

El malson de la Ventafocs

Apunts per despertar i sortir del conte



179.3 AJU

Ajuntament de Barcelona

B amb les dones

El malson de la Ventafocs



Diputació
Barcelona
xarxa de municipis
Àrea de Benestar Social
Unitat de Recursos i Serveis

C.B. 95004224
1793 AS4

Autores Júlia Massip, Psicòloga del Centre de Serveis Socials del Guinardó.
Chus Martínez, Psicòloga.

Edita Ajuntament de Barcelona. Sector de Serveis Personals. ● **Il·lustracions**
Marisa Ordóñez. ● **Disseny i maquetació** Sonia Lluch i Cristina Mansilla de
Entredos. ● **Coordinació** Olga Arisó, Tècnica referent per a la dona al Districte
d'Horta-Guinardó. ● **Conte elaborat per** Nunila.
www.makmakmak.com/nunilhadas. Tel: 93 305 11 47

La violència vers les dones és un problema estructural on intervien una diversitat de factors que obliga a tractar-los de forma integrada. El Pla operatiu contra la violència vers les dones 2001-2004, impulsat per l'Ajuntament de Barcelona significa el compromís municipal per avançar en l'eradicació de la violència de gènere a la ciutat definint noves estratègies i concretant el conjunt de mesures a dur a terme en els propers anys.

Una de les línies de treball bàsiques que es volen impulsar és la informació i la sensibilització. Cal sensibilitzar-nos homes i dones respecte a la violència de gènere, una violència encara arrelada en elements culturals i en una estructura social on continuen produint-se discriminacions entre homes i dones, on les desigualtats col·loquen les dones en una situació de vulnerabilitat que les fa susceptibles de patir agressions i violència, tant en l'entorn domèstic com en l'entorn públic.

Per avançar en la lluita contra la violència vers les dones cal no només una clara aposta i un compromís institucional concretat en programes, serveis i recursos, sinó que cal també implicar totes les persones professionals que treballen en els diferents serveis, reconeixent les bones pràctiques dutes a terme i donant-les a conèixer per que puguin servir de models d'actuació per a altres serveis públics i privats.

El malson de la ventafocs és un conte elaborat pels professionals del districte d'Horta-Guinardó a partir de l'experiència dels Grups de suport psicosocial en violència domèstica portada a terme als centres de serveis socials dels districtes de Nou Barris i Horta-Guinardó.

La primera edició d'aquest conte va ser realitzada a l'inici del 2002 al districte d'Horta-Guinardó. La valoració altament positiva del material elaborat fa que ara es reediti des del Sector de serveis Personals per a tota la ciutat.

Aquest conte s'ha elaborat per donar instruments a les mateixes dones per entendre millor la problemàtica de la violència domèstica i per trobar recursos personals i institucionals per sortir-se'n. Es tracta també d'un material d'informació perquè les dones coneguin la xarxa de serveis, entitats i recursos existents a la ciutat per ajudar a resoldre aquesta problemàtica.

La reedició d'aquest material és també un reconeixement i un estimul a la tasca de moltes persones professionals dels serveis municipals que des de fa anys aporten la seva bona feina i la seva experiència per millorar les condicions i la qualitat de vida de les dones de Barcelona.

La informació és una de les primeres eines per reconèixer situacions de risc i de malestar que es poden resoldre i actuar per buscar sortides a les situacions de violència vers les dones.

Immaculada Moraleda i Pérez
Regidora del Districte d'Horta-Guinardó

Lourdes Muñoz i Santamaria
Regidora de Política de la Dona i
vicepresidenta del Consell de Dones

.... I es van casar, van ser molt feliços
i van menjar anissos. I vet aquí un
gos, vet aquí un gat, vet aquí que
aquest conte s'ha acabat.



Els contes que ens con-
taven quan erem nenes
acabaven així. Amb tan-
tes històries moltes do-
nes han arribat al matri-
moni, a la convivència,
amb aquesta idea romàn-
tica del que seria la seva
relació de parella.

*Aquest és el final dolç del conte que, de
portes endins, per a moltes dones passa a ser
el principi d'una amarga història.*

- " Pensaba que em tractaria amorosament."
- " Imaginava que aniríem junts a tot arreu."
- " Que em sentiria segura i cuidada al seu costat."
- " Que tindria més en compte els més desitjos i estaria més pendent de mi."
- " Em casava per tota la vida."
- " Jo sóc dona d'un sol home."



I la Ventafocs es va calçar la sabata de vidre i el seu
peu hi va encaixar perfectament. I es van casar, van ser
molt feliços i van menjar anissos. I vet aquí un gos, vet
aquí un gat, vet aquí que aquest conte s'ha acabat...¹

1. Conte elaborat per Nunila (conta-contes)

La dona està malalta, la dona està trista, què li passa a la dona?

**Sense saber ben bé
per què:**

" No puc amb tot "

" Els nervis m'ataquen l'estòmac i no tinc gana "

" Em desperto i no em torno a dormir, haig de prendre pastilles "

" Ja no tinc forces, no puc amb amb el meu cos "

" Tampoc puc amb els meus fills "

" Estic en un forat "

" Tinc un pou negre a dins "

" No puc més. Un dia faré una bogeria "

" Quan em desperto al matí el que desitjo és que s'acabi el dia. Dormir és com desaparèixer "

Però aquest conte no ha acabat. Resulta que a la Ventafocs no li agradaven els anissos però constantment els havia de cuinar perquè eren el plat preferit del príncep.

La Ventafocs intentava cuinar-los de totes les maneres possibles però no sempre eren de l'agrat del príncep, i aquest li reprotxava. A més sempre havia de dur les sabates de vidre, que eren de taló. La Ventafocs, sempre dalt d'aquelles sabates, tenia molt mal d'esquena. I entre això i estar cuinant anissos tot el dia, cada cop se sentia més fastiguejada.

De vegades, en mig de la confusió i la sensació d'obscuritat, vénen imatges del passat, situacions que no se'n van del cap i tornen de tant en tant.

Em ve a la memòria:

- " Va ser un canvi, abans no era així amb mi. Al principi de casats, quan erem promesos, quins detalls! "
- " Encara no estàvem casats, un dia em va veure pintada i em va deixar perquè va dir que les dones pintades eren putes "
- " Em vaig casar i tot seguit vaig veure que tot havia de ser com ell deia "
- " Després de parir deixava passar un setmana per conèixer el fill "
- " Amb el primer fill jo estava plorant a l'hospital ; va trigar quatre dies a venir i va anar a buscar llet i va tornar a trigar quatre dies en més "

Alguns símptomes físics poden ser senyals d'alerta:

- Mals de cap, dolors d'esquena.
- Problemes gastro-intestinals.
- Alteracions del son i de l'alimentació.
- Palpitacions, hipertensió, arrítmies.
- Esgotament crònic, debilitat física general sense que existeixi una causa física aparent.
- Dificultats respiratòries, ofecs.
- Manca d'apetència sexual, absència de plaer amb el sexe.

La dona es pregunta: què m'està passant?



És tan gran l'esperança d'aconseguir un final feliç, que moltes dones s'esforcen a millorar, a resoldre els problemes quotidians.

- " Em sento molt malament, desenganyada, és quelcom que no puc explicar "
- " Em sento perduda, diu que ho ha fet sense voler, però em sento desprotegida "
- " Et menysprees tu mateixa i no et valores gens i penses: Déu meu! és que no serveixo per a res? "
- " Tenia molta por, em sentia com si no fos una persona, com un drap brut "
- " Et batega tot el cos, et tremola tot "
- " Com que no tens manera d'expressar-te pot haver-hi una malaltia emmascarada. Jo vaig començar amb moltes taquicardies, uns marejos i m'havien d'ingressar. Després vaig començar amb les depressions, a no voler sortir, a no voler parlar "
- " Em veia indefensa, que no tenia valor per a res. M'hagués pogut fer tot el que hagués volgut. No tenia valor per enfrontar-m'hi "
- " Ell em bloquejava amb la seva violència. Em dexaiva sense capacitat de reacció. La por em paralitzava "
- " Sóc com un conillet davant d'un elefant "

Fins que arriba un moment en què, quasi sense adonar-se'n, entren en una història que, quan la miren de cara, els sorprèn que sigui la seva.

" M'està passant la vida, és com si tingués 50 anys (en tinc 32).

" Et plantejes, per què estic aquí? de què serveix que jo visqui? Estic fent mal a les meves filles, ja no puc ni amb elles. Si ara mateix tinc 28 anys i tinc dues filles, em dic, com pot ser que estigui en la situació en què estic? Si semblo una vella de 80 anys "

" És una por que tens, un cercle del qual no saps sortir, no veus res més que un forat negre, un forat negre, i cada cop més, cada cop més. I per molt que et diguin, per molt que vegis, per molt que escoltis, tu no saps donar el pas, no en saps "

" M'ha fet tant de mal que ja no puc, no se me'n va "



El seu estimat no era com ella havia somiat .
Més aviat al contrari. La insultava i la menyspreava, l'obligava a anar amb talons, li deia que sense ells estava lletja, i que el menjar estava dolent.
Cada cop estava més trista, i es preguntava què era el que li estava passant, per què el seu príncep no era com ella l'havia esperat sempre. Seria per culpa seva ?

Durant un temps s'intenta solucionar el problema, amb tots els recursos possibles, pensant que el problema està en una mateixa, que tot és la pròpia responsabilitat.

Algunes d'aquestes solucions solen ser:

Fer el que l'altre desitja per evitar la violència, portar el problema en silenci, per por, per vergonya, per sentir-se culpable, o per pensar que ningú ho entendrà, o que parlar és traïr a la parella, intentar que no afecti als/les fills/es...

Fins el dia en què una s'adona que està tancada en una gàbia de vidre.

" Jo em sentia culpable; per què m'havia de passar això si feia tot el que podia per estar bé, i per no barallar-me? Per què m'estava passant tot això? Era una cosa que no podia entendre, no sabia per què em pasava "

" Ha estat una cosa que sempre l'he tinguda tan callada que mai he dit res a ningú. M'ho he callat tot, sempre la boca cosida "

" Si ell em deia qualsevol cosa jo callava per no crear mal ambient entre els meus fills, que els meus fills no patissin. Aleshores ell se'n va adonar i aleshores va optar per ofendre el meu germà. El maltractament era psíquic "

" La meua vida ha estat horrible, i a sobre calladeta i disimulant "

La Ventafocs intentava agradar al príncep sempre, encara que li fes mal l'esquena i l'ànima, però quan no podia més es treia les sabates i caminava descalça, però sempre d'amagati sentint-se culpable.

Així varen passar molts anys en els quals el dolor i la tristor invadiren del tot a la Ventafocs, ja que cada cop el príncep la tractava pitjor.

¶ Quan més temps i esforços fas servir per aconseguir que tot funcioni, més et costa tirar la tovallo-la i reconèixer que has fracassat en l'intent ¶

Altres dones passen anys intentant buscar solució a allò que creuen que és la causa de la violència: busquen feina per a elles o pels seus marits, ajusten els comptes de la casa si creuen que és per problemes econòmics; comencen una peregrinació a la recerca de tractaments per alcoholisme o drogadicció que la seva parella rebutja, o inicia i abandona al cap de poc temps..., busquen tractaments pel seu marit creient que es tracta d'una malaltia.

O busquen atenció psiquiàtrica per d'elles, per als seus símptomes, sense tenir consciència que aquests símptomes són la conseqüència de la situació de maltractament en què viuen:

Síntomes

- Confusió, dubtes sobre la pròpia percepció, desorientació, dificultats de concentració.
- Tensió, irritabilitat.
- Inseguretat i por, sentiments de culpabilitat.
- Desbordament, sensació de no poder més.
- Ansietat
- Sensació d'haver perdut el control de la pròpia vida, impotència, sentiment de no poder fer-hi res.
- Sensació de tornar-se boja.
- Depressió: dificultats per a dormir, desmotivació, tristor, etc.
- Idees de suïcidi o homicidi.



Quan se sentia molt malament intentava acudir a algú perquè la consolés, però ningú la comprenia, o li deien: el teu lloc està al costat del príncep.

Hi ha persones que, per ignorància o perquè creuen que la dona ha d'estar sempre a disposició del marit, dificulten, amb les seves respostes, prendre decisions alternatives i posen un bastó més a la gàbia de vidre. En no recaure la responsabilitat de la violència en l'home, se segueix exigint la solució a la dona i, per tant, culpabilitzant-la. L'única persona responsable de la violència és qui l'exerceix. La violència no té justificació.

En altres ocasions s'ofereix com a solució denunciar, separar-se.

Algunes dones, quan s'atreveixen a trencar el silenci per demanar ajuda, no reben allò que necessiten:

"I al teu voltant tens persones que en lloc de dir-te "endavant, que estem aquí" et diuen "és la teva creu, porta-la" o "no és tan dolent, perquè avui comença a treballar i potser canviarà". Altres: que està malalt i que:" a veure, si tu no ho fas, qui ho farà? "

"Algunes dones grans, que han passat pel mateix, no ho volen reconèixer i en canvi veuen malament que nosaltres donem el pas. En molts casos diuen que ens separem perquè no aguantem res. Diuen "abans s'aguantava més" "

"Hi ha persones que els fa riure, o diuen que ets una masoquista "mira, li va la marxa", o "quina classe de mare és, mira que deixar que les seves filles visquin aquesta situació". No ho entenen. I en lloc de rebre ajuda d'aquestes persones, encara et fan més petita "

De mica en mica va deixar de queixar-se, perquè no valia la pena, i es va anar quedant sola.

En la seva soledat es va anar adonant de la seva realitat: que el príncep l'estava maltractant i que ella no tenia la culpa del que estava passant.



Decisions que necessiten d'una força que moltes dones senten que encara no tenen. I altres dones no desitgen separar-se, volen millorar diferents aspectes de la seva relació.

Arriba un moment en què et cau la bena dels ulls i comences a veure-ho tot d'una altra manera, el passat apareix sota una nova llum.

"Quan el vaig conèixer i em vaig casar em semblava que sabia parlar de tot, era una cosa! Només em faltava besar per on passava. Parlava i era com si ho sabés tot. I ara penso, però què he vist jo en aquest home? "

Després de 10 anys de casada és com si hagués vist una llum i he pensat : però mare meva! com he pogut aguantar en 10 anys tot el que he aguantat? "

"La meva família em deia que ell tenia molt mal caràcter, ells ho veien més que jo. A mesura que m'ha anat fent coses m'anava adonant que jo tenia una bena als ulls i que no ho veia. En fer-te segons quines coses te'n vas adonant , i dius: "però, si tenen raó, si és que estic cega! Em va intentar pegar. Aleshores ja vaig veure que no, "que aquest home a mi no em pot estimar". I amb el temps te'n vas donant compte per les coses que fa, te n'adones que cada cop t'estima menys "

"Aquella nit es va aixecar donant crits, jo estava dormida, em vaig despertar i vaig anar a veure què passava. Em va donar un cop de peu a la panxa, el morat era més gran que la meva mà oberta, i em vaig defensar com vaig poder. Des d'aquella nit vaig perdre la por, perquè jo tenia una por horrible. Aquella nit vaig reaccionar donant-li una empenta "

"Vaig obrir els ulls de cop la primera vegada que vaig veure al meu fill en perill. Durant tota la nit vaig repassar els darrers 10 anys de la meva vida i per fi els vaig veure com tothom em deia " .

Al caure la vena dels ulls

De mica en mica es van reconeixent els diferents abusos que s'han patit. A més del maltractament físic hi ha altres tipus d'abusos.

També hi ha l'abús emocional:

desqualificacions, no parlar, desautoritzar, dir que no fas res bé, insults, crits, xantatge emocional, coaccions per obligar a fer alguna cosa, amances, abandó o absència de cura en situació de malaltia, etc. L'abús emocional també es pot realitzar dirigint les amenaces o agressions cap els/les fills/es, familiars, amics/gues, com una manera de ferir.

"Et diu : "i tu on aniràs? Si jo em separo de tu, tu on aniràs? a tu qui et voldrà?". I tu que fas? : plorar, és l'únic que saps fer" "

"Estic amb les depressions, i ell fa veure que les depressions són romanços "

"Em diu: "ets una inútil, no vals per a res" "

"De vegades és un llop perquè és terrorífic i altres vegades és com una termita d'aquelles que et van foradant, i van fent un forat que t'arriba fins al cervell "

"És com un torero, només tens temps per pensar en com li donaràs el passe "

"Em deia "el teu germà està boig, i tu estàs boja com ell" " (germà depressiu).

**Hi ha abús
econòmic:**

té a veure, més que amb la manca de recursos, amb la seva utilització. No donar prou diners per a la manutenció de la casa, quan la dona no té ingressos propis, o controlar i disposar dels diners de la dona si ella té els ingressos propis. Deixar la dona sense recursos econòmics és una manera de controlar la seva autonomia.

” He estat tants anys pendent de si em passava 60.000 ptes. i amb això pagar l'aigua, llum, telèfon, menjar (quatre persones de família) ”

” O no tens per arribar a final de mes per donar de menjar als teus fills, perquè aquell mes no t'ha passat diners ”

” La independència econòmica fa molt. Quan no treballava em tirava en cara moltes vegades el fet que jo no treballés, que ell portava els diners a casa ”

” Econòmicament, ell ho portava tot. O sigui, jo treballava però no era mestressa dels meus diners i no era mestressa de res, sempre depenent d'ell ”

**Una altra forma
d'abús és l'aïlla-
ment social:**

la prohibició de sortir, treballar o relacionar-se amb altres persones (inclús moltes vegades amb la pròpia família), el control de les activitats de la dona, dels seus horaris, de les relacions socials, el boicot més o menys sutil de les relacions de la dona fins que arriba a aïllar-la socialment.

” Amb la meua família no s'entenia massa, ni en parlava, ni res. Molta de la distància de família que tenim és per ell ”

” Em deia : "com jo m'enteri que dones diners al teu germà, sabràs el que és bo" ”

” De vegades la parella no et diu ni que sí ni que no.



Ella només volia fer feliç al príncep.
Però ell no canviaria mai, per molts anissos
que li cuinés o per molt bonica que es posés.

Esperant la felicitat promesa

"Sí que vinguin els teus amics", però després diu "hi ha que veure, el teu amic no m'agrada gens". O venen els teus amics i ell es tanca al dormitori perquè no en vol saber res, o els veu a disgust "

" Quan ve la família ell se'n va a fer la migdiada "

" Sentia que m'anava aïllant. No li semblava bé ni la meva família ni els meus amics "

" Ells t'aïllen de tot perquè a ells no els interessin les opinions de ningú. Et volen tenir totalment en el seu puny "

" Ni aportava ni col·laborava a organitzar o encarragar-se dels temes de casa. La seva manera de lligar-me era gastar més i passar-me més responsabilitats, per no dir totes. D'aquesta manera jo no tenia temps per l'oci ni per a mi "

El maltractament sexual:

inclou qualsevol contacte sexual no desitjat i que es realitza des d'una posició de poder. A més a més de la violació amb força també s'inclou la coacció (moltes dones no es neguen a les relacions sexuals per evitar altres tipus de maltractament o agressions cap a elles o els seus fills/es). També és un maltractament mantenir relacions sexuals sense protecció fora de la parella, amb la possibilitat de contagi de malalties de transmissió sexual a la parella.

" Jo sento a altres dones quan parlen de sexe i d'això i d'allò. Però jo no, era com els cèrvols; arribar, !fu!, marxar, i allà et quedes. I passar unes nits i uns dies horrorosos, perquè clar, jo no... no sé què és el sexe. I això també et fa molt mal "



Els canvis i problemes que van sorgint al llarg de la vida, les etapes de major fragilitat i en les que es necessita més suport (malaltia pròpia o d'algun familiar, pèrdua o canvi de treball d'un dels dos, dificultats econòmiques, pèrdua d'algun familiar, etc.) solen ser moments de major intensitat de la violència.

Les etapes en què s'espera més acompanyament,

- Embaràs
- Naixement dels fills/es
- Jubilació

són els moments en què augmenta la violència.

Comencen a caure els vells valors

“ Estic cansada de donar, avorrida. Ell no canviarà. Ja no puc aguantar-lo més ”

“ Hi va haver un moment en què el fet de pensar que és un desgraciat em va portar a no separar-me d'ell”. I si no ho fa la família, qui ho farà?. I si no som nosaltres, el deixarem a la cuneta”. I és que no es tracta de si el deixo o no, ell ja està a la cuneta des de fa temps. Tot això et passa pel cap. Cal treure-s'ho del cap. No hem de pensar que canviaran perquè no ho faran ”.

“ Ell té dues cares, una per la gent i una altra per a mi ”

És aleshores quan es comencen a veure sota una llum diferent aquelles creences que han estat mantenint els esforços per a canviar la violència.

Després d'anys de viure amb la convicció i l'esperança que ell canviarà, pensant que amb amor i esforç tot es pot aconseguir, que l'amor tot ho pot, arriba un moment en que una se n'adona que la violència no parará. Es comença a passar del sentiment de responsabilitat pel benestar de l'altre a la responsabilitat pel benestar propi.

Moltes dones creuen que el que estan vivint no són maltractaments, perquè creuen que els homes violents ho són sempre i amb tothom.

La majoria dels homes violents ho són només a casa. Fora de casa acostumen a ser persones amables.

El seu príncep blau s'havia convertit en un ogre. Aquest no era el somni que havia tingut a la casa on vivia de petita, quan creia que un príncep la salvaria.

Ara, després de tants anys de sofriment, es va adonar que l'única que la podria salvar era ella mateixa.



Els /les nen/es en el compte feliç

Es comença a qüestionar la creença de que els/les fills/es necessiten un pare, encara que els faci patir. O que allò que passa a casa no els afecta. Es comença a veure que no se'ls pot protegir del mal, amagant o justificant situacions quotidianes que ells/es també viuen.

I finalment, es revisa també la pròpia manera de pensar, les pròpies creences i valors per a que restin més d'acord amb la vida real.

" La típica frase de sempre de "no ens separem pels nens". Encara que intentis tapar-ho i els vulguis donar de tot, els nens saben que el problema està allà. I tindran 40 anys i el problema seguirà allà. I amb aquest tipus de situacions marxen abans de casa, i si no poden marxar, què fan? estar tot el dia al carrer "

" Per molt petits que siguin, ho veuen, no cal que els diguis res "

" És inútil. És una cosa que surt, i els surt als fills. I hi ha moments en què et truquen de l'escola i et pregunta "què li passa al nen?". Era estrany que un nen d'aquella edat estigués tan aïllat de tot, i tan sumament trist i sense gens de ganes de jugar "

" Per molt que el pare els digui que els estima, quan s'ha d'anar al metge els portes tu, quan s'ha d'anar al parc, els portes tu. Ets tu la que, al cap i a la fi, segueixes amb els teus fills. Igual que vols el millor per a ells, no vols que el dia de demà pateixin "

" M'està costant molt perquè jo he estat d'aquelles dones que pensaven que m'havia casat per a tota la vida, i a més, no he conegut cap altre home que no fos el meu marit "



La dona comença a notar que arriba el final d'un malson

En valorar les con-
seqüències de tot el
que s'ha viscut, en com-
provar el que ja s'intuïa,
la manera en què s'ha
anat entreteixint la his-
tòria, en revisar i repa-
rar en la mesura en que
hagi estat possible tot
el mal que s'ha fet, es
desisteix de perseguir
el final feliç que no arri-
barà, i es comença a
recuperar la pròpia vida.

**En veure que la rela-
ció es basava, més que
en l'amor i el respecte,
en la submissió als de-
sitjos de l'altre.**

"Hi ha un moment en què potser et ve tan de
nou que ho expreses airadament, però quan
ja se'n va l'ira és quan et vas enfonsant. És un
procés en cadena, et vas desvaloritzant, vas
perdent interès per tot, vas perdent
l'autoestima dia a dia. Aquí veus realment el
mal que t'ha fet "

"Jo he vist, al final, que a mi ell... no
m'estimava. Perquè si m'estimés no m'hauria
fet totes les coses que m'ha fet, les pallises
que m'ha donat, i tot. Si un home t'estima no
crec que et faci aquestes coses "

"Els meus desitjos sempre han estat segon lloc "

"Arriba un punt en què et sents com obligada
a servir a aquella persona "

"Volen a la dona submissa, allà al seu costat "

"El poder que tenen ells sobre nosaltres. Quan
ens diuen "jo guanyo diners i tu no en guanyes,

**En veure la història, mil
cops repetida, que va
del penediment i el
perdó a tornar a
començar el cercle
del maltractament.**

**En veure que l'excessiu
sentit de protecció
vers els altres per da-
munt d'una mateixa, ha
anat alimentant els repe-
tits cercles que s'han co-
vertit en cadenes.**

els diners són meus", jo ja em sento una inútil.
Et fan sentir impotent, et fan sentir de tot "

"Per què canvia una persona? perquè s'adona
de tot el que està vivint. Quan tu canvies ell
reacciona i diu: "tu ets la dolenta perquè no
fas el que jo vull que facis". Ell em vol tal com
jo era abans, que estava sotmesa a ell "

"Ell sempre dirà el mateix i tu aleshores
pensaràs, ai pobriíssol! i caus. Però quan et posa
la mà al damunt o et maltracta psicològicament
ell no pensa ai pobriíssol, veritat? sempre has
de ser tu qui pensi pobriíssol. Ells coneixen
que al final sempre els perdonis, perquè tu
sempre coneixes arreglar les situacions "

"Ets com la seva mare, has de protegir la seva
mare i a més a ell "

"Els meus fills m'han dit: "Però mare, per què
has aguantat tant? Deixa'l" "

"Jo no puc responsabilitzar el meu fill que
pensi que la seva mare ha vingut més tard
perquè li ha passat alguna cosa. És com un
adult, és un món que no és el seu món. És un
nen i ha de tenir la seva infància" "

"El nen no pot aguantar aquesta situació, es fa
gran. I després, quan marxi, si t'ho tira en cara
li diràs: fill meu, tens tota la raó del món "

"El meu pare ha estat un home masclista,
d'aquells que s'havia de fer el que ell volgués
i ha pagat la meua mare, i jo ho he vist des
de nena. I això jo ho he portat des de sempre.
I jo, el pare és el meu pare, però jo no el vull
com l'hauria de voler. Això et marca. I trobes
a faltar que no has tingut infantesa, ho trobes
a faltar "

**I poc a poc, se'n va
veient la sortida.**

" El maltractament no és només pegar. Surts de la infantesa i ja repeteixes. I te n'adones amb el temps. És una cadena. Jo no vull acabar com la meva mare "

" La por més gran que tinc és que el dia de demà el meu fill faci, ni que fos la quarta part del que ha fet el seu pare "

" Tinc una filla d' 11 anys i està molt agressiva amb mi, Per què? . Perquè veu el pare "

" Cada dia veig més clar que no haig de seguir mantenint aquesta relació, però necessito agafar forces per afrontar-ho "

" O obro els ulls o surto d'això, perquè és com un cercle viciós que mai acaba de solucionar-se, com una por a prendre una decisió "

" La porta està allà, però has de donar el pas. Aquest pas és tan important que si no el fas et traumatitza tota la vida i acaba amb tu, perquè et vénen tots els mals, et poses malalta d'aguantar tota la vida tanta pressió "

" Arriba un punt en què dius, mira, ja n'hi ha prou. Vull la separació perquè no aguanto més. Vull ser una persona normal, només demano ser una persona normal i corrent. De no anar amb aquest sentiment de culpabilitat a tot arreu, de dir ara, com reaccionarà ell? Quan penses que reaccionarà malament reacciona bé, quan penses que reaccionarà bé reacciona malament. O sigui que no ets capaç. No hi ha comprensió, no hi ha comunicació en la parella i no hi ha respecte. El respecte hi fa molt en una parella. Quan es perd, jo crec que és el final de tot, està tot perdut "

" Necessito tranquil·litat, seguretat a casa, calma. No sentir por dia i nit. Pensar amb el meu cap, no a través del seu "

" No val la pena que sacrificuis la teva vida, que sacrificuis la vida dels teus fills "



Però també sabia que necessitava ajuda, així que per segona vegada en la seva vida va invocar a la Fada. La Fada va aparèixer de seguida i la va abraçar i consolar durant hores. Durant aquestes hores la Ventafocs va plorar i va plorar tot el que no havia plorat des de feia anys. I quan va acabar va ser com si se li hagués buidat l'ànima de totes les penes i ara hagués de començar a omplir-la de coses boniques.

Sentir que aún queda tiempo
para intentarlo,
para cambiar tu destino (2)
Abre la puerta,
Deja que entre el sol.

deja de lado los contratiem-
pos, tanta fatalidad

porque creo en ti cada
mañana
aunque a veces tú no creas
nada

² Sentir. Copyright 2000 by María Luz Casal Paz (Luz Casal), Pablo Sycet Torres Muñiz y Pedro Ayres, Madrid (España). Edición autorizada en exclusiva para todos los países a ELMAR EDICIÓN MUSICALES, S.L., Alcalá, 70, 28009 Madrid (España)

Hi ha solucions, pots veure altres
camins, altres vies, altres canals
per on iniciar una nova vida.

"Has de lluitar perquè si no lluites
t'enfonces completament "

"S'ha de lluitar i si més no intentar
veure un futur, que en altres
moments estàs tan enfonsada que
no el veus. Aleshores penses: "encara
que només sigui pels meus fills" "

"Adonar-me que el món continua ,
que no sóc una vella, que se m'ha
obert una porta "

Pots sortir d'aquesta situació, però
és possible que necessitis ajuda. No
dubtis a demanar-la. Parlar de tot
el que t'està passant, dels teus
sentiments, t'ajudarà a aclarir les
idees, a superar la confusió i a
buscar la sortida més adequada.

"No t'ho callis, comenta-ho, encara
que potser et penses que estàs
parlant amb una paret, hi ha una
persona al teu costat i et pot dir
"doncs mira, pots anar a..." , o
"t'acompanyo" "

"Abans em feia vergonya explicar-
ho. Ara ho explico cada cop que
s'escau, sense problemes, perquè me
n'he adonat i n'he sortit "

Rompe silencios y barricadas,
cambia la realidad.

Encara que de vegades no et diguin el
que necessites sentir o tinguis la sen-
sació que no t'entenen, no et desani-
mis. Si les persones a les quals recorres
no et creuen, no donen importància
a allò que et passa, o justifiquen la
violència del teu marit, **no perdís el
temps, busca ajuda en un altre lloc.**
Aquestes persones no poden donar-te
el suport que necessites.

Sovint et poden proposar solucions,
com denunciar o separar-te, per les
quals no tens encara suficient convicció
o fortalesa com per dur-les a terme
tan rapidament com cal. **Recorda que
ets tu qui millor sap el que necessites
en cada moment, i el que pots o no
pots fer.** Recull de tot allò que et
diguin el que més s'apropi a les teves
primeres fites i segueix buscant fins
que trobis les persones, professionals
o no, que sàpiguin per si mateixes o
per la seva especialització, la situació
que estàs vivint.

"Ves a un centre de dones i que
t'assessorin, per veure que pots fer "

"Anar a la psicòloga "

"Que les dones que estan en la nostra
situació puguin venir a grups i es
puguin fer més fortes i sàpiguin actuar
en el moment adequat "

porque creo en ti cada mañana aunque a veces tú no creas nada.

● Deixar enrre no és fàcil, suposa un cost. La inseguretat i la por es poden apoderar de tu en algun moment. **No desfalleixis**, és normal que sorgeixin en tu sentiments de dolor i de pèrdua, havies invertit la teva vida, tant d'esforç... Però tu saps que la vida te altres colors, altres mirades, altres persones amb qui podràs sentir i compartir tot allò que sempre has desitjat.

" Tens molta força a dins. Hi haurà un dia que la treuràs "

" Cada cop que explico d'on he sortit m'adono de lo forta que he estat, del que he arribat a suportar. Fa 10 mesos no ho veia, pensava que jo era dèbil, inútil, incapaç.. "

" Si has aguantat tot el que has aguantat, podràs aconseguir el que et proposis "

" S'ha de lluitar tal com ho hem fet pel nostre matrimoni (per tant som capaces), però per nosaltres mateixes i pels nostres fills "

Epíleg:

I la Ventafocs ho va aconseguir. Va deixar els talons i els anissos i es va convertir en cuinera vegetariana. I ara està treballant amb altres dones com ella: Blancaneus i la Bella dorment que ja havien despertat, la Caputxeta vermella que havia deixat el caçador per violent, la Rateta presumida que havia canviat el llacet per l'autoestima. I entre totes decidiren canviar els seus papers en els contes i començar-ne un de nou.

Hi havia una vegada unes dones que no estaven soles...

On pots dirigir-te?

Atenció Psicosocial

Centres de Serveis Socials d' Atenció Primària

► Informen, assessoren i oreinten en tot tipus de problemes de caràcter social. Compten també amb ajuda psicològica i altres tipus d'ajudes (econòmiques, ajudes per l'habitatge, consulta jurídica, etc.).

	Centre de Serveis Socials	Direcció	Telèfon
Dte. 1 Ciutat Vella	Gòtic	Correu Vell, 5	319 01 64
	Raval Nord-Erasme Janer	Erasme Janer, 8	291 61 63
	Casc Àntic	Pl. de l'Acadèmia, 1	310 39 00 / 62
	Barceloneta	Conreria, 1- 9	221 79 45
	Raval Sud-Drassanes	Nou de La Rambla, 45	443 17 54
Dte. 2 Eixample	Dreta Eixample i Fort Pius	G.V. Corts Catalanes, 732	231 58 35
	Esquerra de L'eixample	Paris, 64	363 85 90
	Sant Antoni	Manso, 24-28	289 30 30
	Sagrada Família	Mallorca, 425-433	446 26 20
Dte. 3 Sants-Montjuïc	Zona Franca	Alts Forns, 82-86	296 79 69
	Sants	Crta. Sants, 79-81	291 87 00 / 87 47
	Poble Sec	Pl. Sortidor, 12	443 43 11
	Zona Franca-Can Tunis	Alts Forns, 82-86	296 79 69
Dte. 4 Les Corts	Zona-Est - Les Corts	Masferrer, 29-31	291 64 63
	Zona Oest - Les Corts	Riera Blanca, 1-3	448 04 99

	Centre de Serveis Socials	Direcció	Telèfon
Dte. 5 Sarrià - Sant Gervasi	Sant Gervasi	Sant Hermenegild, 17	414 05 84/ 38 21
	Sarrià	Salvador Mundi, 6 Bis	291 65 45
	- Annex Les Planes. (Sarrià)	Cta. Vallvidrera-Les Planes (Centre Cívic l'Electric)	204 86 04
Dte. 6 Gràcia	- Annex Vallvidrera (Sarrià)	Reis Catòlics, 2	406 84 53
	Gràcia	Pl. Rius i Taulet, 6	218 31 37
	Coll - Vallcarca	Aldea, 15	285 72 67
Dte. 7 Horta - Guinardó	Vall D'hebró (Texonera)	Arenys, 75	429 12 05
	Guinardó	Av. M. D. Montserrat, 134	450 39 87
	Carmel	Santuari, 27	429 08 09
Dte. 8 Nou Barris	Horta	Pl. Santes Creus, 8	358 81 00
	Z. Centre Baixa (Pau Casals)	J. Ramon Giménez, 4-6	274 91 50/ 29
	Z. Nord (Nou Barris)	Av. Rasos de Peguera, 25	276 99 57/ 50
Dte. 9 Sant Andreu	Z. Centre Alta (Roquetes)	Vidal i Guasch, 76-78	276 98 00
	Z. Sud (Nou Barris-Maragall)	Teide, 20-22	407 29 29
	St. Andreu-Sagrera	Sagrera, 179	498 82 14
Dte. 10 Sant Martí	Garcilaso	Juan de Garay, 116-118	243 17 27
	Franja Besos (Bon Pastor)	Mollerussa, 61	274 41 31
	- Annex Trinitat Vella (F.Besos)	Foradada, 36 - 38	345 70 16
	Besos	Rbla. Prim, 87-89	266 39 36/ 93
	St. Martí (Verneda)	Selva de Mar, 215	308 68 03/ 97/93
	Poblenou	Pallars, 277	266 44 41
	Clot - Camp de L'arpa	G. V. Corts Catalanes, 837	291 84 48

Atenció Psicosocial

Oficina Permanent d'Atenció Social (OPAS)

Comerç, 44 baixos
Tel 900 70 30 30
365 dies de l'any, nits, festius i caps de setmana

És un centre d'atenció social permanent únic a la ciutat, que atén qualsevol situació d'urgència, i també els casos de violència, fora del horari d'atenció de la resta de serveis, amb un equip especialitzat en urgències, i gestionant un conjunt de recursos i serveis de suport.

Equip d'Atenció a la Dona

Rec, 15
Tel. 93 268 20 82
De dilluns a divendres de 10-18 h

Es tracta d'un servei municipal especialitzat en l'atenció a les situacions de violència vers les dones. L'equip està compost per treballadores socials, psicòlogues i juristes. Ofereix un espai d'atenció interdisciplinar a les dones que viuen situacions de violència per tal de poder treballar els processos de recuperació, amb els recursos existents. L'Ajuntament compta amb UNA CASA D'ACOLLIMENT PER A DONES MALTRACTADES, on les dones que ho necessiten poden estar allotjades durant el temps necessari per a la seva recuperació.

Atenció policial i jurídica

SAF. Servicio de Atención a la Familia. Policía Nacional

Servei de referència per cursar les denúncies dels fets vinculats a violència vers les dones.
Via Laietana, 49 bx.
Tel. 93 290 36 99
Horari: 24 hores

Justícia Gratuïta

Tramitació d'advocat/da d'ofici públic i gratuït.
València, 344
Tel. 93 567 19 85/ 87

Torn d'Ofici Especialitzat en Violència Domèstica

Col·legi d'Advocats de Barcelona
Mallorca, 283
93 487 13 50

Servei d'atenció a la Víctima (Violència Domèstica)

Fiscalia del tribunal Superior de Catalunya.
Pau Claris, 160
Tel. 93 567 36 00

Punts Municipals d'Assessorament Jurídic Gratuït per a Dones

Assessorament jurídic gratuït per a dones a tots els districtes. L'atenció es realitzarà dues hores a la setmana. Per a informació sobre horaris contactar amb els punts d'informació i atenció a les dones.

SAV. Servei d'atenció a la Víctima del Delicte

Departament de Justícia.
Via Laietana, 4 4t.
Tel. 93 567 44 11

THEMIS. Associació de Dones Juristes

Atenció jurídica a dones que han patit violència.
Bruc, 5 1r, 1ª
Tel. 93 310 78 58

Associació Dones Juristes

(Ass. Catalana Dones Carreres Jurídiques). Atenció jurídica a dones que han patit violència des d'una perspectiva de gènere.
Londres, 84 Ent. 1ª
Tel. 93 322 06 17

Centres d'informació per a les dones

Centre Municipal d'Informació i Recursos per a Dones. CIRD

De dilluns a divendres de 12 a 14h. dimarts i dijous de 16 a 19h.
Av. Diagonal, 233 5ª Planta.
tel. 93 413 27 22 / 23

És un servei municipal que té com a finalitat oferir informació, assessorament i altres recursos per estimular la participació de les dones en la vida pública de la ciutat.

Punts d'Informació i Atenció per a Dones

Els Punts d'Informació i Atenció a les Dones és un recurs que dona respostes a la diversitat de necessitats i demandes de les dones, té com a objectiu potenciar la participació, els espais de trobada, d'autonomia i contribuir a la sensibilització i detecció precoç de les situacions de discriminació i de violència de gènere.

Punt d'Informació i Atenció a les Dones **Les Corts**
C.S.S. c. Masferrer 29-31
Tel 93 291 64 91

Punt d'Informació i Atenció a les Dones **Horta-Guinardò**
C.S.S. d'Horta.
Pça. Santes Creus 8
Tel 93 420 08 00

Punt d'Informació i Atenció a les Dones **Nou Barris**
Centre Cívic Via Favència
c. Via Favència 217
Tel. 93 359 95 90

Punt d'Informació i Atenció a les Dones **L'Eixample**
Centre Cívic Sagrada Família
Mallorca 425-433
Tel 93 446 26 25

Entitats Especialitzades

Associació de Dones Agredides Sexualment

Horari: de dilluns a divendres de 9 a 14h i de 15 a 16h.
Aragó, 410 entl. 2ª
Tel. 93 231 95 93

Atenció individual i familiar a dones i nenes i nens que han sofert algun tipus d'agressió sexual. Servei d'atenció jurídica, psicològica i acompanyament.

Tamaia. Associació de Dones Contra la Violència Domèstica

Horari: dilluns de 18 a 21 h.
Dijous de 10 a 14h
Casp, 38 pral.
Tel. 93 412 08 83

Informació i acompanyament en el procés de recuperació. Atenció individualitzada i grupal. Previ contacte telefònic. Dirigit a dones que pateixen o han patit violència de gènere.

Acció Contra la Violència Domèstica

Punt d'Informació **Zona Nord**
Horari: dimecres, de 16 a 19h
Tel. 93 276 99 50

Punt d'Informació **Les Basses**
Horari: dilluns, de 16 a 19h
Tel. 93 407 29 26

Institut Genus

Enric Granados 116, 1er 1ª
Tel. 93 237 41 83

Laris. Centre de Tractament de la Violència Familiar

Sant Germà, 12 1º
Tel. 93 289 05 30

Agraïments

Volem fer una menció especial a totes les dones integrants dels Grups de Suport Psicosocial en Violència Doméstica de Nou Barris (1997-1999) i Horta-Guinardó (2000-2001). No tenim paraules suficients per agrair la seva generositat i la seva valentia en compartir les seves vivències amb nosaltres, i amb totes aquelles dones que puguin llegir aquest conte. Volem expressar-los la nostra admiració per la seva fortaleza i per la seva generositat en aquesta tasca. També volem agrair les aportacions fetes per algunes de les dones ateses des de la zona del Guinardó.

Gràcies a Nunila, que ha creat aquest conte especialment per l'ocasió, i per mitjà d'ell ajudar a contruir una nova realitat.

A Luz Casal, per la lletra de la cançó *Sentir*, per impulsar a obrir noves mirades a una vida millor, àmplia com la mar. Gràcies Luz, per cedir-nos aquesta cançó.

Gràcies també a totes les persones, professionals o no, que amb el seu suport han permès donar forma final, revisant el material, aportant millores, i animant-nos a seguir endavant:

- Gràcies als/les professionals de la Divisió de Serveis Personals del Districte d'Horta Guinardó que des de l'inici han fet contínues aportacions, i en especial l'Equip de Serveis Personals de la zona del Guinardó.
- Al Consell de les Dones del Districte d'Horta Guinardó.
- Als pocs homes als qui hem passat de forma especial aquest material, i que rere la seva lectura ens han fet aportacions molt valuoses: Quique, Ferran i Rafa.
- I a Carmen Menchon, responsable del Pla operatiu contra la Violència vers les Dones 2001 - 2004, de l'Ajuntament de Barcelona.

Ajuntament  de Barcelona

