



# KELARRE INFORMATIVO

Boletín feminista de las brujas que no pudisteis quemar

## TAMBIÉN ES VIOLENCIA (V): VIOLENCIA SIMBÓLICA

**La violencia simbólica es una práctica que utiliza los elementos discriminatorios que aprendemos desde la infancia y se graban en nuestro inconsciente, por lo que se acepta sin cuestionarse.**

Se va nutriendo, a lo largo de toda nuestra vida, de las creencias y las normas que se nos enseñan para que socialicemos y construyamos nuestros hábitos, por lo que se interioriza desde la niñez, se normaliza a lo largo de la vida y por eso no se acepta como violencia en la edad adulta. Está tan arraigada y es tan sutil que no somos conscientes de que la sufrimos ni de que la perpetuamos.

**El patriarcado y las normas religiosas han influido enormemente en la construcción de las violencias simbólicas.** Hasta hace no mucho tiempo, en los buzones, se veía como las mujeres ponían el mensaje de "Señora de..." y vemos como en los formularios ellos rellenan la casilla de Sr. y nosotras tenemos las casillas de Sra. y Srta. para que marquemos la que corresponda. Esta distinción no se hace dependiendo si eres joven o mayor, como muchas pensamos. Aunque tenemos que distinguir en función de la edad ya supone violencia simbólica de por sí, el trasfondo es más aterrador, porque lo que te preguntan es si estás o no casada.



**En el caso de las mujeres la violencia simbólica siempre se presenta en roles estereotipados de relaciones de poder en los que se nos discrimina, se minimizan nuestros logros, se ridiculizan nuestros defectos** y se nos domina a través de mensajes, símbolos o signos: "mujer tenías que ser", quien se levanta a quitar la mesa, lo que hacemos para agradar a nuestras madres o a nuestros padres según nuestro género, "calladita estás más guapa"...

En el mundo laboral se refleja en las carreras que elegimos, en aquellas preguntas de las entrevistas de trabajo sobre si pensabas casarte o tener niños (hoy por completo prohibidas), en los mensajes y gestos que recibes cuando estás tentada a promocionar en la empresa como si no considerasen que estás capacitada o que tu familia pasa a ser menos importante... Se ejerce violencia simbólica siempre que se te asigna un valor inferior al de tu homólogo varón o cuando se te muestra como incapaz, cosificada u ocupando roles de reproducción, domésticos o de cuidados. La discriminación indirecta es violencia simbólica.

Pero, como hemos dicho, la violencia simbólica actúa también contra otros colectivos vulnerables: "vieja pelleja", "gafitas cuatro ojos", "pareces un gitano"... porque su pretensión es mantener ciertos estatus: quién domina y quién debe ser dominado, quién es fuerte y quién es débil, quién es capaz y quién no... "tú serás un hombre de provecho" "tú vas a ser una gran madre"

Todos estos ejemplos representan sesgos con los que se construyen las relaciones sociales. Aunque han estado normalizados, incluso entre las mujeres, por suerte cada vez nos rechinan más.

**La deconstrucción, es darnos cuenta de que tenemos estos mecanismos impuestos desde la educación y la sociedad. Hemos normalizado constructos sociales con los que hemos dejado que nos degraden e incluso nos hemos degradado a nosotras mismas.**



**MCLMEX** [buzonvioleta@cgt-mclmex.org](mailto:buzonvioleta@cgt-mclmex.org)

*Normalizar ahora una realidad distinta, libre de violencias simbólicas, es una forma de darnos a nosotras mismas todo el respeto que nos merecemos.*

Nº49

13 Septiembre 2023