

Es el uso intencional de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra uno mismo, una persona, grupo o comunidad que tiene como resultado la probabilidad de daño psicológico, lesiones, la muerte, privación o mal desarrollo.

¿Violencia?

Se produce en todo tipo de comunidades y afecta a personas de todos los sexos y todas las edades

Violentómetro

1er grado

- Bromas hirientes
- Chantajear
- Mentir, engañar
- Ignorar, ley del hielo
- Celar
- Culpabilizar
- Descalificar
- Ridiculizar, ofender
- Humillar en público



2do grado

- Intimidar, amenazar
- Controlar, prohibir (amistades, familiares, dinero, lugares, apariencia, actividades, celular, mails y redes sociales)
- Destruir artículos personales
- Manosear
- Caricias agresivas
- Golpear "jugando"
- Pellizcar, arañar
- Empujar, jalonear
- Cachetear
- Patear



3er grado

- Encerrar, aislar
- Amenazar con objetos o armas
- Amenazar de muerte
- Forzar a una relación sexual
- Abuso sexual
- Violar
- Mutilar
- ASESINAR



¿Cómo erradicar la violencia?

1. Escucha y cree a las sobrevivientes

2. Exige respuestas y servicios adecuados para su propósito

3. Comprende qué es el consentimiento

4. Conoce los indicios del maltrato y aprende cómo puedes ayudar

5. Sé responsable y exige responsabilidad es a los demás

• Llamar al Programa de Atención Psicológica a Distancia: 55 50 25 08 55 Horario de lunes a viernes de 9:00 a 19:00 hrs.

Responder el siguiente cuestionario:

- La Coordinación de Centros de Formación y Servicios Psicológicos pueden ayudarte: <https://misalud.unam.mx>
- También puedes consultar los Servicios que ofrece la Universidad: <https://saludmental.unam.mx/>

Referencias

