

Violencia doméstica

La Violencia

La violencia implica destrucción. Destrucción de la capacidad de poder vivir dignamente, de aquello más hondamente humano que nos dota de capacidad para tomar decisiones, intercambios, crecimiento... aquello, en definitiva, que nos da la posibilidad de ser personas en medio del mundo. En este sentido, la violencia cobra forma convirtiéndose en una gran destructora de la autoestima de la persona que de modo sistemático padece críticas, desprecios, abandono o insultos.

Entenderemos por violencia contra la mujer "todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño físico, incluyendo amenazas, y la coerción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se da en la vida pública cómo en la privada" (ONU, 1995).

Durante el siglo XX se ha presentado la violencia como un impulso masculino "natural" e incontrolable. Este argumento, es una forma de justificar y fomentar la violencia de género, porque se convierte en algo intrínseco y, con ello, se condena a las mujeres a adquirir la conducta de pasividad ante ese rasgo masculino presentado como "natural".

Freud, en esta línea, considera lo masculino como "activo", y lo femenino como "pasivo", perpetuando así la idea implícita de lo femenino como carácter masoquista. Los sociobiólogos, tomando las ideas de Darwin, relacionan lo masculino y la violencia con garantizar la paternidad.

La violencia de género se da, a lo largo del ciclo vital, en múltiples circunstancias:

Prenatal: aborto selectivo (China, India, República de Corea), palizas durante el embarazo (efectos físicos y emocionales de la mujer, efectos en el resultado del nacimiento), embarazo forzado (por ejemplo, violaciones masivas durante la guerra).

Primera infancia (bebés): infanticidio femenino, abuso físico y emocional, acceso diferencial a la alimentación y al tratamiento médico para las niñas menores de un año.

Segunda infancia: casamiento de niñas, mutilación genital, abuso sexual por parte de miembros de la familia y extraños, acceso diferencial de la alimentación y del tratamiento médico, prostitución infantil.

Adolescencia: violencia de compañeros del sexo opuesto y novios (por ejemplo, actos como arrojar ácido en Bangladesh, violaciones en las citas de adolescentes en USA), la relación sexual forzada por motivos económicos (en África, chicas con "papás dulces" para pagarse los estudios), abuso sexual en el trabajo, el asedio sexual, la prostitución forzada, el tráfico de mujeres.

Edad reproductiva: abuso de la mujer por parte de su pareja masculina íntima, violación conyugal, abuso y homicidios relacionados con la dote, homicidio conyugal, abuso psicológico, abuso sexual en el trabajo, asedio sexual, violación, abuso de mujeres discapacitadas.

Vejez: abuso de viudas, abuso de ancianas (es en USA donde por el momento hay más datos que documenten estos hechos).

(Heise, Lori; Pitanguy, Jacqueline; Germain, Adrienne. *Violencia contra la mujer: La carga oculta de salud*. Washington, D.C., OPS, 1994)

La violencia, en todo caso, está muy presente y extendida en las diversas sociedades. Se da en la familia, trabajo, en la escuela y en la sociedad. Las ideas imperantes, el vacío legal y los medios de comunicación colaboran de forma importante. Hoy se admite la violencia como un problema social y de salud. A veces, esta violencia aparece de forma más sutil e implícita, pero no por ello menos importante: cuando se utilizan argumentos sexistas, se paga un sueldo diferente a un varón por el mismo trabajo, no se pide la opinión si se es mujer, se fuerza a la heterosexualidad, etcétera. Cambiar o actuar de distinta forma a la esperada tendrá grandes costes para la mujer que se enfrente a no seguir lo establecido.

En la IV Conferencia Mundial celebrada en Pekín (1995) se concluyó que la violencia sexista es un obstáculo para la paz, la igualdad y que dificulta las libertades fundamentales de las mujeres. El maltrato tiene una presencia social evidente y no es algo ajeno ni aislado a nuestra sociedad. En España la igualdad de derechos no ha sido reconocida hasta la Constitución de 1978 y los códigos penales no la reconocieron antes del año 1983.

La diferente visión que se tienen sobre lo que supone ser hombre y ser mujer, sus respectivos roles, así como estas diferencias, y todos los estereotipos que han sido adoptados a lo largo de la historia, ayudarán a comprender cuánta importancia tienen en la sociedad las ideas.

Estas ideas, afectan al marco socio-legal y cultural que posibilita su mantenimiento, además de los valores asociados y aspectos particulares de cada contexto en concreto. Las mentes se llenan de tópicos y falsos mitos, que generan aún mayor desconocimiento del fenómeno del maltrato. Se nos pierden los referentes éticos y morales que nos hacen ser personas libres y satisfechas, que viven en un mundo de respeto a las diferencias y a las libertades. Se desdibuja, por tanto, lo que la violencia implica y el gran impacto que produce en la salud física y emocional.

Nos evadimos del tema, y lo vemos como algo aún más ajeno a nosotros, algo que sólo ocurre a muy pocas personas y de otros mundos muy diferentes al nuestro. Ignoramos realidades o palabras derivadas de la violencia como: estrés post-traumático, depresión, ansiedad, lesiones, problemas ginecológicos, abuso de sustancias (alcohol, tabaco, pastillas...), abortos.... etcétera. Y, sin embargo, admitimos ciertas frases tan absurdas, pero que escuchamos a menudo, como: "le debe de gustar estar en esa situación" o "está ahí porque quiere".

En lugar de concentrarnos en el “por qué”, sería más adecuado entender el “cómo” se sienten las víctimas. De este modo, tropezaríamos con factores que nos proporcionarían pistas más adecuadas acerca del estado en que caen como consecuencia: falta de seguridad, baja autoestima, necesidad de valoración, indefensión aprehendida... etcétera.

Ignorar todo esto no hace sino perpetuar que siga dándose una visión errónea de fenómeno, gracias a que se encubre en esa “privacidad familiar” asumida dentro del marco de familia patriarcal, donde hay una supuesta superioridad del hombre sobre la mujer.

Se requieren muchos cambios en este sentido para concienciar o posibilitar una sociedad “del respeto a las libertades”. La prevención es básica, y partirá de la base de una socialización genérica en la educación que fomente la igualdad en casa, las escuelas y los medios de comunicación. El conocimiento y la tolerancia permitirán una apertura a otros cambios de la estructura social, legal y política.

Prácticas que han posibilitado la violencia

En el proceso de socialización, aprendemos a construir el mundo que nos rodea. Se enseña a los hombres a verse superiores y competitivos, asociando a la virilidad la capacidad sexual, la actitud de lucha y el ejercicio de la violencia. Cuanto más miedo se tenga a perder esta virilidad, más fácil será el uso de la violencia, demostrando quién posee el poder o qué voluntad es la que ha de prevalecer ante un conflicto. Mientras haya desigualdad y se silencie la participación de las mujeres, será una puerta abierta a la violencia como forma de control y subordinación.

La división del trabajo desde la prehistoria según el género tuvo diferentes funciones sociales: los hombres se dedicaron más a ser cazadores, y las mujeres más a las tareas domésticas (siendo este el principio de la dependencia femenina). A partir de estos momentos, se han ido utilizando otras muchas formas para mantener estas diferencias y someter a las mujeres.

Después, la cultura (religión, filosofía, literatura) ha reforzado las ideologías que sirven para aprender estos modelos y comportamientos “adecuados” a cada sexo.

Ya en la **mitología griega** se relatan violaciones y maltratos a mujeres. Los dioses griegos son violentos y agresivos (pocas ninfas se escapan de Zeus y otros dioses, sólo Dafne logró escaparse para evitar ser violada, y se convirtió en laurel). En las epopeyas griegas, los héroes y reyes cogían las esposas de sus enemigos para hacerlas sus esclavas (botín de guerra) hechos que también se ven en la Odisea y la Ilíada (Zeus pega a Hera). Aun así, las mujeres en la época griega tenían mayor estatus que en otras épocas, como el derecho a la participación religiosa (sacerdotisas). Filón de Alejandría distingue el intelecto-masculino de la sensación-femenina. Tampoco lejos de una concepción misógina se sitúan Hipócrates, Platón y Aristóteles.

En la **época romana** sólo los hombres varones que tenían patrimonio doméstico participaban en política. El "*pater familias*" tenía derecho sobre todo lo que era ese territorio doméstico (incluyendo esclavas, mujeres, niños y bienes).

En Europa con la llegada de las **religiones cristiana y judía**, la sociedad se hace aún más patriarcal. Eva se convierte en "la que trae la perdición" y por su causa se expulsa a todos los mortales del paraíso. El Antiguo Testamento muestra el mundo las mujeres como propicio a traer peligros e inclinado al pecado. Todavía **los ortodoxos** no permiten a las mujeres acceder a muchos ritos y prácticas religiosas, y la **Iglesia Católica** también está de acuerdo con esta misoginia (por ejemplo, cuando pontifica: "así como la iglesia está sujeta a Cristo, la mujer lo ha de estar de su marido en todo"; o en el ritual matrimonio: "esposa te doy, no esclava" -con esa connotación implícita-; a los maridos: "quiere a la mujer como a ti mismo, y que la mujer tema y quiera a su marido" -donde establece simbólicamente la legitimización de la violencia-). En los rituales católicos, se exige más veces a la mujer sobre la fidelidad que a los hombres. También en la figura de la *Virgen* María vemos representada, según dice textualmente la biblia en el pasaje de la aparición del ángel, a "la esclava del señor". En el Nuevo Testamento aparecen menos mujeres, pero también en subordinación al hombre. Además, en el concepto de matrimonio católico se añade aquella idea: "nadie puede separar lo que Dios ha unido" convirtiendo así el sacramento en una posible prisión para la mujer, porque era lo que Dios tenía destinado para ella.

Los bárbaros tomaron aspectos del imperio romano. Continúa así la idea de propiedad privada por parte de los maridos sobre sus mujeres, y así se acentúa el dominio de lo que es privado y público. El asesinato era un símbolo de virilidad. Los maridos pagaban dote y estaban controladas en todo momento. Una mujer violada no valía nada y se quedaba sin derechos. El rapto y la violación era habitual, y la mujer debía de casarse con la persona que la raptaba porque se convertía en su esclava.

En la **Edad Media**, la mujer aparece como la luna: la destructora de los sentidos y con una naturaleza perversa.

En el s. XVIII, **en Inglaterra** si una mujer quedaba embarazada después de una violación, se consideraba que había dado su consentimiento al acto. A partir del s. XIX, un violador podía decir que la víctima no había sido violada porque había accedido a su petición, o acusarla de prostituta. Es decir, la violación terminaba siendo culpa de la víctima.

El adulterio suponía repudio automático de la mujer. La estrangulaban y la lanzaban a un pantano, para salvar el honor familiar. En muchos escritos de la época, aparecen consejos a las mujeres para que se mantengan sumisas.

En el **siglo XV aparece la figura de la bruja**. Se percibe a la mujer como una aliada al diablo. Todas las mujeres que representaban un peligro al orden patriarcal fueron perseguidas y torturadas (s. XVI-XVII).

La literatura también ofrece ejemplos de sumisión de la mujer, como la violación a Lucrecia de Shakespeare; o los celos en Otelio. En la literatura española, el Conde Lucanor (s.XIV) pone de manifiesto la docilidad y obediencia de la mujer. En uno de los cuentos aparece el infante don Juan Manuel, que se dedica a matar animales delante de su mujer en la noche de bodas para mostrarle lo que le espera sino le obedece. Calderón de la Barca, que toca el tema de la honra y el honor, promulga que éstos dependen del comportamiento de las mujeres. Fray Luis de León en *La perfecta casada* enseña a la mujer cómo debe someterse al marido.

En la época de la **Ilustración** se hizo una crítica racional de las tradiciones y la religión, pero con la pretensión de liberar al hombre mediante la razón. De modo que, aunque se reivindicaban las libertades, todavía se refleja cierta subordinación de la mujer. Las feministas recogerán parte del pensamiento ilustrado para abogar por los derechos de las mujeres.

Hegel adoptará ideas próximas a Aristóteles excluyendo a las mujeres de la ciudadanía y relegándolas al ámbito familiar. Schopenhauer acentúa más estos roles, propugnando que la mujer ha de ser educada en la sumisión.

Fue Stuart Mill , en el s. XIX, quien intentó rebatir la idea de que un sexo era superior a otro por naturaleza . Propuso una reforma legal en el parlamento inglés, pero murió en 1873 sin conseguir sus objetivos. (La Caixa (2002). Col.lección Núm. 10. *La violencia doméstica*).

Formas de violencia y cómo tratarlas

Aplicaremos la idea de maltrato cuando se ejerza la violencia en el ámbito familiar y por personas próximas al entorno: pareja, hijos u otros miembros que cohabiten.

Los malos tratos pueden ser:

- Agresiones físicas: golpes, empujones, zarandeos, bofetadas, fracturas, quemaduras... todo acto que pueda producir daño corporal.
- Violencia emocional o psíquica: insultos, amenazas y humillaciones, culpabilizaciones, descalificaciones, aislamiento, control del dinero, ridiculizar... todas aquellas conductas que provoquen desvalorización y sufrimiento.
- Violencia sexual: forzar a tener relaciones sexuales en contra de la voluntad de la víctima, u obligar a prácticas sexuales diversas sin consentimiento de la persona.

La violencia física y sexual siempre implica sufrimiento psíquico para quien la padece. Muchas veces los tipos de violencia se solapan en la misma víctima y aumentan en frecuencia y en intensidad con el tiempo. Existen factores socio-biográficos que aumentan la vulnerabilidad: edad < 25 y > 65 años, migración, número de hijos y dependencia económica.

Para entender en qué grado se ha instaurado el comportamiento violento, hay que tener en cuenta sus características: inicio del mismo, cronicidad y repetición de los comportamientos violentos. Hay circunstancias sociales

que, si bien no parecen relevantes en el inicio y mantenimiento, sí pueden influir a la larga: paro, cambio de status o de trabajo, entre otros.

Cuando los terapeutas trabajamos en ello, es importante atender: los aspectos cognitivos (creencias, valores y mitos) en relación a la violencia; los estereotipos de género y la pareja. Otras cuestiones vitales que se trabajan con la víctima: autoestima (grado en el cual se considera a sí misma especial y apreciable; estima (valor que la persona se atribuye) e identidad (conocimiento que cada persona tiene de sus características personales, sus ideas y valores). También hay que incidir en el reconocimiento de conductas abusivas: controlar los movimientos de la pareja, criticar cómo viste, manifestar celos de forma impositiva, limitar sus relaciones personales, establecer comparaciones... etcétera.

Un ejemplo de cuestionario para detectar estos factores podría ser el siguiente:

¿Padece malos tratos?

- ¿La persigue todo el tiempo?
- ¿La acusa constantemente de serle infiel?
- ¿Se opone a sus relaciones con su familia y sus amistades?
- ¿Le prohíbe trabajar o asistir a la escuela?
- ¿La critica por cositas pequeñas?
- ¿Se pone iracundo fácilmente después de beber o consumir drogas?
- ¿Controla todas sus finanzas y la obliga a darle un detalle minucioso de lo que gasta?
- ¿La humilla delante de otras personas?
- ¿Destruye su propiedad personal u objetos de valor sentimental?
- ¿Le pega, golpea, abofetea, pateo o muerde (a usted o a los niños)?
- ¿Utiliza o amenaza o presiona con el uso de un arma contra usted?
- ¿Amenaza con hacerle daño a usted o a los niños?
- ¿La obliga a copular contra su voluntad?
- ¿Le ha controlado el uso del correo o del teléfono?
- ¿Hace cosas en público que le avergüencen?
- ¿Ha intentado decirle que esta "mal de la cabeza" o que no hace nada bien?
- ¿Le obliga a estar pendiente sólo de él?
- ¿Se niega a hablar sobre las cuestiones que usted le exigiría?
- ¿Dificulta su descanso o tiempo libre?

(Estas preguntas, entre otras, ayudan a discriminar en qué medida y de qué manera la pareja ejerce control y abuso).

Prejuicios y Mitos

La cultura nos proporciona formas de ver el mundo y de relacionarnos con él. Muchos prejuicios, estereotipos y mitos favorecen que se produzca la violencia y minimizan su importancia, posibilitando disculpar la conducta de los hombres violentos y estigmatizando a las víctimas. La conciencia que supone su análisis es vital. Entre los falsos mitos sobre la violencia doméstica figuran:

Sólo los hombres alcohólicos pegan
La violencia se da en personas con escaso nivel cultural
Los violentos son enfermos
Los violentos pierden fácilmente el control
Son de grupos marginales
Son machistas
No saben hablar
No tienen trabajo
Esta situación sólo lo padecen familias con problemas
Es un asunto familiar
No es tan grave como parece
Sólo la sufre un determinado tipo de mujeres (pasivas, dependientes...)
Son mujeres sin recursos económicos
Son mujeres de otras generaciones
Son masoquistas
Decir "no" es decir "sí".
No pueden vivir de otra forma
Están enfermas
No quieren separarse
No les gusta que les ayuden
Buscan hombres violentos (porque "les va la marcha")
Provocan la violencia
Si tienen hijos han de quedarse allí.
No ocurre en sociedades civilizadas
No puede evitarse
Sólo ocurre cuando la pareja decide dejar al otro.
Se debe a la independencia de la mujer.

Un planteamiento así de los mitos posibilita que no se reconozca a la mujer como víctima de la violencia, y dificulta la visión de los múltiples factores que inciden, así como sus efectos en la mujer maltratada.

Los falsos mitos deben desmontarse teniendo en cuenta que:

- La violencia no es la forma de resolver los problemas.
- Los conflictos familiares no tienen por qué significar violencia, sólo hay que buscar una forma positiva de resolverlos.
- Muchos hombres que beben no agraden a otras personas en sus diferentes ámbitos, sino sólo a sus mujeres. Ni todos los hombres que maltratan son alcohólicos ni todos los alcohólicos son maltratadores. No puede excusarse la violencia por: alcohol, falta de dinero u otras drogas.

-Ningún ámbito que suponga la desprotección y abuso de las libertades y derechos fundamentales de una persona puede ser considerado un asunto privado.

-Muchas mujeres con recursos económicos propios pueden sufrir maltrato en sus distintas modalidades, pero para salvaguardar su imagen pueden pasar desapercibidas.

-Hay una falsa idea socialmente extendida entre los hombres violentos, de que la mujer "no debe, no puede o no se atreve" a mostrar sus verdaderos deseos sexuales, y que por tanto se las ha de forzar si se niegan al contacto. Un "NO" es un "NO".

-No es cierto que los niños no se enteren de la violencia que padecen sus madres, aunque hagan lo posible por ocultarla. Vivir en casa la humillación de sus madres produce trastornos de aprendizaje y conducta que repercutirán en su futuro.

-Pensar que un agresor no sabe lo que hace porque está enfermo no hace más que justificar su violencia, quitándole responsabilidad.

En conclusión, la violencia es un problema social muy grave, con una larga cadena de antecedentes históricos, que ha posibilitado su invisibilidad. Cuando la violencia comienza, nunca se para de forma espontánea, sino que más bien va aumentando en intensidad y en frecuencia.

Ningún razonamiento puede justificar la importancia que la violencia tiene. La responsabilidad sólo es de quién la ejerce.

La persona que padece violencia no es responsable de ella. Ni tampoco la provoca. Dichas ideas ayudan a mantenerla y quitar su importancia.

El profesional ha de poner todos sus recursos en funcionamiento para ayudar al paciente. Es fácil que el propio terapeuta sienta una ansiedad o una impotencia que le lleve a tener una inadecuada actuación. La víctima de la violencia puede mostrarse con una actitud pasiva que provoque malestar en el profesional, porque le imposibilita trabajar de la forma en que a menudo suele hacerlo. El desconcierto se produce porque el proceso nos resulta por momentos contrario a lo habitual.

El profesional no debe justificar su frustración minimizando el problema y pensando cosas como: "no desea realmente ser ayudada" "no hay nada que hacer" etc. La sensación habitual puede ser de que la mujer siempre está en el mismo punto, que no varía. La paciencia, el diálogo, el apoyo emocional y los cambios sutiles o imperceptibles pueden suponer grandes avances. Toda ayuda del terapeuta posibilita que la víctima se ajuste a su realidad, siendo la terapia un referente válido y realista ante las vicisitudes que la mujer ha de afrontar.

El proceso de la violencia marital y el quehacer del terapeuta

La mujer pasa por las mismas fases que experimentan los prisioneros de guerra: degradación y castigo (se somete para sobrevivir); encierro y aislamiento (sin referentes); manipulación del guardián (el amor-miedo la paralizan y se resigna a cualquier cosa que le quite sufrimiento).

Leonore Walker (1979) en *The battered woman (Mujeres golpeadas)* entrevistó a 120 mujeres maltratadas en Denver (Colorado). Vio coincidencias en las narraciones y habló de tres fases diferentes en el "ciclo del abuso".

La constricción se da a veces durante un periodo, otras veces no aparece, o se encadena un acto con otro sin tiempo al arrepentimiento (Vicente Garrido, 2001). En parejas que no convivan, puede darse esta opresión, pero es más difícil de detectar, ya que puede no producirse de forma tan estructurada. Aun así, un estudio de la misma ayudará a conocer el impacto de la violencia.

Las **fases** que menciona Walker son:

Generación de la tensión: a partir de pequeños incidentes o conflictos empiezan a construirse tensiones. Las tensiones pueden ser debidas a causas externas o situaciones diversas de estrés. El agresor tiene un estado de ánimo "raro" o preocupado que esconde un miedo y un sentimiento de vulnerabilidad. Está acompañado de una cierta ansiedad, que le produce irritación y que manifiesta en forma de pérdida del control. Aquí la mujer hace lo posible para satisfacerlo y cree evitar así una situación conflictiva, pero ella no sabe que la violencia del marido no depende de ella.

Hay autores que dicen que esta fase puede ser peligrosa si durante meses, la víctima no ha percibido dicha tensión y el agresor, que ha estado pensando de forma obsesiva e incontrolada, descarga dicha tensión en un momento determinado.

Explosión de la violencia: el agresor dirige su violencia hacia la persona más indefensa (hijos, personas mayores, animales), pero normalmente la descarga sobre la mujer. En este momento, sólo el maltratador puede parar esta violencia si descarga su odio una vez comenzada la agresión. El agresor detiene el abuso y obtiene una reducción de la tensión física que le sirve como refuerzo (a esa descarga). Es la fase de la posible denuncia.

Luna de miel: una vez disipada la tensión puede haber distintos comportamientos. El maltratador pone en marcha una fase de manipulación emocional. Aquí él se muestra cariñoso, amable, arrepentido, pide perdón, le hace algún regalo, dice que no se acuerda porque estaba bebido, hace promesas de que no volverá a ocurrir... todo para que la mujer mantenga la relación. Aquí ella ve el lado bueno y la parte "más indefensa" del maltratador, creyendo que puede ayudar a cambiarlo. Para la mujer es un refuerzo que le crea esperanzas de cambio y cree tener parte de culpa (por todos los pequeños maltratos anteriores psicológicos que posiblemente no ha percibido). El agresor también queda reforzado en su comportamiento porque el perdón o el miedo de la mujer no le hace cuestionarse su comportamiento.

Con el tiempo se repetirá más a menudo la fase de tensión y se reducirá la de conciliación. Cuando la mujer se dé cuenta de que ya no hay espacios de conciliación es cuando puede pasar a tomar conciencia de que está viviendo con un agresor y pedir ayuda. Si no acierta a ver su realidad y a actuar en

consecuencia, las agresiones aumentarán en intensidad y frecuencia. Ella irá ajustándose al comportamiento violento de su pareja y el clima se volverá de pánico y terror, para tener a la víctima más sometida y bajo mayor control. La mujer intenta eliminar ese sufrimiento sometiéndose aún más para evitar una mayor violencia, (obedece para salvarse, pero en el transcurso renuncia a su libertad y su voluntad). Vive para sobrevivir, porque se produce un estado de tortura intermitente.

Ocurren distintas **reacciones por parte de las víctimas:**

Disculpan al agresor, lo justifican, se desarrolla simpatía o retiran las denuncias. Esto se debe a que la carencia afectiva y la desvalorización de sí mismas no les permiten abandonar al compañero violento. La mujer estima que tiene poco, y que lo poco que tiene lo recibe de él. Es una fuente fallida de recibir una pizca de amor. *Por lo menos, existe para alguien*. Tiene, por una parte, el sufrimiento derivado del maltrato -físico, psíquico-, y, por otra, el que deriva del intenso sentimiento de soledad, abandono, indefensión y rechazo de sus carencias afectivas. Entre los dos sufrimientos, elige el que juzga como emocionalmente menos terrible. (Ferreira, Graciela, "Hombres violentos, mujeres maltratadas"; 1992).

Se instaura una extrema pasividad: ella no opone resistencia a ninguna pauta que el agresor dé. Puede incluso pedir a sus hijos el mismo comportamiento. Todo es un intento de no someterse a ningún enfrentamiento y obtener así seguridad.

De este modo, automatiza su vida, centrándose exclusivamente en las demandas del abusador.

En este momento, podríamos hablar de la "*indefensión aprendida*" de Seligman quien en sus investigaciones de 1975 en la Universidad de Carolina del Norte (USA), observó qué ocurría con perros enjaulados sometidos a descargas eléctricas imprevisibles. Pasado un tiempo los animales mostraban pasividad y apatía. Aunque la jaula estuviera abierta habían aprendido una cosa: "hicieran lo que hicieran, no había nada que hacer para evitar la descarga". Habían aprendido: "*que no había otra opción de respuesta*".

Las mujeres maltratadas han aprendido que "*hagan lo que hagan, su vida no puede cambiar*". Si la situación ante sus intentos no se modifica, caen en la obediencia pasiva del entorno... y su entorno es muy reducido: su hogar (su jaula). Ella tampoco podrá prevenir cuando le puede venir otro golpe, otro insulto, humillación o reproche (como las descargas en los perros), pero tiene claro que vendrán. Intenta mirar todos los gestos, pero como nunca los puede evitar, busca sus propios fallos.

Los profesionales han de valorar que este condicionamiento llevará más tiempo de terapia cuánto más abuso se haya sufrido y más se haya establecido la violencia como algo crónico. La mujer bloquea su percepción de que está atrapada en un círculo. Sólo puede basarse en momentos que parece tener al marido "*bueno*", momentos que además refuerzan la falsa esperanza de cambio. (Ferreira, Graciela, *La mujer maltratada*. 1999)

Es en este momento cuando más necesidad tiene la mujer maltratada de conectar posiblemente con el único recurso: el terapeuta. Por parte de éste, se producen emociones como la cautela, la comprensión, el manejo personal de conflictos, las propias frustraciones ante lo que parecen retrocesos, la sensación de no avance, ganas de retirar los esfuerzos que parecen vanos, y frases hacia la paciente como: "le dije que le pasaría eso sí...."

Por tanto, el terapeuta requiere una constancia y un pensamiento firme si desea trabajar con mujeres maltratadas. Al tratamiento deficiente de la violencia se añaden otros factores: falta de recursos asistenciales, económicos, falta de apoyo social, familiar, etcétera. La mujer ha aprendido a sacrificar su vida para no destruir a su familia, pero no que puede poner fin a su sufrimiento.

Las **secuelas en la víctima** pueden ser: apatía, desinterés, falta de fuerza y energía, confusión, aire de estar trastornadas o enfermas... A veces son vistas como psicóticas por la manera en que se muestran ante ese sufrimiento vivido (desorientadas, con aire insensible y ojos vidriosos). El diagnóstico es importante, porque puede ser utilizado por el agresor para internarla en un centro o someterla a dosis de tranquilizantes por prescripción médica.

El profesional debe cuidar de no utilizar el estereotipo social (falso mito) de que las mujeres son histéricas- masoquistas que se hacen las víctimas. Hay una tendencia a patologizar, por tanto no han de confundirse las consecuencias y el deterioro de una mujer golpeada, debidos a su situación, con la personalidad que esta persona tuviera previamente, antes de la violencia de su pareja.

Otros mitos que los profesionales también han de valorar

Las víctimas de maltrato no son mujeres débiles e indefensas, sino más bien todo lo contrario:

-Se requiere mucho valor para aguantar esa situación . Lo que necesitan es reconstruir su autoestima para saber protegerse y tomar la fortaleza suficiente para dar pasos a favor de sí mismas.

-Si vemos a los hombres violentos como enfermos, les quitamos responsabilidad. Pensar así es un atenuante de su violencia. Hay que pensar que ellos utilizan esta violencia contra su mujeres e hijos. Si fuera una enfermedad, no serían tan selectivos, y la violencia se extendería a otras personas.

-Ante el mito "ella lo ha provocado", hay que responder que nadie merece ser golpeado.

No se debe pensar que ella le maltrata verbalmente y que por eso él la agrede. Perderíamos de vista lo más básico: aquí la responsabilidad no es de un 50%. Hablamos de la víctima, una persona sin recursos y en grave peligro.

-"Ella no cumple su rol de esposa". Puede ser una frase del hombre para justificarse, pero ¿con qué baremo se miden las obligaciones?

-“El hombre necesita tener más relaciones sexuales que la mujer, y si no se satisface, se pondrá enfermo”. Falso mito.

-“La mujer se queda allí sólo para que la mantengan”: ¿es razonable tener comida y techo a cambio de humillaciones y golpes?. La pregunta sería: ¿porqué se le enseñó a la mujer a acatar en lugar de a ser independiente?. Mantener económicamente a una mujer reafirma socialmente la idea de “hombría”, además de ser un mecanismo de control y de reproche.

-“Los niños no se enteran de lo que sucede con los padres”. Los niños, mediante la observación de un fenómeno reiterado, deducen que aquello que observan es lícito.

-“A las embarazadas se las respeta”. Muchas veces el violento se ensaña a puñetazos provocando abortos, partos prematuros y malformaciones.

-“La mujer debe aguantar los defectos del marido. No puede privar a sus hijos de un padre”.

(Ferreira, Graciela. *La mujer maltratada*. Buenos Aires. Ed. Sudamericana, 1999)

La narración y el cuento como herramientas para fomentar una toma de conciencia de la situación por parte de la víctima

Los cuentos son una herramienta valiosa para ayudar a las mujeres maltratadas a conectar con el mundo que les rodea. A través de ellos, pueden identificarse y comprender no sólo los valores sociales reinantes, sino también aquello que nos atrapa, que nos somete, que se instaura en lo más profundo de nosotros. A través de la ficción de las narraciones, las víctimas del maltrato se ven reflejadas, asimilan y caen en la cuenta de las influencias a las que nos somete la jerarquía social, las diferencias de género, la violencia que subyace, y qué cosas fomentan la legitimización de la misma. Es una forma también de desculpabilizarse y ver que ya desde bien niños se nos enseña una forma errónea de mirar el mundo. La aparente ingenuidad de los cuentos es en realidad un poderoso instrumento que fomenta los valores, los mitos y los estereotipos sociales que mantienen una estructura.

Veamos algunos de ellos:

Blanca Nieves: se pone énfasis en sus cualidades físicas, las imaginadas por la madre antes de concebirla, mientras realizaba labores femeninas (cosía y bordaba). La madre es una reina, pero hace labores. La madrastra también, pero lo que le preocupa es su belleza. La madrastra es una “bruja” dañina. Blanca Nieves sin embargo es dócil, alegre y trabajadora; y hace todo lo que su madrastra le ordena.

El cuento dice: “se volvía más linda cuanto más sufría”.

Cuando ha de escapar, se refugia en casa de los enanitos. Allí hace tan sólo tareas domésticas y proporciona cuidados maternos. No tiene identidad

propia. La salva un príncipe que se apiada de ella y quiere llevarla para adornar su palacio.

Conclusión: las mujeres, o son brujas, o son sumisas (buenas /malas mujeres). Has de ser sumisa, dulce, buena y maternal con todos los hombres, enanos o no. Todo lo que recibe en su vida es otorgado por un hada o por un príncipe, como premio a su sufrimiento como sirvienta.

Bella Durmiente: desde el nacimiento le otorgan dones o cualidades (no las consigue por ella misma). No elige su destino. Se hiere con una rueca (símbolo de las labores femeninas) que la bruja le puso en las manos. Dormirá, sin poder elegir otro destino, por no poder hacer nada con su vida hasta que un príncipe que ni siquiera conoce la salva con un beso.

Caperucita: es una niña precoz, con mucha responsabilidad, y prematuramente madura. Cuida a los adultos; por eso ha de llevar la cesta a su abuelita. Nadie la ha alertado sobre los peligros que rondan por la vida. Puede haber amables caballeros que lleven un lobo dentro del traje.

Piel de asno: trata de una princesa (sin nombre propio) que no tiene madre que la cuide. Su mismo padre quiere casarse con ella (incesto). Se ha de escapar para esconderse y se gana la vida cocinando. De esta forma, conquista a un príncipe al que le gustaron sus pasteles.

El príncipe sapo: la protagonista es una princesa malcriada y orgullosa. Ha de humillarse y portarse bien. El sapo no se convierte en príncipe hasta que ésta supera su repugnancia, lo acepta a su lado y se comporta bien.

La bella y la bestia: ella se sacrifica para salvar al padre y se aleja de su familia. Sólo cuando acepta el sometimiento se verá compensada. Cuando se aleja, la bestia recurre al ardid que conmueve a toda mujer: enferma y casi llega a morir por abandono (técnica del hombre maltratador: dar pena si nada funciona). La buena samaritana corre a socorrerlo; corre a salvarlo y recibe un premio Bestia se transforma en un hermoso caballero.

El rey cuervo: la historia de una princesa orgullosa. Se valora tanto a sí misma que no puede encontrar un príncipe adecuado y se niega a casarse. Se la juzga como altanera, poderosa y despreciativa. Otros personajes deben ponerla en su lugar. Su padre la maldice y le hace casarse con el primero que llame a la puerta. El rey cuervo es un antiguo pretendiente que fue despreciado por su nariz. Para vengarse, se disfraza de mendigo y llama a su puerta. Se casa con él obligada por su padre. El esposo la lleva a una choza y la obliga a servirle. Cuando ella se vuelve sumisa y pierde su autoestima, el marido le permitirá recobrar su rango. Antes por supuesto, todas las personas del palacio presencian su humillación pública, porque la ven como sirvienta miserable y haraposa. Su status se recupera cuando se somete, y comenzará a vestirse bien. En cualquier caso, jamás ya puede destacar ni tomar decisiones.

Los Gansos salvajes: la única hermana mujer se sacrifica para salvar a sus hermanos varones, convertidos en aves. Están en silencio varios años, mientras ella teje capas de mimbre, que ha de pisar con sus pies desnudos,

lo que le produce heridas y hemorragias. Finalmente es condenada al cadalso por bruja , pero ha de tejer sin parar hasta que se rompa el hechizo y recupere a sus hermanos. El rey se había enamorado de ella, sin embargo no hace nada cuando la condenan por bruja.

Barba azul: enseña que una mujer no ha de meterse con los secretos masculinos ni en cosas de hombres.

Las mil y una noches: símbolo de las culpas y de las perversidades femeninas. Todas las jóvenes deben purgar la culpa por una sultana infiel y traicionera . El sultán mata cada noche a una mujer después de que éstas, le hayan brindado servicios sexuales. Ellas aceptan esa sumisión.

En todas estas narraciones, las mujeres no tienen nombres propios: se identifican con una prenda como caperucita; un objeto como piel de asno; por ceniza (cenicienta).... nada se dice de su inteligencia. Sólo se habla del sacrificio hacia los demás. Sufren los errores de sus padres o hermanos y son víctimas de confabulaciones. Todo se resuelve sin hablar del precio pagado. En este sentido, las mujeres maltratadas pueden identificarse con las heroínas. Ven mejor el papel que ellas hacen en la casa y se proyectan con los personajes. Se muestran inclinadas a ver con más facilidad la gravedad de su situación cuando lo reconocen con más sencillez en las circunstancias de un cuento. Empiezan a entender que les enseñaron a encerrarse en casa y no atender a sus propias vidas. Pueden así romper el círculo mágico de la ilusión. Pueden ahondar a través de los cuentos en las sensaciones y superficialidades que les llevaron a casarse. Entienden que confundieron necesidad con cariño y dependencia emocional con verdadero amor; o que huían de sus casas paternas; o que les conquistó "la gentileza". (Ferreira, G; 1999).

Bibliografía mujeres maltratadas

- Robin Norwood. *Las mujeres que aman demasiado*. Ed Vergara, 1986.
- Kirkwood Catherine. *Cómo separarse de su pareja abusadora*. Ed Granica, 1999.
- Madanes Cloé, James P. Keim, Dinah Smelser. *Violencia masculina*. Ed Granica, 1997.
- Hirigoyen Marie-France. *El acoso moral*. Ed. Paidós, 1998.
- Sarasua Belén, Zubizarreta Irene. *Violencia en la pareja*. Ed. Aljibe, 2000.
- Ferreira Graciela B. *La mujer maltratada*. Ed. Sudamericana, 1999.
- La Caixa (2002). Col.lecció Núm. 10. *La violencia doméstica. Informe sobre els maltractaments a dones a Espanya*.

Bibliografía suplementaria

Aguilar, R. J., and Nightingale, N. N. (1994). *The impact of specific battering experiences on the self-esteem of abused women*. J. Fam. Viol., 9: 35-45.

Cascardi, M. C., O'Leary, K. D., and Schlee, K. A. (1999). *Co-occurrence and correlates of posttraumatic stress disorders and major depression in physically abused women*. J. Fam. Viol., 14: 227-248.

Cascardi, M. C., and O'Leary, K. D. (1992). *Depressive symptomatology, self-esteem, and self-blame in battered women*. J. Fam. Viol., 7: 249-259.

Ellsberg, M. (1999). *Domestic violence and emotional distress among Nicaraguan women*. Amer. Psychol., 54: 30-36.

Golding, J. M. (1999). *Intimate partner violence as a risk factor for mental disorders: A meta-analysis*. J. Fam. Viol., 14: 99-132.

Orava, T. A., Mcleod, P. J., and Sharpe, D. (1996). *Perceptions of control, depressive symptomatology, and self-esteem in women in transition from abusive relationships*. J. of Fam. Viol., 11: 167-186.

Scott-Gilba, E., Carinne, M., and Gillian, M. (1995). *The psychological, behavioural and emotional impact of surviving an abusive relation*. Forensic Psychiatry, 6: 343-358.

Walker, L. (1984). *The battered women syndrome*. Springer, New York.

Walker, L. (1999). *Psychology and domestic violence around the world*. Am. Psychol., 54: 21-29.

Zubizarreta, I, Sarasua, B., Echeburúa, E., Corral, P. Sauca, D., and Emparanza, I. (1994). *Consecuencias psicológicas del maltrato doméstico*. En E. Echeburúa (ed.) *Personalidades violentas*, Editorial Pirámide.

Violencia Doméstica

Laura Cafarro; Estela De Armas, Claire Niset; Mabel Simois. *Para desapronder lo aprendido*. Casa de la Mujer de la Unión. Uruguay. Noviembre 2001. 80 pp. VIOL/193.

Bibliografía (Tratar maltrato psicológico)

Títulos de algunos libros sobre maltrato psicológico que pueden ayudar:

Forward, Susan. *Cuando el amor es odio*. Editorial Grijalbo. Barcelona 1987.

(En España está agotado).

Forward, Susan. *Chantaje emocional*. Ediciones Martínez Roca, 1998

Hirigoyen, Marie-France. *El acoso moral: el maltrato psicológico en la vida cotidiana*. Ediciones Paidós Ibérica, 2002

Sinopsis del libro de Evans, Patricia. *Abuso verbal*. Editorial Javier Vergara, 2001

El abuso verbal es una forma de agresión que no deja huellas visibles, comparables a las lesiones causadas por la violencia física, pero es igualmente doloroso. El propósito de este libro es estudiar la confusión generada por el condicionamiento cultural, explorar la dinámica fundamental de las relaciones en las que el abuso verbal está presente y - fundamentalmente- revelar las características y los matices que permitan reconocerlo. Este es el primer paso, imprescindible, para reconstruir la personalidad de quien lo sufre. recomendado: