
¿HAY VIOLENCIA MACHISTA EN TU ENTORNO?

Lo puedes saber con este cuestionario y no dudes en tomar medidas si lo crees necesario:

1.- ¿Ha accedido a tu Facebook, mail, msm u otras redes sociales para controlar tu muro, conversaciones, amistades, etc.?

- a) Nunca.....
- b) Una vez.....
- c) A veces.....
- d) Siempre.....

2.- ¿Controla lo que haces o con quién vas?

- a) Nunca.....
- b) Una vez.....
- c) A veces.....
- d) Siempre.....

3.- ¿Controla tu dinero o no te deja estudiar o trabajar? (Ejemplo: Te dice que no estudies porque él te mantendrá, te dice qué tienes que comprar, hace que tengas deudas, etc.).

- a) Nunca
- b) Una vez
- c) A veces
- d) Siempre

4.- ¿Intenta separarte de tus amigas o de tu familia?

- a) Nunca
- b) Una vez
- c) A veces
- d) Siempre

5.- ¿Te ha insultado, humillado o ignorado? (Por ejemplo, no contestarte, cortarte la comunicación del móvil, hacerte escenas de celos, etc.)

- a) Nunca
- b) Una vez
- c) A veces
- d) Siempre

6.- ¿Te ha asustado o amenazado con hacerte cosas que te hagan daño emocionalmente? (Por ejemplo dar golpes a la pared, amenazar con pegar a tus amistades por celos, contar tus secretos, etc.)

- a) Nunca
- b) Una vez

- c) A veces
- d) Siempre

7.- ¿Te ha golpeado o empujado? ¿Te ha cogido del brazo de forma violenta o algo similar?

- a) Nunca
- b) Una vez
- c) A veces
- d) Siempre

8.- ¿Te ha presionado u obligado a mantener cualquier tipo de relaciones sexuales sin tu consentimiento?

- a) Nunca
- b) Una vez
- c) A veces
- d) Siempre

PUNTUACIÓN:

- a) 0 puntos
- b) 1 punto
- c) 2 puntos
- d) 3 puntos

RESULTADOS:

0 puntos:

Enhorabuena, no se identifican indicadores de violencia. Continúa basando tus relaciones en el respeto y la confianza. Recuerda que mujeres y hombres tenemos los mismos derechos a ser libres, ser respetados y a vivir una vida sin ningún tipo de violencia. Invita a tus amistades a funcionar del mismo modo que tú y que, si sufren algún tipo de violencia física, emocional, económica o sexual, pidan ayuda.

1-7 puntos:

Atención, en tu relación existe violencia aunque no la identifiques. Si ha pasado una vez, quiere decir que puede volver a pasar. Te recomendamos parar la situación y hacerte respetar. Estás a tiempo de mantener una relación libre de violencia. Da un paso adelante porque quién te ama te respeta, no te agrade.

7-13 puntos:

¡Ve con cuidado! En tu relación se identifican indicadores de violencia. Habla, pone límites y llega a acuerdos. Si estas situaciones continúan, la única consecuencia será más violencia. ¡Páralo ahora!

14-18 puntos:

¡Se han encendido todas las luces rojas!. Tienes una relación de violencia. No esperes más. Si no sabes qué hacer o no sabes cómo salir de la situación, cuéntaselo a alguna persona de tu confianza y busca ayuda. Evita que la próxima víctima seas tú.