

# enQue MUNDO vivo?

¡QUÉ DIFÍCIL ES SER UN CHICO JOVEN EN ESTE MUNDO!  
PERO + TENER RELACIONES SIN PERDER EL NORTE!

Y qué es perder el norte?

Mira a tu alrededor...no hay nadie...  
Estás solo, TÚ Y TU MUNDO lleno de cosas. Eres tú!...  
¡Hola! Encantado de conocerte!  
Ahora mira y observa tus relaciones:  
*Muchas, pocas, pasajeras, enrevesadas, románticas, divertidas...*  
DA IGUAL! Todas están ahí por algo y con cada una de ellas puedes COMPARTIR algo de tu mundo...  
es hora de probar y ensayar!

¡NO PODER ARRIESGARTÉ A COMPARTIR Y NEGOCIAR TU MUNDO CON EL DE TU CHICA!

Si intentas que tu chica abandone su mundo entero por ti... sólo conseguirás cargarte más y perderte su mundo

TU MUNDO ES LO QUE ERES, LO QUE SIENTES, LO QUE SUEÑAS, LO QUE PUEDES HACER Y LO QUE NO, LO QUE ES JUSTO PARA TI, TUS AFICIONES, PREOCUPACIONES, CÓMO TE GUSTA VESTIR, CON QUIÉN TE GUSTA SALIR, LAS COSAS QUE TE DIVIERTEN Y LAS QUE NO, CÓMO TE GUSTA QUE TE TRATEN, LAS COSAS QUE PUEDES PERDONAR Y LAS QUE NO. TAMBIÉN ES LO QUE ESPERAS DE TU CHICA...



## cómo encajo MI MUNDO en una RELACIÓN de pareja?



entre TÚ Y Yo...  
**NO HAY ROLLO**

aunque parezca muy MODERNO!

entre TÚ Y Yo...  
**BUEN ROLLO**

aunque parezca muy DIFÍCIL!



entre TÚ Y Yo...  
**MAL ROLLO**

aunque parezca muy romántico!



## QUÉ TENGO QUE ver YO

SENTIR enfado, celos, frustración... no es un síntoma de violencia en la pareja. El problema es cuando sientes todo eso y sólo tienes la VIOLENCIA para demostrarlo...

## CON LA VIOLENCIA?

Si el mundo de tu chica deja de ser su mundo... para ser sólo una parte del tuyo es que no sabes respetar!

pasa a la ACCIÓN... siéntate, habla, atrévete a conocerla... teniendo en cuenta que tu chica se merece el mismo respeto que mereces tú

¿Cómo podría sacar mis malos rollos sin violencia?

Si lo hiciera... mi mundo tendría un buen color, algo bonito para compartir.

CUENTA EL MUNDO DE TU CHICA PARA TI?



¿TE IMPONES O NEGOCIAS?

¿Quién ha dicho que sentir sea sólo cosa de chicas? O es que tú no sientes... *Alegría, enfado, tristeza, frustración, esperanza, miedo, amor...* ESA ES LA GASOLINA QUE NOS MUEVE! También a ti!  
Utiliza tu gasolina para conseguir lo que quieras o necesites, PERO SIN QUEMAR A NADIE!

## mi mundo

¿QUÉ HAY EN TU MUNDO?

Pues si te digo la verdad todavía no lo tengo muy claro. Siento que estoy en un momento diferente, empiezo a experimentar sensaciones nuevas. A veces todo está mezclado. Mi mundo, para quien le interese es un mundo valioso, porque es mío y lo he creado yo... Soy yo!

¿QUÉ HAY EN TUS RELACIONES?

Sé que no me relaciono igual con todo el mundo. Con mis colegas puedo negociar. Con mi chica, si no negocio, puedo perder el norte. Prefiero correr el riesgo de compartir con ella y conocerla.

¿QUÉ TIPO DE RELACIONES SON?

Diferentes todas, por eso tengo que "acoplar" mi mundo a ellas pero no pasa nada, todas juegan un papel importante y hacen que mi mundo sea aún mejor. No gasto energía en aplastar el mundo de mi chica porque no quiero estar todo el día en plan *Rambo* y hacerle daño.

## REFLEXIONA

¿relaciones de pareja!?

Qué difícil es a veces compaginar mi mundo con el de mi chica! Parecemos de dos mundos diferentes! Lo que tengo claro es que, a pesar de que no todo sea de color de rosa, su mundo es igual de importante y valioso que el mío. ¡Así es como consigo tener buen rollo con ella!

Por qué utilizas la violencia?

PORQUE NO SÉ CÓMO SACAR LO QUE SIENTO

Porque me nublo, porque me altero, porque hay gente que sólo entiende ese lenguaje, porque pierdo el control, porque mi chica no hace lo que quiero...

Cuándo la utilizas?

CUANDO NO PUEDO RESPETAR NI COMPARTIR MI MUNDO

Cuando me buscan, cuando me enfado, cuando quiero divertirme con los colegas, cuando necesito que me respeten, cuando quiero que mi chica me haga caso.

Cómo se siente tu pareja?

SIENTE QUE SU MUNDO ES INFERIOR, QUE VALE MENOS QUE EL MÍO

Humillada, herida, dolorida, sin control, amenazada, anulada, siente que su mundo no me importa, que da igual lo que haga porque yo soy más fuerte.

VIOLENCIA:

REFLEXIONA

Insultos  
motes  
agresiones físicas  
amenazas  
rumores  
rechazo  
control  
celos excesivos...

Cómo te sientes cuando lo haces?

CANSADO DE TENER QUE COMPORTARME SIEMPRE IGUAL

No tengo ni idea... de momento descargado, a gusto, tranquilo... pero más tarde frustrado.

Para qué la utilizas?

PARA CREERME QUE SOY SUPERIOR, MAS FUERTE, CON CONTROL

Para sentir que tengo el control sobre mi chica, que soy fuerte, que sé defenderme. Para hacer que me respeten, para no pensar en lo que siento. Para demostrar que no tengo miedo.

**RES PETO** si te hago daño... **PUEDO PEDIRTE PERDON** TU MUNDO

**SI ALGO NO TE GUSTA...** puedes **decírmelo** **¿QUIÉN ES ELLA SIN MÍ?** me lo puede enseñar...

**puedo PERDO NARTE**

**TE SIENTO LIBRE CONMIGO** **PUEDO APRENDER a saber dónde están tus límites y RESPETARLOS**

**NO QUIERO UNA CHICA QUE ME AGUANTE** NOS AGUANTAMOS LOS DOS!

**TU Y YO SOMOS IGUAL de IMPORTANTES**

Elaboran **Sortzen** consultoria s.l. Servicio de Mujer del Módulo Psicosocial de Deusto-San Ignacio Deustua-San Inazio Modulu Psikosozialeko Emokume Zerbitzua

Colaboran **Bilbao** UDALA AYUNTAMIENTO **bbk** EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO REPRESENTARIO SALA Departamentu Soziala Legearen Zuzendaritza DEPARTAMENTO DE INTERIOREK Departamentu Barnekoak Legearen Zuzendaritza

lo único que tiene que importarte es mi felicidad **¿O ES QUE NO ME QUIERES?**

**ME AGOBIAS...** quédate en casa

**SÓLO TE NECESITO A TI** LO DEMÁS NO ME importa

**ESTÁS demasiado TIEMPO con tus AMIGAS**

estoy celoso porque te quiero demasiado **Y TÚ NO TE DAS CUENTA**

**SIEMPRE HACEMOS LO QUE YO QUIERO Y CUANDO YO QUIERO** **NUNCA TE PIDO PERDON**



**ASÍ SOY YO**



**SEXISMO Y VIOLENCIA DE GÉNERO** Guía de prevención para jóvenes

**VIOLENCIA**

- no controlo mi ira.
- no sé lo que siento y no me importa lo que sienten los demás.
- si algo sale mal, monto una buena
- si me rallo me pongo muy borde con mi chica
- yo no necesito a nadie, quiero esto aquí y ahora... y hago lo que sea para conseguirlo
- sé buscarme la vida, no necesito ayuda
- me echan de clase y del centro
- si me pongo violento, me lio a puñetazos, insultos, menosprecios a las chicas
- tengo muchas cosas por dentro pero a nadie le interesan
- los demás vienen a malas, tengo que defenderme
- me lanzo contra quien mire a mi chica
- tengo miedo
- estoy confundido