



El próximo 15 de noviembre se celebra el Día de la Escucha

3 de cada 4 personas que llaman al Teléfono de la Esperanza son mujeres

El 43,4% de todas las llamadas son realizadas por mujeres de entre 30 y 50 años

El año pasado, los voluntarios de los 24 centros del Teléfono de la Esperanza en España atendieron **69.737 llamadas**. De ellas, el 74% fueron efectuadas por mujeres, lo que evidencia que en situaciones de crisis emocional **a las mujeres les cuesta menos solicitar ayuda psicológica que a los hombres**. También se puede constatar fácilmente que muchas mujeres **suelen actuar como portavoces de la familia cuando existe un problema de índole familiar**. Mientras que a los hombres les produce más vergüenza reconocerse necesitados, a las mujeres les resulta más fácil demandar ayuda para cualquiera de los miembros de la casa, sean hijos, marido, padres...

El segundo dato destacable es que cerca de la mitad de todas las peticiones de ayuda, concretamente el 43,4%, provino de mujeres de edades entre 30 y 50 años, la época de la vida en la que más **se sobrecargan de responsabilidades** tratando de compaginar papeles tan complejos y absorbentes como el de trabajadora, madre, esposa y cuidadora de los familiares mayores del hogar, lo que les obliga con frecuencia a dejarse 'jirones de piel' en el empeño y **sufrir un alto nivel de estrés**.

A pesar del sobreesfuerzo que asumen, muchas de las llamantes manifiestan **sentimientos de frustración y de culpabilidad** porque creen que no responden a lo que se espera de ellas. Una de cada cuatro mujeres no duda en atribuir las graves tensiones que vive con su pareja a la dificultad para armonizar su vida laboral, doméstica, familiar y afectiva.

Por otra parte, los porcentajes más altos de mujeres que manifiestan en las llamadas crisis del proyecto vital se corresponden con las solteras y las separadas debido a que casi siempre los proyectos femeninos incluyen a otros: pareja, hijos...

En las llamadas recibidas también se detecta que cada vez es mayor el número de personas que explican que tienen serios problemas para comunicarse, en particular, con su pareja. El 80% de las mujeres españolas se queja de que sus compañeros no se comunican lo suficiente y que, si lo hacen, tratan de eludir el terreno de las emociones. Así, la incomunicación en la pareja es la causa de la mayoría de los fracasos sentimentales, muy por delante de la infidelidad y de la incompatibilidad de caracteres. De hecho, el 87% de las personas separadas o divorciadas afirma que el principal motivo de su fracaso matrimonial fue “la falta de comunicación”.

Por otra parte, pese a que las leyes se van modificando para asegurar la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, muchas llamadas ponen al descubierto que algunas mentalidades no han cambiado y que algunos hombres siguen sintiendo que tienen dominio sobre sus parejas, lo que con frecuencia desemboca en una situación de violencia doméstica.

Por todas estas razones y con motivo del Día de la Escucha, que se celebra el 15 de noviembre, el Teléfono de la Esperanza ha elegido este año el lema “**Escuchando a la mujer**” para hacer una llamada de atención y que seamos conscientes de que muchas personas de nuestro entorno, en especial muchas mujeres, se sienten solas y aisladas, con una gran necesidad de ser escuchadas.

Por último, el Día de la Escucha tiene también como objetivo sensibilizar a la sociedad sobre los efectos beneficiosos para todos que tiene la promoción de una “cultura de la escucha”, indisolublemente ligada a la cultura del respeto al otro y al que piensa distinto, porque sólo a través de la escucha profunda y respetuosa es posible establecer y mantener relaciones positivas y constructivas.

Para más información sobre esta nota de prensa pueden ponerse en contacto con Fernando Alberca en el teléfono 91 459 00 62 o en el correo electrónico comunicacion@telefonodelaesperanza.org