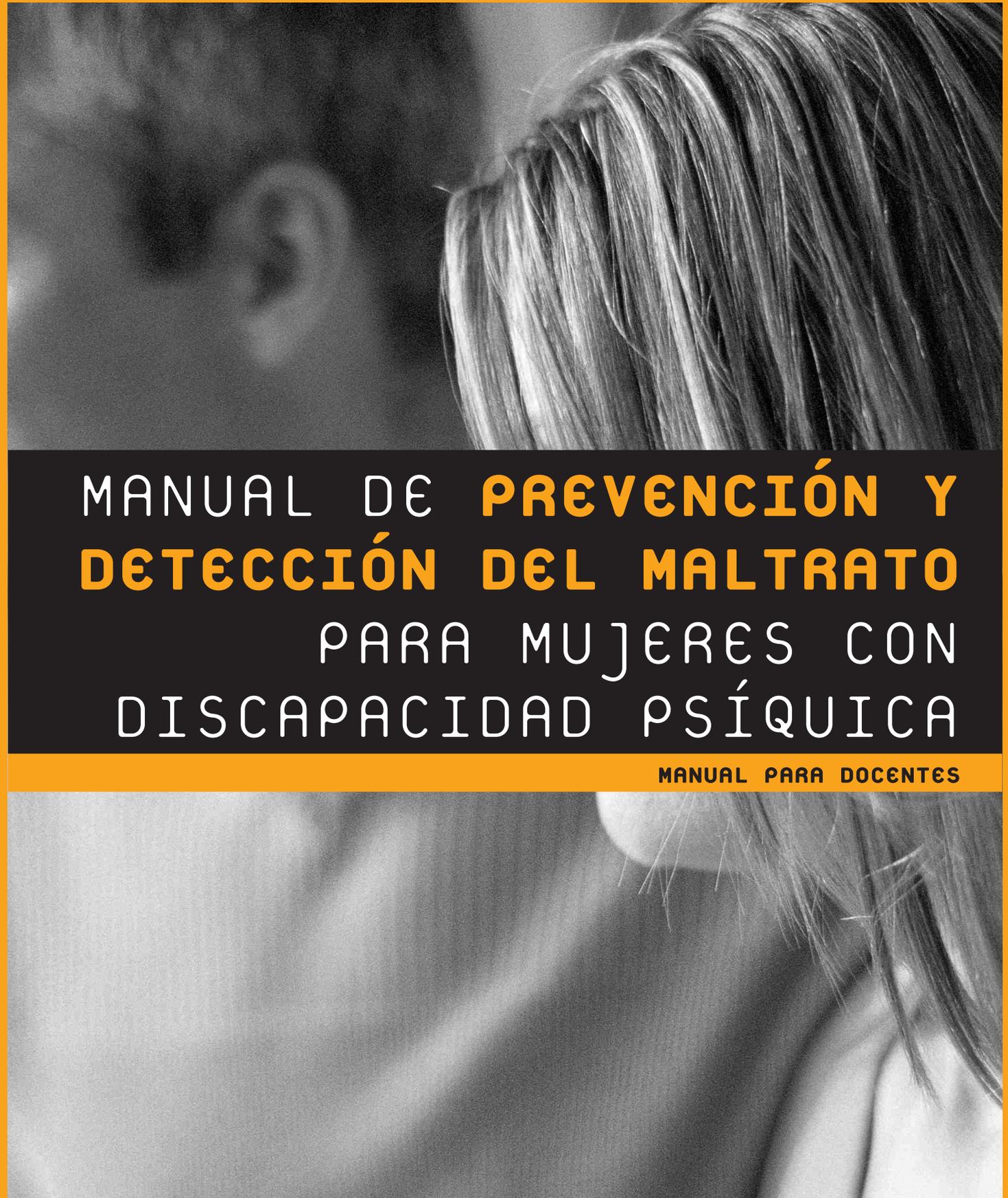


COFINANCIADO Y  
ELABORADO POR:



MANUAL DE **PREVENCIÓN Y  
DETECCIÓN DEL MALTRATO**  
PARA MUJERES CON  
DISCAPACIDAD PSÍQUICA

MANUAL PARA DOCENTES



# Índice

## MANUAL DE PREVENCIÓN Y DETECCIÓN DEL MALTRATO PARA MUJERES CON DISCAPACIDAD PSÍQUICA

### **Presentación institucional**

### **Introducción**

### **Información para docentes**

### **Módulos**

1. - ¿Para qué sirve este manual?
2. - ¿Qué es el maltrato?
3. - Protagonistas: víctima y agresor/a
4. - Tipos de maltrato
5. - Maltrato físico. Abandono
6. - Maltrato psicológico
7. - Violencia sexual
8. - Fases del maltrato
9. - Abuso / Afecto
10. - El secreto
11. - Autoestima
12. - Respeto
13. - Aprender a decir "NO"
14. - Recursos

### **Bibliografía**

### **Equipo de trabajo**

## PRESENTACIÓN INSTITUCIONAL

Es una gran satisfacción presentar el Manual de Prevención y Detección del Maltrato para Mujeres con Discapacidad Psíquica, resultado final de un proceso laborioso en el que han intervenido distintas entidades que trabajan en el ámbito de la Discapacidad.

Una de las líneas de trabajo de la Dirección General de Familia y Servicios Sectoriales es la colaboración económica y técnica con las asociaciones del sector de la discapacidad de nuestra región para diferentes actividades.

Fruto del compromiso que la Consejería de Trabajo y Política Social adquiere en relación con el II Plan de Acción contra la Violencia de Género de la Región de Murcia, así como de la colaboración con el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales y las entidades de iniciativa social, se pone en marcha un programa de atención a mujeres con discapacidad psíquica cuyo objetivo es la prevención y detección del maltrato.

El Gobierno de la Región de Murcia tiene gran interés y preocupación por atender el problema social que constituye la violencia de género. Siendo consciente de las dificultades que la discapacidad psíquica puede suponer para su abordaje, considera necesario el impulso y el apoyo para que actuaciones de este tipo se puedan desarrollar.

Cristina Rubio Peiró  
CONSEJERA DE TRABAJO Y  
POLÍTICA SOCIAL

M<sup>º</sup> del Socorro Morente Sánchez  
DIRECTORA GENERAL DE  
FAMILIA Y SERVICIOS SECTORIALES

## INTRODUCCIÓN

Este material didáctico está dirigido a las mujeres con discapacidad psíquica, dando cumplimiento a uno de los objetivos del Programa de Atención a Mujeres con Discapacidad Psíquica para Prevención y Detección de Malos Tratos, desarrollado conjuntamente por FUNDOWN (Fundación Síndrome de Down de la Región de Murcia) y FADIS (Federación de Asociaciones de Discapacitados Psíquicos de la Comunidad Murciana), a iniciativa de la Consejería de Trabajo y Política Social. Este proyecto, que se enmarca en el Objetivo 1.4 del **II PLAN DE ACCIÓN CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO DE LA REGIÓN DE MURCIA**, pretende expresamente “proporcionar a las mujeres con discapacidad acceso a la información y a los recursos para prevenir, detectar y combatir los malos tratos, en soporte adecuado a las diferentes discapacidades”. Este proyecto ha contado con la financiación de dicha Consejería, del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales y de las dos entidades ejecutantes ya mencionadas.

La violencia de género es un tema candente y de gran actualidad debido a que la sociedad es cada vez más consciente de la gravedad de este fenómeno, pero, a pesar de su impacto social, hemos constatado tres realidades que se presentan preocupantes para una sociedad moderna e integradora como es la de esta Región: En primer lugar, que son escasas las investigaciones sobre este tema. En segundo lugar, que no existen recursos adaptados para la detección o intervención dirigidos al colectivo de mujeres con discapacidad psíquica. Y en tercer lugar, aunque desde nuestra perspectiva es más significativo de la invisibilidad de esta situación, no se encuentran antecedentes de denuncia de casos de maltrato cuando la víctima es una mujer con algún tipo de discapacidad psíquica. Sin embargo, somos conscientes de que se puede hablar de una “doble discriminación” porque la confluencia del factor género y la discapacidad convierte a las mujeres con discapacidad en un colectivo vulnerable y con alto riesgo de sufrir una situación de abuso de poder o de maltrato, ya sea físico, psíquico o sexual. La discapacidad agrava aún más la discriminación que puede padecer la mujer en general al darse una serie de factores añadidos: dificultad para expresar sus vivencias, falta de credibilidad, mayor grado de dependencia, menor capacidad de defensa tanto física como verbal, imposibilidad de identificar una situación de maltrato, miedo a denunciar al entender que ello afectará a su situación personal, desconocimiento de los recursos disponibles, etc.

Por todo ello, y dada la relevancia del tema, se plantea la necesidad de crear el presente material didáctico cuyo objetivo primordial es ser una herramienta eficaz para prevenir y detectar las situaciones de malos tratos contra este colectivo, así como la de dar a conocer los recursos existentes en esta materia. Este material pretende formar e informar, mediante la utilización de un formato y lenguaje accesibles, a mujeres con discapacidad psíquica, a sus familiares, a los profesionales que trabajan con ellos y, en general, a cualquier persona que pudiera estar interesada.

# INFORMACIÓN PARA DOCENTES

## ¿A QUIÉN SE DIRIGE ESTE MANUAL?

Este material pretende llegar al colectivo de mujeres con discapacidad psíquica de la Región de Murcia, en una etapa joven o adulta.

La característica de discapacidad psíquica de las personas destinatarias implica algunas condiciones para la elaboración del material:

- > La enorme variabilidad que existe bajo la condición de discapacidad (niveles cognitivos distintos, capacidad de lectura, niveles de integración social, experiencias vitales vividas, discapacidades asociadas,...) junto con la idea de que este material sea lo más útil posible, nos ha llevado a usar tanto la información escrita como la gráfica pero, en cualquier caso, debe estar acompañada de una explicación personal (docente, familiar, persona de confianza, etc.) que aclare algunos conceptos.
- > La dificultad del contenido (conceptos abstractos, temas escabrosos, uso de un lenguaje directo relativo a insultos o vejaciones, etc.) sin que la lectura del manual o del cuaderno de actividades resulte desagradable.
- > La delgada línea que separa el concepto de maltrato para una persona sin discapacidad y los hábitos sobreprotectores que se aplican a algunas personas con discapacidad nos han llevado a omitir algunos ejemplos de situaciones que, desde nuestra experiencia, resultan muy frecuentes.

En definitiva, se ha pretendido tener en cuenta un espectro muy amplio de tipos de usuarias.

Aunque la destinataria final de este trabajo es la mujer con discapacidad psíquica, entendemos que su aplicación también podría extenderse, en su caso, a otros colectivos.

## ¿CÓMO UTILIZARLO?

La enorme variabilidad a la que hacíamos referencia anteriormente, así como el hecho de que el contenido de este manual sea de una especial sensibilidad, precisa que la mujer con discapacidad sea “monitorizada” en su proceso de formación e información. Consideramos que la mejor manera de prevenir es informar de manera clara y directa pero, con el fin de no crear “fantasmas” y miedos infundados, se debe completar el trabajo sobre el papel, con el diálogo y la concreción de la información sobre cada persona, con el fin de poder aclarar conceptos difusos y abstractos y establecer matices que distinguen el maltrato de otras situaciones que se derivan de la pura convivencia.

## ESTRUCTURA DEL MANUAL

Siendo, pues, necesaria la intervención de otras personas del entorno de la discapacidad (profesionales o familiares) para aplicar el manual, se han realizado dos documentos distintos:

- > Un manual para docentes: Realizado con un lenguaje claro y con ejemplos muy gráficos con el fin de que pueda ser aplicado por otras personas, sean profesionales o no.
- > Un cuaderno de actividades (en CD-Rom, para imprimir): Dirigido a las mujeres con discapacidad psíquica. Con unos contenidos muy básicos y con actividades que permitan afianzar dichos contenidos.

En cada uno de los dos documentos se ha estructurado la información por módulos y, cada uno mantiene, de manera aproximada, la misma estructura:

EN EL MANUAL: un número de módulo, un título, una frase descriptiva, un contenido teórico y unas viñetas

EN EL CUADERNO DE ACTIVIDADES: Un número de módulo, un título, un contenido teórico, unas viñetas y actividades (una actividad de conceptos, un role-playing, otra actividad de conceptos, una actividad más creativa y

dos actividades de repaso: redacción breve y análisis de la frase descriptiva del módulo).

Tal y como se señalaba anteriormente, este manual está dirigido a personas con características muy diferentes por lo que será necesario adaptar el contenido y las actividades a la persona o grupo de personas al que se dirija. Quienes sean profesionales o quienes convivan con personas con discapacidad conocen sobradamente la dosis de imaginación que el o la docente necesita a la hora de ponerlo en práctica. Con el fin de facilitar este trabajo se ha propuesto actividades diferentes para que cada docente aplique las que más le convengan, según el alumnado que se le plantee. De esta manera, siempre hay actividades de role-playing y de trabajo oral en grupo, para quienes no sepan leer o escribir o alguna actividad que tenga dos niveles en sí misma para que se utilice el más adecuado a cada situación. En definitiva, que el cuaderno de actividades no podrá ser aplicado de manera completa, en la mayoría de situaciones, a todas las personas que vayan a recibir la formación pero, de un modo u otro, siempre habrá actividades que puedan adaptarse a todos los niveles.

## CRITERIOS DE APLICACIÓN

Durante todo el proceso de gestación de este material, ha sido prioritario intentar mantener una serie de criterios y que queremos hacer constar, con el fin de orientar –si fuera necesario– la acción docente a la hora de llevarlo a la práctica. Estos criterios han sido:

- > Uso de un lenguaje no sexista (que incluya a mujeres y a hombres), directo (que facilite la comprensión por parte de las personas destinatarias), amplio (escrito y visual) y con carácter positivo (no lacrimógeno o desagradable). Al tiempo, queremos mostrar un absoluto respeto a las personas con discapacidad y a quienes les cuidan y les apoyan pero, teniendo en cuenta, que la prioridad es que cada persona conozca y revise su situación personal.
- > Uso de figuras masculinas y femeninas indistintamente tanto como víctimas como maltratadoras, así como intentar usar personajes indefinidos o asexuados (Santi, la protagonista de las viñetas del documento principal, puede ser Fuensanta o Santiago).
- > Uso de ejemplos en diversos contextos, con el fin de evitar las dificultades en la generalización de conocimientos que tienen las personas con discapacidad psíquica: en la pareja, en el trabajo, en las instituciones, en las residencias, en el grupo de amigos o amigas, ...

Para finalizar, queremos volver a agradecer la oportunidad que hemos tenido de realizar un trabajo conjunto y coordinado de un equipo diverso, para desarrollar este material que nos ha hecho disfrutar e ilusionarnos mientras ha sido desarrollado.



# # 01

¿PARA QUÉ SIRVE ESTE MANUAL?

“Conocer el maltrato para prevenirlo”

El maltrato de unas personas a otras es un problema social cada vez más importante.

Y es importante porque hay muchas víctimas que lo sufren, lo que hace que sus vidas se vean muy afectadas por eso.

**NOTA:** Este manual tiene como objetivo primordial ser un instrumento para que los educadores, personas que trabajan con mujeres con discapacidad psíquica, familiares o cualquier otra persona interesada pueda informar a este colectivo de cuáles son las circunstancias, factores o actitudes que pueden alertar sobre la posible existencia de una situación de maltrato con el fin de prevenirla y/o detectarla a tiempo.”

**NOTA:** En el CD-Rom adjunto a este manual hay un cuaderno de actividades dirigido al alumnado. En él encontramos un resumen del contenido de cada módulo y diversos ejercicios cuyo objetivo es aprender a identificar el maltrato. Se debe imprimir un ejemplar para cada persona.

**NOTA:** De manera general, para todo el proceso de formación, resulta imprescindible resolver todas las dudas que el alumnado plantee. Se debe evitar que haya conceptos confusos.

# # 02

¿QUÉ ES EL MALTRATO?

“Todos y todas nos merecemos un buen trato”

**El maltrato se da cuando una persona (agresor/a) hace daño o a otra (víctima) o cuando le amenaza con frecuencia con la realización de dicho daño.**

También puede haber maltrato cuando no se atiende habitualmente las necesidades básicas de la persona, tales como comida, aseo, atención médica, afecto...

Es importante distinguir una situación de maltrato de una situación en la que no hay maltrato.

**NOTA:** Es importante no transmitir alarmismo con esta información, matizando que, en ocasiones, se puede dar alguna de estas situaciones de manera aislada en el tiempo sin que ello sea maltrato.

**NOTA:** Se debe insistir en la diferencia entre una posible situación de maltrato y una situación en la que no lo hay. Por ello sería conveniente que no sólo se trabajasen los ejemplos que aparecen en el manual y en el cuaderno, sino que también sea el propio alumnado quien ponga ejemplos de ambas situaciones.

**Por ejemplo:**

**HAY MALTRATO:**

- > Cuando te pegan o te hacen daño
- > Cuando tocan tu cuerpo sin tu consentimiento
- > Cuando, con frecuencia, te insultan injusta o indebidamente

**NO HAY MALTRATO:**

- > Cuando alguien, sin querer, te empuja porque se ha tropezado
- > Cuando tu madre te regaña porque le has desobedecido
- > Cuando una persona te da un beso para demostrarte su cariño

# # 03

## PROTAGONISTAS: VÍCTIMA Y AGRESOR/A

“El/la agresor/a  
hace daño,  
la víctima  
lo sufre”

## VÍCTIMA

Es la persona que sufre el daño o la amenaza. También es la persona que no recibe los cuidados que necesita.

**NOTA:** La víctima suele presentar determinados sentimientos que pueden ser trabajados con el alumnado, para facilitar su comprensión. La víctima se siente: (detallar tal y como está el listado de sentimientos).

**NOTA:** Se debe explicar al alumnado que algunas personas llegan a creer que la violencia es normal, por que muchas veces el maltrato forma parte de sus vidas.

*Soy Santi y tengo 22 años. Durante la semana, asisto a un centro para formarme y aprender un oficio y los fines de semana me gusta salir, hacer deporte e ir al cine.*



*¿Santi viene de Santiago o de Fuensanta?*

## AGRESOR/A

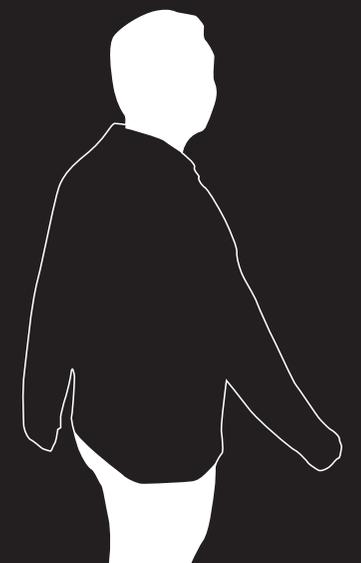
El agresor/a es la persona que produce daño o amenaza a otra.

También es la persona que está encargada de cuidar a otra y no lo hace.

También es la persona que, frecuentemente, no presta los cuidados necesarios para cubrir las necesidades básicas de otra, estando obligado/a a ello por tenerla a su cargo.

**NOTA:** Es conveniente que el alumnado conozca que el/la agresor/a puede ser cualquier persona: un o una familiar... (dejar tal cual está. Añadir: hombre o mujer, personas conocidas o desconocida).

*Hay personas que maltratan a otras.*



# # 04

## TIPOS DE MALTRATO

# “Físico, psicológico y sexual”

Hay varios **tipos de maltrato**:

- > **Físico:** Es cualquier tipo de daño corporal causado a una persona. (por ejemplo: golpes, bofetadas, tirones de pelo, mordeduras, quemaduras, heridas, etc.)
- > **Psicológico:** Es la agresión que afecta emocionalmente a la persona y que va destruyendo su autoestima (por ejemplo: insultos, burlas, gritos, amenazas, etc.)
- > **Sexual:** Se da cuando se obliga a una persona a mantener relaciones o actos sexuales que no quiere tener (por ejemplo: tocamientos, penetraciones, etc.)

No tienen porqué producirse todos al mismo tiempo.

**NOTA:** Cuando se produzca alguno de estos comportamientos, es preciso levantar una voz de alarma e investigar el caso concreto para valorar si se está ante un acto aislado o, por el contrario, ante una situación de maltrato, que requiera adoptar una serie de medidas necesarias para prevenirla.

## físico

## psicológico



## sexual

# # 05

## MALTRATO FÍSICO. ABANDONO

“No me pegues”

El **maltrato físico** es cualquier situación que produzca un **daño corporal** en las personas y se puede dar en cualquier contexto: en la familia, con los compañeros o compañeras, con amigos y amigas, con educadores o educadoras, con la pareja o con personas desconocidas.

Algunos **ejemplos de maltrato físico** son:

- > **pegar**
- > **dar bofetadas**
- > **arañar**
- > **morder**
- > **hacer heridas**
- > **hacer quemaduras**

**NOTA:** Con el fin de enmarcar este concepto de manera adecuada y aprender a distinguir un maltrato físico de algo que no lo es, se debe trabajar, inmediatamente después de los ejemplos de maltrato físico, la actividad 3 de este mismo módulo en el Cuaderno de Actividades

Existe otro tipo de maltrato, se llama “**violencia pasiva**” y se refiere a aquellos actos que por negación o por omisión, tienen un resultado que genera un daño físico o psicológico: entre ella está **el abandono físico y el abandono emocional**.

El **abandono físico** es la carencia de las atenciones y la falta del cuidado que una persona necesita para poder desarrollarse y tener cubiertas todas sus necesidades de alimento, aseo y atención sanitaria, cuidado y vigilancia.

# 06

## MALTRATO PSICOLÓGICO

“Tus insultos y gritos me desagradan”

El maltrato psicológico se puede dar cuando se produce un daño psíquico grave a otra persona, se la desvaloriza continuamente, menoscabando así su autoestima y su confianza personal. Ocurre siempre desde una posición de poder.

El maltrato psicológico lo pueden sufrir tanto hombres como mujeres, de todas las edades, de cualquier grupo social y económico.

Se puede producir en la relación con el padre y la madre, con hermanos...

Algunos ejemplos de este **tipo de maltrato** son: **Insultos, gritos y desprecios, falsas acusaciones, amenazas, manipulaciones, intimidación, críticas destructivas y otras palabras que hacen que una persona se sienta inferior a otra.**

Aquí también puede existir **abandono emocional**, que consiste en la **carencia de las atenciones** y la falta del cuidado que una persona necesita para poder desarrollarse psicológicamente así como tener cubiertas todas sus necesidades afectivas, educativas, etc.

#07

## VIOLENCIA SEXUAL

“Hay caricias  
que sientan  
MAL”

La violencia o abuso sexual se produce cuando se obliga a una persona a mantener una relación sexual contra su voluntad.

Por ejemplo:

- > cuando **te obligan a desnudarte, sin motivo justificado**
- > cuando **te tocan sin tu permiso**, salvo excepciones (revisión médica)
- > cuando **te obligan a tocar a otra persona**
- > cuando **te obligan a realizar cualquier acto sexual** (genital, anal u oral) sin tu consentimiento

Cuando se produce este tipo de abuso se suelen dar los siguientes criterios:

- > **Relación de desigualdad entre agresor/a y víctima.**
- > El/la agresor/a puede utilizar distintas estrategias para conseguir sus fines: **la coacción, el uso de la fuerza, la sorpresa, la seducción o el engaño.**
- > El **tipo de conductas sexuales** pueden ser de muchos tipos: **con o sin contacto físico, con contacto anal, genital u oral, caricias sexuales, peticiones sexuales, pornografía, exhibicionismo o inducción a la prostitución.**



## FASES DEL MALTRATO

“Perdóname,  
nunca volverá  
a pasar”

En el maltrato se suele producir una serie de fases que se repiten, formando un círculo cerrado y esta idea de la reiteración es de vital importancia para determinar si se está o no ante una situación de maltrato. **Las fases son las siguientes:**

> **Tensión:** se dan sobre todo agresiones verbales (insultos, humillación, menosprecio, ...). **El agresor/a cuestiona y critica todo lo que hace la víctima.**

> **Explosión:** aparecen **comportamientos violentos graves.** Se llega a una situación extrema y comienzan los maltratos físicos, psíquicos y/o sexuales.

> **Arrepentimiento:** después de los momentos de agresión, se da una situación de amabilidad y conductas cariñosas. **El agresor/a suele mostrar su arrepentimiento y realiza promesas de que va a cambiar, de que no va a volver a hacer otra vez algo similar.**

**El agresor/a se arrepiente de lo que ha hecho, pero no reconoce su responsabilidad.** Además, cree que la víctima es la culpable por provocar la situación de maltrato.

**La víctima cree la disculpa y perdona al agresor/a. Pero el ciclo se vuelve a repetir hasta que el arrepentimiento llega a desaparecer.**

# 09

ABUSO / AFECTO

“No te pases”

**NOTA:** Hemos considerado imprescindible la inclusión de este módulo que pretende delimitar con nitidez los conceptos de abuso y afecto, debido a que en muchas ocasiones el/la agresor/a suele utilizar comportamientos engañosos que hacen que la víctima, sobre todo cuando es una mujer con discapacidad psíquica, no sepa identificar una situación de maltrato concreta. Así mismo, este módulo puede ayudar a no calificar de abuso una muestra de afecto.

Una persona abusa de otra cuando se comporta de una manera inapropiada, indebida o injusta con ella y le provoca algún daño físico, psicológico o sexual, de cierta gravedad.

Además se dice que se produce abuso cuando alguien obliga o fuerza a otra persona a hacer algo que no desea y que le hace sentir mal.

En la mayoría de las ocasiones, **la persona que abusa (agresor/a) amenaza, engaña, soborna a la persona que recibe el abuso (víctima)** para que realice cualquier tipo de comportamiento o conducta o simplemente para que no cuente a nadie lo ocurrido. Por ejemplo.

**NOTA:** Con el fin de aclarar estos conceptos abstractos, conviene trabajarlos con ejemplos de este tipo:” y detallar los tres ejemplos tal cual están.

Es muy importante distinguir entre abuso de tipo sexual y afecto. Es afecto un abrazo, una caricia o un beso, siempre que sea una situación agradable.

# # 10

## EL SECRETO

“Este es nuestro secreto”

El silencio suele ser habitual en situaciones de maltrato, ya sea físico, psicológico o sexual, y así tanto la víctima como el agresor/a suelen ocultar estos tipos de situaciones violentas, sólo visibles para los demás cuando el daño reviste ya una cierta gravedad.

Este silencio puede ser consecuencia de las amenazas o frases dichas por el agresor/a, tales como: "No se lo cuentes a nadie, es nuestro secreto" "Si le cuentas lo que ha pasado a alguien, no te voy a querer más".

De esta manera, se produce una forzada complicidad entre agresor/a y víctima, que perjudica a la víctima y hace cada vez más fuerte a su agresor/a. Este utiliza el silencio de la víctima para continuar con sus abusos sin ser descubierto.

**NOTA:** Es importante que el alumnado distinga entre secretos buenos y malos. (quitar la frase de “entre las definiciones...”) y continuar con lo de “Por ejemplo, en ocasiones, nuestros amigos...”

Cuando se produce abuso y este va acompañado de la petición del agresor/a de ocultar lo sucedido como si de un secreto se tratara, es algo completamente distinto.

La víctima es la única perjudicada al guardar este "secreto", por el daño que le produce el abuso y por la impotencia que siente al no poder contar ese secreto a nadie. Por ello la mejor solución es contar lo sucedido a una persona que le pueda ayudar.



## AUTOESTIMA

“Me quiero tal como soy”

La autoestima es quererse, aceptando todas las limitaciones y capacidades de uno mismo o una misma y de los demás.

Significa saber que **todas las personas son valiosas, dignas**, que son capaces y afirmarlo.

Implica respetarse a sí mismo o a sí misma y enseñar a los demás a hacerlo.

Tener una autoestima adecuada, positiva potencia la capacidad de las personas para desarrollar sus posibilidades y aumenta el nivel de seguridad personal.

**NOTA:** Se debe insistir en la idea de que una buena autoestima hace que las personas sean más felices y la gente que le rodea, también.

# # 12

## RESPECTO

“Acéptame como soy”

**Respeto es:**

- > Valorar a una persona tal y como es
- > Aceptar sus diferencias
- > Permitir que tome sus propias decisiones

En resumen, tratar a esa persona de la misma manera en la que deseas ser tratado o tratada.

Así las personas pueden tener una cierta semejanza, (por ejemplo un parecido físico, unos gustos similares, unos hábitos comunes,...) **pero realmente cada persona es única, no hay nadie igual a otro.**

**Por ello, nadie tiene derecho a insultar, amenazar, gritar, pelearse con alguien o hacerle cualquier tipo de daño por no parecerse a él o por discrepar en algún asunto.**

En eso consiste el respeto: en que cada persona acepte a las demás como son, con sus errores y sus virtudes, con todas y cada una de sus diferencias. Estas diferencias son las que hace a cada persona ser único o única, ser uno mismo o una misma.

**NOTA:** Es importante que el alumnado no confunda la falta de respeto con una opinión diferente o un consejo. En ocasiones, alguien puede decir algo distinto a lo que otra persona piensa; eso sí, sin gritos, sin insultos y sin amenazas.

# 13

## APRENDER A DECIR “NO”

“NO”

Ante una situación violenta, incluso cuando no se pueda calificar de maltrato por ser aislada, se debe decir “NO”.

Algunos de los motivos por los que una persona no dice “NO” son:

- > **Miedo a represalias** del agresor/a
- > **Sentimiento de culpa** por lo que ha ocurrido
- > **Vergüenza** por contar la situación de maltrato
- > **Baja autoestima** (sentimiento de inferioridad ante el agresor/a)
- > **No saber a quien se puede acudir**
- > **Miedo** a no ser creído o creída
- > **Preocupación porque cambie su vida:** cambiar de centro, de ciudad, etc.

**No existe ningún motivo justificado para que una persona sea maltratada física, psicológica o sexualmente.**

Ante estas situaciones debemos decir “NO”

# 14

## RECURSOS

“¿Cómo actuar?  
Comunícalo”

Si una persona ve indicios de algunas de las conductas inapropiadas trabajadas en el manual, no debe dudar en buscar ayuda.

Debería hablar con una persona cercana sobre este problema para que le ayude e informe sobre donde puede acudir e incluso que le acompañe para no ir sola/o.

También es importante saber que hay personas que trabajan para ayudar cuando se sufre cualquier tipo de maltrato.

**NOTA:** Existe un número de teléfono gratuito al que se puede llamar si se necesita ayuda urgente, es el 1-1-2. Este número se debe proporcionar con precaución, con el fin de no hacer un uso inadecuado de él. De esta manera, se debe difundir únicamente en aquellos casos de maltrato inminente o verificado.

Al final de este manual, hay un directorio con todas las direcciones y teléfonos donde se puede pedir ayuda.

# DIRECCIONES Y TELÉFONOS DE INTERÉS

Servicio de Atención Urgente 24 horas.  
Teléfono Gratuito: 112

Instituto de la Mujer de la Región de Murcia  
Avda. Infante Juan Manuel, 14 - Edif. Infante - 30071 Murcia. Teléfono: 968 35 73 12

Oficina de Asistencia a Víctimas de Delitos de Murcia.  
Palacio de Justicia. Paseo Ronda de Garay, 5  
30003 MURCIA. Teléfono: 968 229264

Oficina de Asistencia a Víctimas de Delitos de Cartagena.  
Palacio de Justicia. C\ Angel Bruno, 21 – 30204 CARTAGENA. Teléfono: 968 326131

Emume (Equipo Mujer Menor)  
de la Comandancia de la Guardia Civil de la 5ª Zona (Murcia)  
C\ Pintor Inocencio Medina Vera, 5 – 30007 MURCIA. Teléfono: 968 234565 (ext. 270)

Servicio de Atención a las Familias (S.A.F.)  
de la Jefatura Superior de la Policía de Murcia.  
Plaza Ceballos, 13 – 30003 MURCIA. Teléfono: 968 355513

## ATENCIÓN A LAS MUJERES EN CADA MUNICIPIO

Concejalía de Igualdad de Oportunidades, Familia y Menor  
del Ayuntamiento de Abarán.  
Plaza de José Antonio, 1 - 30550 ABARÁN. Tel.: 968 770348 – 968 774501.

Concejalía de la Mujer del Ayuntamiento de Abanilla.  
Plaza de la Constitución, 1 – 30640 ABANILLA. Tel.: 968 680001

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Aguilas.  
Plaza de la España, 14 – 30880 AGUILAS. Tel.: 968 418800

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Albudeite.  
Paseo de la Constitución, 2– 30190 ALBUDEITE. Tel.: 968 667574

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Alcantarilla.  
Plaza de San Pedro, 1 – 30820 ALCANTARILLA. Tel.: 968 800250

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Aledo.  
Plaza del Caudillo, 2 – 30859 ALEDO. Tel.: 968 484422

Concejalía de Juventud, Mujer, Cultura y Educación del Ayuntamiento de Alguazas.  
Plaza Tierno Galván, 1 – 30560 ALGUAZAS. Tel.: 968 620022

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Alhama de Murcia.  
Plaza de la Constitución, 1 – 30840 ALHAMA DE MURCIA.  
Tel.: 968 631662 – 968 631895

Concejalía de la Mujer del Ayuntamiento de Archena.  
C\ Mayor, 26 – 30600 ARCHENA. Tel.: 968 670372

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Beniel.  
Plaza Ramón y Cajal, 10 – 30130 BENIEL. Tel.: 968 680001.

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Blanca.  
C\ Queipo de Llano, 7 – 30540 BLANCA. Tel.: 968 778011.

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Bullas.  
Plaza de España, 2 – 30180 BULLAS. Tel.: 968 652031

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Calasparra.  
Plaza Corredera, 27 – 30420 CALASPARRA. Tel.: 968 720044

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Campos del Río.  
C\ Virgen del Carmen, 3 – 30191 CAMPOS DEL RIO. Tel.: 968 650135

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Caravaca de la Cruz.  
Plaza del Arco, 1 – 30400 CARAVACA. Tel.: 968 703062

Concejalía de Educación y Mujer del Ayuntamiento de Cartagena.  
Edificio La Milagrosa – Concejalía de la Mujer – C\ Sor Francisca Armendáriz,  
6 – 30202 CARTAGENA. Tel.: 968 128800 – 968 128821

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Cehegín.  
C\ López Chicheri, 5 – 30340 CEHEGIN. Tel.: 968 740375

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Ceutí  
Plaza de José Virgili, 1 – 30562 CEUTI. Tel.: 968 690903

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Cieza.  
Centro Cultural – C\ Fernando III El Santo – 30530 CIEZA. Tel.: 968 773009

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Fortuna.  
C\ La Purísima, 7 – 30620 FORTUNA. Tel.: 968 685103

Sección de Mujer del Ayuntamiento de Murcia.  
Eulogio Soriano, 6 - 30001 Murcia. Tlf: 968 358600 Ext. 2006 - 2042- 2016  
Fax: 968 21 44 94

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Ojós.  
Avda. del Generalísimo, 7 – 30611 OJÓS. Tel.: 968 698214 – 968 698111

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Pliego.  
C\ Federico Balar, 1 – 30176 PLIEGO. Tel.: 968 666321

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Puerto Lumbreras.  
Plaza de la Constitución, 2 – 30890 PUERTO LUMBRERAS. Tel.: 968 402036

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Ricote.  
Plaza de España, 6 – 30610 RICOTE. Tel.: 968 697063

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de San Javier.  
Agencia de Desarrollo Local – C\ Cartagena, 13 – 30730 SAN JAVIER. Tel.:  
968 334185

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de San Pedro del Pinatar.  
Plaza de Luis Molina, 1 – 30740 SAN PEDRO DEL PINATAR. Tel.: 968 180661

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Santomera.  
Plaza Borregero Artés, 1 – 30140 SANTOMERA. Tel.: 968 865215

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Torre Pacheco.  
Plaza de José Antonio, s/n. – 30700 TORRE PACHECO. Tel.: 968 577740

Concejalía de Servicios Sociales e Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Totana.  
C\ Santiago, 1 – 30850 TOTANA. Tel.: 968 418177

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Ulea.  
Plaza de la Constitución, 20 – 30612 ULEA. Tel.: 968 698211

Concejalía de Servicios Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Villanueva del Segura.  
Plaza de la Constitución, 1 – 30613 VILLANUEVA DEL SEGURA. Tel.:  
968 698186

Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Yecla.  
Plaza Mayor, s/n. – 30510 YECLA. Tel.: 968 750210

# BIBLIOGRAFÍA

> Secretaría Sectorial (2002): MANUAL PARA EL APOYO Y PROTECCIÓN DE LA MUJER MALTRATADA. COMUNIDAD AUTÓNOMA DE LA REGIÓN DE MURCIA. Consejería de Presidencia. Secretaría Sectorial de la Mujer y Juventud.

> Horno Goicoechea, P; Santos Náñez, A; del Molino Alonso, C (2001) ABUSO SEXUAL INFANTIL: MANUAL DE FORMACIÓN PARA PROFESIONALES. Save the Children.

> Gorrotxategi Larrea, M.; de Haro Oriola, I. (1999): Materiales Didácticos para la Prevención de la Violencia de Género: UNIDAD DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN PRIMARIA, DE EDUCACIÓN SECUNDARIA Y PARA EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS. Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía.

> Verdugo Alonso, M.A.; Gutiérrez Bermejo, B; Fuentes Zurita, J; Elices Simón, J.A. (1993) MALTRATO INFANTIL Y MINUSVALÍA. INSERSO

# EQUIPO DE TRABAJO

## **COORDINACIÓN**

- > M<sup>a</sup> José Frutos Frutos (FUNDOWN)
- > Olga Rodríguez Puche (FADIS)

## **EQUIPO TÉCNICO**

- > Sandra Martínez Galindo (PROMETEO)
- > Alicia Molina Jover (FUNDOWN)
- > M<sup>a</sup> Ángeles Mondéjar Hurtado (ASPAPROS)
- > M<sup>a</sup> del Mar Pérez Méndez (AIDEMAR)

## **COLABORACIONES**

- > Elena Almagro Cabezos (Dirección General de Familia y Servicios Sectoriales de la Consejería de Trabajo y Política Social)