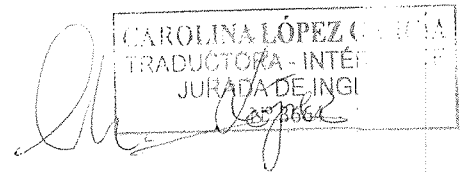


0M6444840

**CLASE 8.ª**

CLASE 8.ª

"That was no life": six women explain how they overcame gender-based violence**Accounts of survivors who escaped the labyrinth with determination, support from friends or family, and therapy**

Five women talk and laugh around a table full of pastries and chocolate cookies. "We got rid of a nasty one!" someone says. They all laugh. "That was not life", adds Laura, one of the women, with a bitter smile, summarizing the general feeling. They are survivors, women who said enough and managed to escape the labyrinth of gender-based violence.

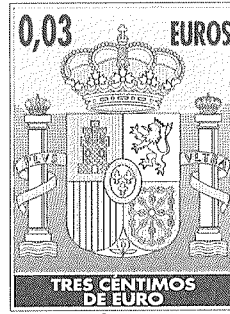
It is a Tuesday afternoon and as these women, members of the gender-based violence survivors association You Are Not Alone, have been doing since 2009, they meet in the spacious room given to them by the City Council of Sant Cugat—a wealthy city north of Barcelona—in the great stone building of its House of Culture. Laura is a social worker, history graduate, sports lover and mother of two teenagers. She does not want to give her age and asks not to appear with her real name because she is still afraid of her former partner: "I know how violent he can be; I have suffered it".

Laura's former partner, an architect by profession, has just been issued an initial prison sentence of four years and four months for five crimes of abuse and one of habitual abuse. Her former partner has appealed the sentence and the second ruling is yet to be issued. Meanwhile, Laura is protected by a restraining order that prevents her ex from coming within 500 meters, but he lives just a five-minute walk from her home. Laura still lives with her children—who see their father weekly—in the same apartment the couple shared for 19 years in a Barcelona neighbourhood.

The existence of the restraining order was the first thing Laura told the rest of the women at You Are Not Alone when, three years ago in a street fair for St. George's Day, she came across the association's stand. Intrigued by the name, she approached them. "We asked her if she was getting support, and we gave her our contact details," recalls the association's chair, Maribel Guillamón. Soon after that, Laura, who has always felt supported by her family, started therapy and ended up joining the association.

Another of the five women in the group, Bibi (false name at her request), became aware of the situation she had been suffering for two decades only "by distancing myself from him and the environment in which we lived". A 57-year-old technical architect and a mother of three children in their twenties, Bibi came to the conclusion that the relationship in which she had felt manipulated, controlled, attacked, ignored, and from which she had managed to get out a few years earlier, had been an abusive one.

"When I was with him, I didn't realize I was being psychologically abused," she explains over a soda in a noisy bar in Barcelona's Raval neighbourhood. Now Bibi is recovering from a breast cancer operation and lives with her sister. "I believed abuse only meant there was physical aggression," she says.



OM6444841

CAROLINA LÓPEZ GARCÍA
TRADUCTORA - INTÉRPRETE
JURADA DE INGLÉS
Nº 3664

CLASE 8.^a

Actually, the first time Bibi saw her story associated with gender-based violence was when, shortly after separating from her ex, she went to the police to report he had changed the lock to the architects' office they both shared and she could not get in. The officers referred her to the court for violence against women.

Gender-based violence can affect women regardless of their income or education and affects their dignity equally, regardless of their social origin or where they live. Likewise, any man can be capable of it. There are no stereotypes. According to the Organic Law of Comprehensive Protection Measures against Gender-based Violence, it is "a violence directed against women for the very fact of being women, because they are considered, by their aggressors, lacking the minimum rights of freedom, respect and decision-making capacity".

In Spain, as a result of the Organic Law, behaviours that were previously considered offenses were raised to crimes when they "are committed against a person who is or has been a wife, or a woman who is or has been linked to the man by an analogous relationship of affection, even without cohabitation". These are the crimes of abuse that have a 'gender' component. Different are, however, the crimes of abuse that fall within domestic violence, that is, violence inflicted on any member of the family.

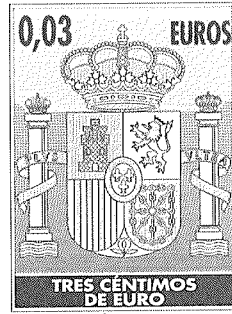
"The crimes of gender-based violence are heard by specialized courts, while cases such as a mother or father who mistreats a child are heard by normal courts," explains the criminal lawyer and president of the Women's Lawyers' Committee of the Barcelona's bar Association (ICAB), Pilar Rebaque, by email.

The true size of the problem

In the first 10 months of 2016 up to October 31, 39 women were murdered by their partners in Spain, but that is only the tip of the iceberg. Deaths are the most extreme manifestation and do not convey the size of the problem. For example, according to official data from the Ministry of Health, in 2015, a total of 46,931 cases were reported to the police, of which 19,366 required police protection. Indeed, in Spain, 16,100 protection orders were issued last year.

It is a major problem in society. Violence takes many forms before actual physical assault, as shown in the attached graph [in the web version]. And most of the women affected do not file a complaint. Despite these figures and the extent of the problem, the budget ear-marked by the Spanish government for the prevention of gender-based violence has fallen by 26% since 2010.

When Bibi understood where she was heading after her complaint, she became frightened. "I did not think it was that bad, I thought it was an issue that was socially condemned and I did not like the idea of my children having a father linked to gender-based violence. And I thought that, even for me, it could be shameful: it made me feel very weak, like a poor wretch, spineless. So I asked that the complaint be withdrawn".



OM6444842



CLASE 8.ª

Marta Mariñas López, a psychologist at the Barcelona City Council's Attention, Recovery and Reception Service (SARA) and a feminist activist, explains that Bibi's experience is a common one: "Many women tell me that people ask them 'how could this happen to you if you are so smart and strong?' And these women also end up questioning it. Gender-based violence is everywhere in our society, but living through it continues to be stigmatized".

Today, Bibi says, she would act differently. "I would tell my children: I am sorry we had to live through that, but it happened and we have to make it visible: otherwise, things remain in the dark, and if they do, we cannot right them." And she adds: "The women's network has been a great help in getting me here: when we are united, no one can defeat us."

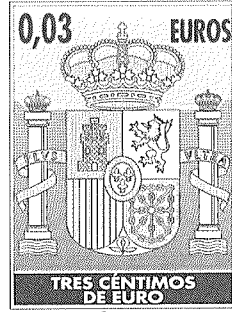
Edid (not her real name), 29, a nursing student, originally from Guayaquil, Ecuador, but raised in Barcelona, had a similar experience. "I did not realize the extent to which I had suffered violence until I listened to other women who had also experienced it", she says, speaking quickly while sitting in the living room of the bright, simple apartment that until recently she shared with her ex-boyfriend, a 36-year-old man from Barcelona.

After more than four years in the relationship, Edid realized she had become totally isolated. "Right from the start he would get angry if I went out with my friends and little by little I stopped. Then the control extended to everything (the telephone, how I dressed), he began to belittle me and finally the physical attacks came".

Oriol Ginés, psychologist and vice-president of Conexus, an association working in psychosocial care, training and research, points out: "Most of the violence that men do is intended to impose control: they don't hurt for the sake of it, but to let you know that next time they can do it again".

When Edid decided to go to the police after the latest attack, she was referred to the SARA. "Since there is a long waiting list there", she says, "the court's Crime Victims' Information Office sent me to Exil, an NGO that provides therapeutic, medical and psychosocial care. They treat me there once a week and if it weren't for Exil I wouldn't have recovered as well as I have, understanding and accepting things.

Unlike Laura, Edid is not protected by a restraining order: the Court of Violence against Women nº 1 of Barcelona denied her one, considering there was no risk in her situation: "Nothing makes us think that he is going to harass her, since he has been charged and accused for these actions and is therefore aware of the serious consequences of his behaviour. For now, the existence of the procedure and possible conviction are considered protection enough, as these will dissuade the defendant from harassing the complainant against her will", the ruling states. A short time later, criminal court nº 6 of Barcelona acquitted Edid's ex-boyfriend of the crime of abuse, a ruling that Edid attributes to the poor defines provided by her public defender.



OM6444843

CAROLINA LÓPEZ GARCÍA
TRADUCTORA - INTÉRPRETE
JURADA DE INGLÉS
Nº 3664

CLASE 8.^a

As the lawyer, Pilar Rebaque, explains: "To date, out of all the autonomous communities, Catalonia issues the fewest protection orders. When we, the professionals who defend women victims of gender-based violence, asked the prosecution for an explanation, we were told that, unlike other communities, here the Catalan police force (Mossos d'Esquadra) do not carry out a risk assessment". She continues, "By mobilizing pressure, we forced the Mossos to begin making these assessments when they decide to take a case to court, so the risk to the woman can be assessed and the protection order granted".

Edid complains that her ex still calls her "with any old excuse", and that this summer he appeared, alone, in a bar where she was with some friends. Shortly before she found him there, through the SARA, the Red Cross had given her the attention and protection hotline number for the victims of gender-based violence (known as Atenpro). "Having it reassures me", she says. And she is grateful that her neighbours keep an eye on her: "They are aware of the situation and if they see or hear something, they let me know."

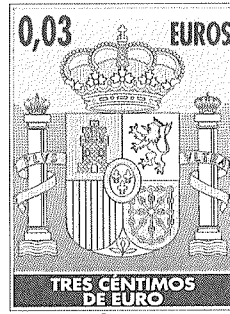
Much as Edid has done with her neighbours, many women seek out self-protection measures. "I always appeal to the ability of each woman to find strategies that minimize the likelihood of aggression," says the psychologist Mariñas, "for example, having the emergency number 112 on your cell phone screen so you can dial it directly if the aggressor appears, walking in streets where there are shops you can enter if you need to, or learning self-defence."

Monica (another fictitious name), 35, a primary school teacher from Barcelona, was one of the women assisted by SARA who has already been discharged from therapy. "In those moments, you think you can never get out of the spiral, but you can. I used to be afraid of going outside in case I bumped into him. Today I feel that there is nothing he can do to me: if I meet him, I will face him. Or I'll go to a bar and say, 'This guy is harassing me, can you call the police?' "

Her friends played a very important role in her recovery: "I think that if a couple of friends hadn't told me seriously 'you have a problem,' you and I would probably not be having this conversation." Experts agree that having trusted, non-judgmental supportive people you can turn to helps greatly both in identifying violence and in the separation, while it also speeds up and strengthens the recovery process.

A psychologist worked with Monica so that she could release her feelings of anger. This is how she sums it up: "I ended up leaving my ex because he was very authoritarian and he controlled me, but refused to acknowledge it and started to harass me. I told him to leave me alone, but as he didn't, I had to report him, with all that this involves: I am the one who has to explain the intimate details over and over again, to the SARA, to the police, to the court. I am the one who has to show my face and miss work to go to court, where I feel that they are judging me, when all I want is for this to be over as soon as possible and rebuild my life without fear and paranoia".

Bertha Valenzuela, 40, from Porvenir, Ecuador, is a subway cleaner and sees the magic in everything: in plant leaves—whose origins and uses she understands—in stones, even in pigeon feathers, which she considers a sign of the angels' protection. These little things brighten her day. In the past, she explains, she also had a lot of anger. Especially for having been born poor and fatherless in a peasant family of 11 children, where the only person who worked was her mother. She didn't even have her own shoes, she inherited everything from Herlinda, her older sister.



0M6444844

CAROLINA LÓPEZ GARCÍA
TRADUCTORA - INTÉRPRETE
JURADA DE INGLÉS
Nº 3664

CLASE 8.^a

Herlinda was the only member of her family who understood, supported and was there during Bertha's breakup, to free herself from the violence she suffered from the father of her 17-year-old daughter and her 19-year-old son. However, the rest of her family, including her mother, blamed her: "They said that I must have done something to make him hit me".

Luz, 41, did not feel supported by her family either. She is the deputy director of an optical store and mother of a 9-year-old girl and a boy aged almost 8. In addition to enduring years of violence by her ex, who was a drug addict, Luz had to bear people justifying the abuse because she too used drugs. "My family made me feel that I deserved his beatings because I was using," she explains with a broken voice, sitting in the living room of what was her maternal grandmother's home.

The experts consulted emphasize that there is no cause-effect between the drug consumption (or mental disorders) and violence: "There is still the idea that violence is a disorder, that it is not part of the system, so it is as a problem in individuals: it is what we call the monster theory", says Ginés, a researcher in the group on drugs and gender-based violence of the Government of Catalonia's Ministry of Health. but the monster theory is easily disproved. "In reality, this man exerts violence only on his partner, not on co-workers or friends, this is what we define as the specificity of violence", says psychologist Oriol Ginés.

Luz grew up in her grandmother's house. This is where she has decided to start her new life since, this summer, having already recovered from addiction, the guardianship of her children was returned to her after three years. Luz does not want to give her real name because she still needs to explain to her children why their father was in jail, and she does not want her new co-workers to know about her former addiction either. "I did not report him even though I realized that he was abusing me. I loved him and I wanted to stay with him, but he was going to kill me", admits Luz.

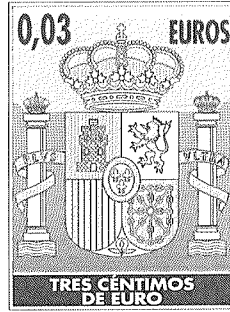
Things were very hard after she reported him, she remembers: "It takes two years for a sentence to be passed and, meanwhile, that person is on the street, and the only thing you have is a telephone. In those two years he tried to kill me twice". And she insists: "The ordeal begins when you report it, so it is vital that the woman is not alone at those times".

Her ex was sentenced on three occasions. One to two years in prison for habitual abuse, but he only served six months due to good behaviour. The other sentences are already final, but he still has to serve them: 18 months for two violations of the restraining order and 10 months for battery. "It has been almost a year since both trials, and he is still in the street. And meanwhile, I only have the Atenpro", says Luz wearily.

Learning self-respect

Like everyone else in this report, Luz found the strength to take the first step to leave from her desire to enjoy life and find happiness. This is how she voluntarily entered the drug recovery community. From there, thanks to a therapist who understood that she needed another kind of support, she was referred to Espai Ariadna, an initiative that provides comprehensive care for women and children to address gender violence (not only within the couple) and addictions.

For Bertha Valenzuela, loving herself meant first learning to respect herself: "Where there is no love and no respect, all you can do is walk away", she says in a calm voice as she looks at the view from the shelter flat where she has been living for the last year.



OM6444845

CAROLINA LÓPEZ GARCÍA
TRADUCTORA - INTÉRPRETE
JURADA DE INGLÉS
Nº 3664

CLASE 8.^a

CO-ANEXO

A flat she is about to leave to start a new life in a small apartment in a popular Barcelona neighbourhood. It is the house she owns with the father of her children, whose use was recently granted to her by Violence against Women court nº 3. Her ex-partner was found guilty, through expedited proceedings, of abuse within the family and sentenced to 56 days' community service and a restraining order forbidding him from coming within 1,000 meters of Bertha for a year.

When starting over there is risk of falling back. According to the psychologist Marta Mariñas, the way to avoid it, or to ensure gender-based violence is not tolerated right from the start, "is to be very respectful of one's own needs and emotions; to be able to express how something the other person is doing bothers you, and to leave if the other person does not accept that".

"It doesn't matter what it is: it doesn't matter if it is verbal violence or environmental violence, such as throwing objects; one must be partly responsible for setting limits and detecting one's own needs to avoid conflicts", Mariñas insists. Or as Bertha sees it, after everything she has experienced: "When you are comfortable, then things are going well".

Mrs. Carolina López García, a sworn English translator appointed by the Ministry of Foreign Affairs and Cooperation, hereby certifies that the previous is a complete and faithful translation into Spanish of a document written in English.

Barcelona, February 24, 2021

Doña Carolina López García, traductora e intérprete jurada de inglés nombrada por el Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación, certifica que la que antecede es traducción fiel y completa al español de un documento redactado en inglés.

En Barcelona, a 24 de febrero de 2021

24.02.2021

“Esa no era vida”: seis mujeres cuentan cómo derrotaron a la violencia machista

Testimonios de supervivientes que salieron del laberinto con decisión, apoyo de amigos o familiares y terapia

Cinco mujeres alrededor de una mesa repleta de coca de pastelería y galletas de chocolate hablan y ríen. “¡De la que nos hemos librado!” dice una. Todas se ponen a reír. “Es que esa no era vida”, añade con una sonrisa amarga Laura, una de ellas, resumiendo el sentir general. Son supervivientes, mujeres que dijeron basta y lograron salir del laberinto de la violencia machista.

Es una tarde de martes y como llevan haciendo desde 2009 las mujeres de la asociación de supervivientes de la violencia de género No estás sola se reúnen en la sala diáfana que les cede el ayuntamiento de Sant Cugat -una ciudad acomodada del norte de Barcelona- en el gran edificio de piedra que ocupa su Casa de Cultura. Laura es trabajadora social, licenciada en historia, amante del deporte y madre de dos hijos adolescentes. No quiere especificar su edad y pide salir con un nombre ficticio porque aún tiene miedo a su ex pareja: “sé lo violento que puede ser; lo he sufrido”.

La ex pareja de Laura, de profesión arquitecto, acaba de ser condenado, en primera instancia, a cuatro años y cuatro meses de prisión por cinco delitos de malos tratos y uno de maltrato habitual. Su antiguo compañero sentimental ha recurrido la sentencia y se espera la decisión de la segunda instancia. Mientras, Laura tiene una orden de alejamiento que impide que su ex se le acerque a menos de 500 metros, pero él vive a solo cinco minutos caminando del domicilio de ella. Laura aún vive con los hijos de ambos -que ven a su padre semanalmente- en el mismo apartamento que la pareja compartió durante 19 años en un barrio de Barcelona.

El hecho de tener una orden de alejamiento fue lo primero que les contó Laura al resto de mujeres de No estás sola cuando un Sant Jordi de hace tres años se topó con la caseta de la asociación para ese día especial. Intrigada por el nombre, se acercó. “Nosotras le preguntamos si tenía apoyo, y le dimos nuestro contacto”, recuerda su presidenta, Maribel Guillamón. Al poco tiempo Laura, que siempre se ha sentido apoyada por su familia, empezó a hacer terapia y acabó entrando a formar parte de la entidad.

Otra de las cinco mujeres del grupo, Bibi -nombre ficticio por petición suya-, solamente se dio cuenta de la situación que padeció durante dos décadas “tomando distancias de él y del entorno en el que vivíamos”. Arquitecta técnica de 57 años y madre de tres hijos ya veinteañeros, Bibi llegó a la conclusión de que la relación en la que se había sentido manipulada, controlada, agredida, ignorada, y de la que había conseguido salir unos años antes, había sido de maltrato.

“Cuando estaba con él no era consciente de que estaba recibiendo agresiones psicológicas”, explica ante un refresco en un bar ruidoso del Raval de Barcelona. Ahora Bibi se está recuperando de una operación de cáncer de mama y vive en casa de su hermana. “Yo tenía la idea de que solo había maltrato si había agresión física”, dice.

En realidad la primera vez que Bibi vio su historia asociada a la violencia machista fue cuando, poco después de separarse de su ex, acudió a la policía a denunciar que él había

cambiado la cerradura del despacho de arquitectura que los dos compartían y no podía entrar. Entonces los agentes la derivaron al juzgado de violencia sobre la mujer.

La violencia machista o de género puede afectar a las mujeres sin distinción del nivel de ingresos económicos o de educación y sacude la dignidad por igual, con independencia del origen social o el barrio de residencia. Igualmente, puede ser protagonizada por cualquier hombre. No hay estereotipos. Según la Ley Orgánica de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género esta es “una violencia que se dirige sobre las mujeres por el hecho mismo de serlo, por ser consideradas, por sus agresores, carentes de los derechos mínimos de libertad, respeto y capacidad de decisión”.

En España a raíz de la Ley Orgánica se elevaron a delitos conductas que anteriormente eran consideradas faltas cuando estas “se cometan sobre persona que sea o haya sido esposa, o mujer que esté o haya estado ligada a él por una análoga relación de afectividad aun sin convivencias”. Son los delitos de maltrato que tienen un componente ‘de género’. Diferentes son, en cambios, los delitos de maltrato que entran dentro de la violencia doméstica, o sea la que puede ser ejercida sobre cualquier miembro de la familia.

“Los delitos de violencia machista son instruidos por juzgados especializados, mientras que en el caso por ejemplo de una madre o padre que maltrata a un hijo, la instrucción la hace un juzgado normal”, explica por correo electrónico Pilar Rebaque, abogada penalista y presidenta de la Comissió de Dones Advocades del Colegio de la Abogacía de Barcelona (ICAB)

La verdadera magnitud del problema

En los primeros 10 meses de 2016, hasta el 31 de octubre, ha habido en España 39 mujeres asesinadas por violencia de género en pareja, pero esa cifra muestra solo la punta de un iceberg profundo. Los casos de muerte son la manifestación más extrema y no reflejan la magnitud del problema. Por ejemplo, según datos oficiales del Ministerio de Sanidad, en 2015 hubo 46.931 denuncias con atestado policial y 19.366 casos merecieron la protección de los cuerpos de seguridad. De hecho, en el Estado español se dictaron el año pasado 16.100 órdenes de protección.

El problema es muy grande dentro de la sociedad. Hay muchos tipos de violencia antes de llegar a las agresiones físicas, como se observa en el gráfico adjunto. Y la mayoría de las mujeres afectadas no presenta denuncia. Pese a esos datos y la extensión del problema, el presupuesto que destina el gobierno español a la prevención de la violencia machista ha bajado un 26% desde 2010.

Cuando Bibi entendió a donde la estaban dirigiendo tras su denuncia, se asustó. “Pensé que no era para tanto, que era un tema muy penalizado a nivel social y que no me gustaba que mis hijos tuvieran un padre vinculado con la violencia machista. Y pensé que incluso para mí podía suponer una vergüenza ante la gente: me hacía sentir muy débil, como una pobre desgraciada, una mujer sin carácter. Entonces pedí retirar la denuncia”.

Marta Mariñas López, psicóloga del Servicio de Atención, Recuperación y Acogida del Ayuntamiento de Barcelona (SARA) y activista feminista, explica que lo que le ocurrió a Bibi es habitual: “Muchas mujeres me cuentan que les preguntan ‘¿cómo te ha podido pasar a ti con lo lista, con lo fuerte que eres? Y las mismas mujeres también se lo acaban

24.02.2021

cuestionando. La violencia machista está en toda la sociedad, pero sigue siendo un estigma el haberla vivido”.

Muchas mujeres me cuentan que les preguntan '¿cómo te ha podido pasar a ti con lo lista, con lo fuerte que eres? La violencia machista está en toda la sociedad, pero sigue siendo un estigma el haberla vivido”.

Hoy por hoy, cuenta Bibi, actuaría de otra forma. “A mis hijos les diría: me sabe mal que nos haya tocado vivir eso, pero ha pasado y lo tenemos que visibilizar: si no, las cosas no se saben, y si no las sabemos, no las podemos corregir”. Y añade: “Para llegar hasta aquí me ha ayudado mucho la red de mujeres: juntas no hay quien pueda con nosotras”.

Una vivencia parecida tuvo Edid (nombre ficticio), de 29 años, estudiante de enfermería, originaria de Guayaquil, Ecuador, aunque educada de pequeña en Barcelona. “Yo no me di cuenta de hasta qué punto había padecido violencias hasta que no escuché a otras mujeres que también las habían vivido”, cuenta hablando rápido y sentada en el salón del apartamento sencillo y luminoso que hasta hace poco compartía con su ex novio, un barcelonés de 36 años.

Después de más de cuatro años de relación, Edid se encontró con que se había quedado totalmente aislada. “Desde el principio él se enfadaba si salía con mis amigas y poco a poco dejé de hacerlo. Luego el control se extendió a todo (el teléfono, cómo iba vestida), empezó a menospreciarme y finalmente llegaron las agresiones físicas”.

Oriol Ginés, psicólogo y vicepresidente de Conexus, asociación que se dedica a la atención, formación e investigación psicosociales, apunta: “la mayoría de las violencias que hacen los hombres, las hacen para poder controlar: no hacen daño para hacer daño, sino para que sepas que la próxima vez pueden volver a hacerlo”.

Cuando después de la última agresión Edid decidió acudir a comisaría, la derivaron al SARA. “Como allí hay mucha lista de espera”, dice, “desde la Oficina de Atención a la Víctima de Delito del juzgado me dirigieron a Exil -una ONG que brinda atención terapéutica, médica y psicosocial. Allí me atienden una vez por semana y si no fuera por Exil no estaría como estoy ahora de recuperada, entendiendo y aceptando las cosas”.

A diferencia de Laura, Edid no tiene una orden de alejamiento que la proteja: el Juzgado de Violencia sobre la Mujer número uno de Barcelona se la denegó al considerar que no concurre una situación de riesgo para ella: “Nada nos hace pensar que él vaya a molestarla, ya que ha sido denunciado y acusado por estos hechos y por lo tanto es conocedor de las graves consecuencias de su comportamiento. Por ahora se considera suficiente medida de protección la existencia del presente procedimiento y la eventual condena, pues estas disuadirán al imputado de molestar a la denunciante contra su voluntad”, se lee en las diligencias. Poco después, el juzgado de lo penal número seis de Barcelona absolvió al ex novio de Edid de un delito de maltrato, fallo que Edid atribuye a la mala defensa del abogado de oficio.

“Hasta ahora Catalunya es la comunidad autónoma donde menos órdenes de protección se conceden. Cuando las profesionales que nos dedicamos a la defensa de las mujeres víctimas de violencia machista preguntábamos a fiscalía, nos decían que era porque aquí, a diferencia de otras comunidades, los Mossos d'Esquadra no hacían una valoración del riesgo”, denuncia la abogada Pilar Rebaque. “A raíz de una gran movilización por parte nuestra los Mossos han empezado a hacer esa valoración cuando deciden enviar las actuaciones al juzgado: así se

24.02.2021

puede valorar el riesgo que padece la mujer y acordar la orden de protección”, prosigue la letrada.

La mayoría de las violencias que hacen los hombres, las hacen para poder controlar: no hacen daño para hacer daño, sino para que sepas que la próxima vez pueden volver a hacerlo”

Edid se queja de que hasta la fecha su ex la sigue llamando “con cualquier excusa”, y que este verano apareció, solo, en un bar donde ella estaba con unas amigas. Poco antes de que se lo encontrara, la Cruz Roja, a través del SARA, le había entregado el teléfono de Atenpro (el Servicio Telefónico de Atención y Protección a las víctimas de la violencia de género).

“Tenerlo me tranquiliza”, dice. Y agradece que sus vecinos están pendientes de ella: “están al tanto, si ven o escuchan algo, me avisan”.

Muchas mujeres, como Edid ha hecho con los vecinos, buscan medidas de autoprotección. “Yo siempre apelo a la capacidad de cada mujer de buscar estrategias que minimicen las posibilidades de agresión”, apunta la psicóloga Mariñas. “Por ejemplo, poner como contacto en la pantalla del móvil al 112 para poder llamar directamente si se encuentra al agresor, caminar en calles donde haya comercios abiertos para poderse eventualmente meter, o la autodefensa física”.

Mònica (otro nombre ficticio), de 35 años, maestra de primaria de Barcelona, fue una de las mujeres atendidas en el SARA que ya recibió el alta de la terapia. “En esos momentos piensas que no puedes salir de esta espiral, pero sí que se puede. Antes tenía miedo de ir por la calle por si me lo encontraba. Hoy siento que él ya no puede conmigo: si me lo encuentro, lo enfrentaré. O iré a un bar y diré: ‘este tío me está acosando, ¿podéis llamar a la policía?’”.

Un rol muy importante en su recuperación la han tenido sus amistades: “creo que si una pareja de amigos no me coge seriamente y me dice ‘tienes un problema’, probablemente tú y yo no tendríamos esta charla”. Las expertas coinciden en que tener gente de confianza que apoye y no juzgue ayuda mucho tanto a la hora de identificar la violencia y de separarse como en tener un proceso de recuperación más rápido y sólido.

La psicóloga trabajó con Mònica para que liberara su sentimiento de rabia. Lo resume así: “Acabo dejando a mi ex porque es muy autoritario y me controla pero él no lo aceptaba y empezó a perseguirme. Yo le digo que me deje tranquila pero, como no lo hace, le tengo que denunciar, con todo lo que eso representa: soy yo la que tiene que explicar sus intimidades - una y otra vez: al SARA, a la policía, al juzgado-, soy yo la que tiene que dar la cara, la que tiene que faltar al trabajo para ir al juzgado, donde siento que me están juzgando a mí, cuando lo único que quiero es acabar con todo eso lo antes posible y rehacer mi vida sin miedo y paranoia”.

Bertha Valenzuela, de 40 años, de Porvenir, Ecuador, limpiadora del metro, ve la magia en todo: en las hojas de las plantas -de las que conoce orígenes y usos- en las piedras, incluso en las plumas de las palomas, que considera un signo de la protección de los ángeles. Las pequeñas cosas le alegran el día. En el pasado, explica, ella también tenía mucha rabia. Sobre todo por haber nacido pobre en una familia campesina de 11 hijos y huérfana de padre, donde la única que trabajaba era su madre. Ni zapatos propios tenía, todo lo heredaba de Herlinda, su hermana mayor.

Herlinda fue la única de la familia que entendió y apoyó las rupturas de Bertha para liberarse de las violencias que sufría: la del padre de una hija de 17 años y un hijo de 19. La hermana

24.02.2021

también estuvo con ella cuando Bertha decidió separarse. En cambio, el resto de la familia, incluida su madre, la culpabilizaban a ella: “decían que algo debía de haber hecho yo para que él me pegara”.

Luz, de 41 años, tampoco se sintió apoyada por la familia. Subdirectora de una tienda de óptica, madre de una niña de nueve años y de un niño de casi ocho, además de soportar años de violencias por parte de su ex, que era drogadicto, Luz tuvo que soportar que justificaran socialmente los abusos porque ella también consumía drogas. “Mi familia me hizo sentir que, por consumir, me merecía que él me pegara”, explica con la voz rota sentada en el salón de la que fue casa de su abuela materna.

Los expertos consultados subrayan que no hay una relación causa-efecto entre el consumo de tóxicos (o los trastornos mentales) y el ejercicio de la violencia: “Todavía hay una idea patológica de la violencia, de que no forma parte del sistema y por lo tanto serían una serie de personas individualmente las que tienen un problema: es la que llamamos la ‘teoría del monstruo’”, apunta Ginés, quien también es investigador en el grupo sobre drogas y violencias de género del Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya.

Pero la teoría del monstruo se desmiente fácilmente. “En realidad ese hombre ejerce violencia únicamente sobre su pareja, no sobre los compañeros de trabajo ni los amigos, es lo que definimos como especificidad de la violencia”, apunta el psicólogo Oriol Ginés.

En la casa de la abuela se crió Luz y allí ha decidido empezar su nueva vida desde que, este verano, ya recuperada de la adicción, se le devolviera la tutela de sus hijos tras tres años separada de ellos. Luz no quiere salir con su verdadero nombre porque todavía necesita explicar a sus hijos por qué su padre estuvo en la cárcel, y tampoco quiere que en su nuevo trabajo sepan de la adicción que tenía. “Yo no le denuncié aunque me daba cuenta de que me estaba maltratando. Yo lo quería y quería seguir con él, pero me iba a matar”, confiesa Luz.

Después de la denuncia fue muy duro, recuerda Luz: “Tardas dos años hasta que hay sentencia y, mientras, esa persona está en la calle, y lo único que tienes es un teléfono. Yo en esos dos años tuve dos intentos de homicidio”. Y remacha: “cuando denuncias es cuando empieza el calvario, por eso es vital que una mujer no esté sola en esos momentos”.

El ex de Luz tuvo tres sentencias. Una, de dos años de prisión por maltrato habitual, de los que solo cumplió seis meses por buena conducta. Las otras ya son firmes, pero aún las tiene que cumplir: una de 18 meses por dos quebrantamientos de la orden de alejamiento y otra de 10 meses por lesiones. “Ha pasado casi un año desde ambos juicios y él todavía está fuera. Y yo, mientras, con la Atenpro”, dice Luz con cansancio.

Aprender a respetarse

Igual que el resto de protagonistas de este reportaje, Luz encontró la fuerza para dar el primer paso para salir en sus ganas de vivir y de ser feliz. Así fue como antes ingresó voluntariamente en comunidad; de allí, gracias a un terapeuta que entendió que necesitaba otro tipo de acompañamiento, la derivaron al Espai Ariadna, iniciativa que presta atención integral a mujeres e hijos para abordar violencias de género (no solo en la pareja) y adicciones.

Para Bertha Valenzuela, quererle significó en primer lugar aprender a respetarse: “donde no hay amor y no hay respeto, lo único que tienes que hacer es alejarte”, dice con voz calmada mientras mira el paisaje que se ve desde el ventanal del piso-puente en el que ha estado viviendo el último año. 24.02.2021

Un piso del que está a punto de salir para empezar una nueva vida en un pequeño apartamento de un barrio popular de Barcelona. Es la casa que tiene en copropiedad con el padre de sus hijos y cuyo uso y disfrute el Juzgado de Violencia sobre la Mujer número tres de Barcelona recientemente le ha atribuido a ella. Su ex pareja fue condenada, con procedimiento abreviado, por un delito de malos tratos en el ámbito familiar a la pena de 56 días de trabajos en beneficio de la comunidad y la prohibición de acercarse a menos de 1.000 metros de Bertha durante un año.

Cuando se empieza de nuevo existe el riesgo de recaer. La receta para evitarlo, o para que desde el principio no se tolere la violencia machista, según la psicóloga Marta Mariñas, “es ser muy respetuosa con las propias necesidades y emociones; si algo de lo que está haciendo el otro me molesta, poderlo expresar, y si la otra persona no lo acepta, retirarme”.

“Da igual lo que sea: no importa si es violencia verbal, ambiental, por ejemplo tirar objetos; hay una parte de responsabilidad en poner límites y detectar yo mis propias necesidades que me va a evitar muchos conflictos”, insiste Mariñas. O como lo ve Bertha, tras todo lo que ha vivido: “cuando estás a gusto, es que las cosas van bien”.