

DOCUMENTO TÉCNICO Nº 3

PERSPECTIVAS PSICOLÓGICAS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO.

Silvia Andrés Lavilla.

Ana R. Gaspar Cabrero.

Alicia Jimeno Aranda.

Colaboración: Santiago Boira Sarto.

ABRIL 2011

INDICE

1.- ¿De qué hablamos...?

2.- ¿Y que tipos de violencia me puedo encontrar?

3.- ¿Qué ocurre en una relación de maltrato?

3.1- ¿Cómo visibilizar la violencia?

3.2 ¿Por qué mantienen la relación?

4.- ¿Cómo se encuentra la mujer?

5.- ¿Por qué les cuesta tanto romper?

6.- ¿Quiénes son y cómo se comportan los hombres maltratadores?

7.- ¿Qué pautas puedo tener en cuenta para atender a una mujer maltratada?

8.-.....Efectos en los profesionales que atendemos a mujeres víctimas de violencia de género

BIBLIOGRAFÍA

PRESENTACIÓN

Violencia de género, maltrato, violencia machista, orden de alejamiento, denuncia,... son distintos conceptos que describen y hacen referencia a una compleja realidad: la de la mujer que sufre por el uso de la violencia ejercida por su pareja en el espacio afectivo, desde un vínculo construido ilusoriamente o no, compartido o no, desde el afecto, el cariño, protección, seguridad, confianza..., y lo convierte en dolor, incomprensión y, trauma.

Pretendemos compartir nuestras reflexiones, la práctica profesional, lo aprendido, para que cada vez que como profesionales nos enfrentemos a esta realidad, nos comprendamos, las comprendamos y podamos ofrecer el apoyo que orienta, acompaña, recupera, ... teniendo presente y respetando las capacidades y los recursos personales de la mujer que ha sufrido maltrato.

Pretendemos ofrecer un documento de carácter técnico, que nos permita conocer y situarnos en el problema, en un “proceso dinámico, de idas y vueltas... retornos... incomprensiones... ausencias...”, para así poder dar a la mujer el apoyo adecuado desde nuestras respectivas profesiones, partiendo del hecho de que las reacciones de la mujer no son extrañas ni fuera de lo común, lo anormal es la situación que viven



1.- ¿De qué hablamos...?

En un gran número de ámbitos (político, social, psicológico, etc) se considera que todo acto de violencia contra la mujer es un acto de subordinación, de poder, de control, de desigualdad..., principalmente fundamentado en las pautas del sistema patriarcal, ya que como señala Alberdi (2005), “la idea central del patriarcado es la representación de la masculinidad a través del dominio sobre la mujer.” La violencia contra la mujer esta vinculada a esta idea entre otras cosas por presentar un reparto rígido de funciones basado en el poder y superioridad del hombre frente a la sumisión e inferioridad de la mujer. A lo largo de la historia, la mujer ha sido considerada un ser desvalido y, en general, con escasa capacidad para todo lo relacionado con lo social y publico. Aún hoy en día, muchos hombres y mujeres no terminan de aceptar y de creer en la idea de una posible igualdad entre ellos, lo que hace que el patrón de desigualdad y jerarquización siga vivo. En este caso nos estaríamos enfrentando al peso de siglos respecto a una serie de creencias e ideas que marcan a muchas mujeres cuando se enfrentan a una situación de violencia y agresión en su relación.



Viñeta “*Maltrato*” ENEKO (equipo EQUAL – Colegio Oficial de Psicólogos de Andalucía Oriental)

Un punto de partida para acercarnos al concepto de violencia es hacer referencia a la definición establecida por la Asamblea General de las Naciones Unidas, que en el artículo 1 de la Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la Mujer (1995), define que debe considerarse como violencia contra la mujer:

“Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como privada”

Según Alberdi (2005) existen distintas formas de violencia contra la mujer, indicando que entre ellas se engloban la violencia sexual, el acoso sexual, el acoso laboral, el tráfico de mujeres, la violencia familiar y la violación como arma de guerra, entre otros.

En este documento se va a abordar la violencia ejercida sobre la mujer en la relación de pareja. Para nombrar esta realidad se usan distintos términos: violencia de género, violencia doméstica, violencia familiar, violencia misógina, violencia machista, violencia de pareja, terrorismo patriarcal... Independientemente de las terminologías, nos parece importante señalar las claves de esta violencia, que se caracteriza por ser “una violencia específica, vertebrada por un eje ideológico caracterizado por ideas sexistas de dominación de la mujer, en sus esferas personal y social, y ejercida en contextos de relaciones íntimas: noviazgo, pareja o expareja” (Grupo 25).

En ocasiones, nos surgen como profesionales situaciones en las que resulta difícil discernir y valorar si el acto violento se enmarca dentro de una relación **de** violencia o se trata de una relación **con** violencia. Desde el punto de vista psicológico sí se observan diferencias, tanto en la dinámica como en la caracterización del proceso. Como indica Cárdenas (1999), “hay que diferenciar entre **casos de violencia** y **casos con violencia**. La mayoría de las familias han pasado por episodios violentos: en el 70% de las separaciones conyugales ha habido hechos violentos en los periodos inmediatamente anterior y posterior de la separación. Estos son casos **con** violencia. No debe tratarse estos casos como **de** violencia porque el foco no es ésta, sino el divorcio”.

Relaciones DE violencia	Relaciones CON violencia
- Inicio temprano de la relación desigual - Se trata de una dinámica estable de larga duración. La violencia forma parte de la relación. - Sumisión por parte de la mujer como reacción.	- Inicio aleatorio y situacional. - Asociado a situaciones de estrés y conflicto vital. (separación, pérdida de trabajo, infidelidades, hijos....) - Reacción aleatoria por parte de la mujer (sumisión, confrontación, uso de la violencia....)

Indicar que independientemente de las circunstancias en que se produzca y de las diferencias entre ambas situaciones, ambos casos presentan violencia y son situaciones violentas, por lo que debemos conocer bien las circunstancias de los hechos para hacer una adecuada intervención.



2.- ¿Y que tipos de violencia me puedo encontrar?

Existen distintos tipos, pero siempre en función de la naturaleza del acto agresivo: depende de la acción realizada por el agresor, y no de las secuelas en la víctima. En diferentes fuentes bibliográficas se pueden encontrar distintas clasificaciones: maltrato físico, psicológico, sexual, económico, religioso, social... Indicar que estos tipos de violencia no son excluyentes entre sí, sino que tienden a interaccionar y darse varios de ellos de forma simultánea. Por otro lado también hay que tener en cuenta que un maltrato de carácter físico va a provocar distintas consecuencias y secuelas en la víctima, tanto físicas como psicológicas (moratones, heridas, estrés, miedo, ansiedad...).

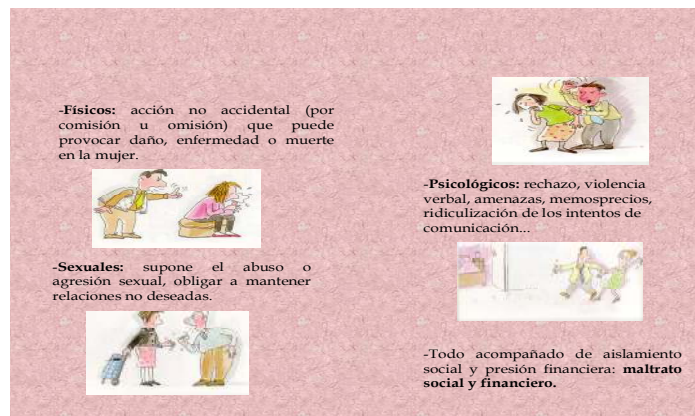
El objetivo va a ser el mismo: el poder de la relación. Como nos indica Bonino, el objetivo de la violencia es intentar tener a la mujer bajo control, venciendo su resistencia y quitándole poder para lograr su sumisión y su dependencia psicológica. En contra de lo que pueda parecer y podamos creer, la violencia es más una herramienta para lograr ese poder y ese control que una demostración o manifestación del mismo. Aparecerá en los momentos en los que el agresor ve peligrar su supremacía en la relación, independientemente de la conducta reactiva o sumisa de la mujer.

Teniendo en cuenta estas cuestiones, planteamos esta tipología para describir las distintas conductas y manifestaciones implicadas en el maltrato:

El **maltrato psicológico** se trata de actos u omisiones cuya finalidad es degradar o controlar las acciones, comportamientos, conductas, creencias y decisiones de la mujer. Se realiza por medio de ridiculizaciones en privado y en público, manipulaciones, insultos, amenazas, desprecios, aislamiento, miradas, gritos, indiferencia, rechazo, amenazas de suicidio, violencia hacia los objetos, manipulación de los hijos.....(Emakunde, 2006) En este tipo se podría incluir el maltrato social (aislamiento), el económico (presión y exigencias de carácter económico-monetario), y otras conductas que vulneran la libertad personal.

Se considera **maltrato físico** a cualquier conducta en la que se observa el uso intencional de la fuerza física contra la mujer, cuyo fin e intención será causar daño físico. Puñetazos, empujones, patadas, estrangulamientos, cortes, tirones de pelo, quemaduras, privación de cuidados médicos en caso de enfermedades y de las lesiones físicas resultantes del maltrato...desde la bofetada al homicidio. Todo ello con la intención de lograr y mantener el poder de la relación.

El maltrato **sexual** se manifiesta a través de cualquier actividad sexual no consentida, relaciones sexuales obligadas, las amenazas, exigencias, insultos y acusaciones durante las prácticas sexuales,.. , y la explotación sexual.



3. -¿Qué ocurre en una relación de maltrato?

Se puede hablar de ciertos aspectos que están relacionados con estas situaciones, muchas de ellas asociadas a aspectos de carácter evolutivo-social, como el desarrollo de la socialización y la creación de la propia identidad y de nuestros ideales y objetivos de vida. De hecho, la mayoría de ellos también nos influyen y se encuentran presentes en nosotros/as.

Desde pequeños nos socializamos en contacto con mandatos sociales que conforman y marcan diferencias entre los hombres y las mujeres, los denominados mandatos de género. Algunos son comunes, aunque luego las formas en las que se interiorizan son diferentes en el hombre y en la mujer: la pareja, la familia, la

importancia de la paternidad/maternidad, los hijos... Estos valores se transmiten a través de la familia y otras instituciones y redes sociales. Lo hacen en forma de expectativas y modelos y conforman nuestra identidad: son mensajes formativos de género. Esos mandatos de género, esas circunstancias invisibles y “normales” que influyen en que una mujer mantenga una relación de violencia suelen estar relacionados, según Romero (2004), con “la idea de complementarse con su pareja (ser en los otros), priorización del resto de los miembros de la unidad familiar por encima de ella (vivir para los otros), realizarse a través de lo logrado por otros miembros de la unidad familiar (ser a través de otros), el ideal que tienen respecto al vínculo familiar que consideran para siempre, sus hijos y el desarrollo de su idea de maternidad-paternidad ,la idea de su responsabilidad en el mantenimiento del vínculo familiar...” La familia como institución social tiene un gran valor y fuerza, y es de carácter cerrado y a veces oclusivo: no es fácil entrar en ella, y desde luego tampoco lo es salir.



Durante el proceso de socialización, que es cuando se aprenden, experimentan, aceptan o rechazan los estereotipos, la feminidad y la masculinidad se construye en un contexto cultural y social que nos enseña a hombres y mujeres a lograr nuestros objetivos y a enfrentarnos a los problemas de forma distinta. Se enseña al niño a ser competitivo, fuerte, duro... y a la niña a ser dulce, comprensiva, respetuosa.... Las sociedades crean representaciones de lo femenino que actúan como modelos ideales, que, a su vez inciden en la estructuración psíquica de la

mujer. La mujer maltratada ha aprendido y/o aprende a ser sumisa, callada, atenta a las necesidades de su pareja, ya que si no, eso le conlleva unas consecuencias no deseadas. En la relación maltratante no se le refuerzan si no que se le castigan las actitudes y conductas de independencia, capacidad y reacción.

Como vemos a través de las viñetas de Rosaling, una historia de malos tratos empieza como toda historia de amor.

EL PRIMER ENCUENTRO.

Chico conoce a chica. Él es un hombre normal, atento, galante, cariñoso... Y tras la primera cita, vienen otros encuentros, llamadas, muchos detalles y atenciones... ¿Quién no se enamoraría de alguien así? Alguien que te adora, te mima y se gana tu corazón con promesas. Estás viviendo una luna de miel.



Una mujer maltratada busca en la relación lo mismo que cualquier otra mujer: una persona con la que compartir su vida, un compañero, una familia, cubrir unas necesidades de carácter afectivo y social, el sentir y vivir el amor, la pasión... Estas expectativas, generalizables para todos en una relación de pareja, se tornan en situaciones de violencia poco a poco y de forma gradual e inesperada.

Cualquier situación, por trivial que parezca, puede llegar a provocar una reacción exagerada y con violencia (gritos, empujones, insultos, amenazas, etc.), que puede generar sorpresa e incredulidad en la mujer, mediatizando su capacidad de respuesta y llevándola a la justificación. En otras ocasiones la mujer si intenta confrontar esa situación. Pero con el paso del tiempo, la mujer constata que sus respuestas no son efectivas para frenar la violencia, y aún así decide continuar con la relación en pos de las expectativas depositadas en el vínculo afectivo creado. Esto le

llevara a justificar y minimizar muchas situaciones, a perdonarlas apoyada en las promesas de cambio y en la escasa capacidad que él muestra para asumir su responsabilidad en las situaciones provocadas.

¿Se trata, pues, de una pelea de pareja? El problema no es la discusión, si no como se resuelve. En esta dinámica es importante recordar que la interacción es desigual entre ambos miembros de la pareja. Lo que puede parecer una pelea normal son las primeras manifestaciones de una dinámica de violencia-aceptación-sumisión. Esto implica una legitimización de la violencia para él y una aceptación de la misma para ella.

Si observamos las estadísticas, muchas de las relaciones maltratantes se inician en edades tempranas (adolescencia y juventud), en las que el exclusivismo de la relación de pareja sobre otras relaciones sociales es muy marcado, lo que puede llevar a un aislamiento social y a un centrarse solo en la pareja. Las emociones también son muy marcadas y viscerales, y no solo las positivas (amor, pasión), si no también las negativas (enfados, celos), lo que va a permitir una naturalización y aceptación de situaciones de control y violencia en pos de ese amor. En los relatos, las mujeres indican que esas atenciones, esas llamadas de teléfono,... adulan y gustan, se sienten queridas e incluso son deseables. No son tomadas, en un principio, como manifestaciones de control, de celos o de violencia psicológica.

Por otro lado, la búsqueda del amor es uno de los temas y aspectos mas buscados, significativos y magnificados en cualquier relación afectiva, violenta o no. ¿Que importancia tiene el amor en sí mismo para cualquier persona? ¿Por amor se perdona todo? En las idealizaciones mas tradicionales (príncipe azul, media naranja) las situaciones de violencia se naturalizan e invisibilizan, aceptándolas como una normalidad que terminan mermando las capacidades de autonomía y de reacción de la mujer.

QUE TE QUIERAN BIEN.

Convéncete: Puedes elegir. Rosalind B. Penfold lo dice claro y alto: No se trata de que te quieran más, sino mejor.



No podemos olvidar tampoco que estamos hablando de relaciones afectivas bidireccionales a las que se llega a través de una aproximación y cortejo. La violencia puede aparecer ya en el noviazgo, pero, como ya hemos dicho, partirá de situaciones aparentemente normales y que poco a poco mostrarán la dinámica futura. Estaríamos hablando del filo de la navaja, de esa línea difusa que separa lo normal de lo patológico. En nuestra cultura, dentro del proceso de cortejo, están socialmente admitidas las conductas de celos, de control de la pareja, centrarse en la pareja, actitudes machistas, preguntas, detalles,... En una relación igualitaria no van más allá, pero en una relación asimétrica ¿dónde acaba la atención y empieza el control? ¿Dónde acaban las peticiones y sugerencias y empiezan las exigencias? ¿Dónde acaba el juego de los celos y empieza el afán de posesión? En el noviazgo puede aparecer una violencia, no necesariamente física, si no verbal y psicológica a través de exigencias, desvalorizaciones, humillaciones y desprecios que la agredida minimiza y acepta, y que no percibe como violencia, ya que no acepta fácilmente la contradicción de que la persona que le dice que le quiere también le dañe. Muchas de ellas consideran que si entonces les hubiesen pegado no habrían seguido con él.

En ocasiones, ya en el noviazgo ellos se mostraron agresivos con otras personas “pero entonces no lo era conmigo”. No consideran a estas primeras agresiones como maltrato ya que eso les estigmatiza y margina. Ante estas primeras agresiones a veces aparece la sorpresa, y con esta, la incapacidad de responder por no saber como hacerlo. Poco a poco se aceptan sin ser consciente de ello.

Cuando se habla de ideales con ellas, se observa que en general creen en las relaciones idílicas, de cuento de hadas. Todas hablan también de aspectos más realistas como la comprensión, la comunicación, la complicidad, el respeto... cosa que

no tienen en su relación, aunque las buscan continuamente, basándose en algo que no les permitirá alcanzarlo fácilmente. Consideran las discusiones como negativas, por lo que las evitan, que tienen que compartirlo todo, que la individualidad mata la relación...Su idea de familia es la tradicional y estereotipada, con roles y funciones muy diferenciadas, rígidas e inintercambiables. En ocasiones el matrimonio permite salir de situaciones problemáticas que en ese momento existían en la familia de origen. En general prestan más atención al aspecto cuantitativo que a los otros, por lo que la separación es una idea que les cuesta plantearse de forma seria, ya que supone enfrentarse a muchas de sus ideas y creencias básicas respecto al matrimonio y la familia. Por otro lado, hasta no hace mucho, la sociedad estigmatizaba a las que no estaban casadas o elegían otras opciones menos valoradas, por lo que muchas ven el matrimonio y la pareja como la única posibilidad para su vida. El tener una familia sigue siendo hoy en día un objetivo básico para hombre y mujeres, pero sigue considerándose como vital para muchas mujeres.

A veces son conscientes de la existencia de problemas, de que algo no va bien, pero creen que en el momento en que se casen, se establezca la relación o tengan un hijo, ellos cambiarán, y es una tarea suya intentar ayudarles. Continúan manteniendo la relación sobre la base de unas expectativas y creencias de futuro que son difíciles de lograr. Sin embargo en muchas ocasiones durante el embarazo pueden aparecer las primeras y más fuertes agresiones. Algunos trabajos indican que en este momento la mujer se convierte en la víctima perfecta. Las teorías que lo explicarían son variadas: que temen ser desplazados, que la mujer es más vulnerable y por que en ese momento existen menos posibilidades de abandono dado el embarazo.

También se establece una dependencia entre ambos que marcará la relación. La dependencia, en el caso de la mujer será afectiva, psicológica, social, y, si la convivencia se ha establecido, también puede ser económica.

Hoy en día existe también el mandato de ser capaz de mantener una independencia personal... pero asociada a las ideas anteriormente mencionadas, lo que genera un conflicto personal en la mujer.

3.1-¿Cómo visibilizar la violencia?

En la dinámica de violencia nos parece importante señalar el proceso de naturalización e invisibilización de ésta. Según Romero (2004) “La habituación y naturalización de los primeros incidentes violentos impide a las mujeres, detectar la violencia que están padeciendo y por tanto, poder abandonar la relación. Por otro lado, expone a la mujer, sin tener conciencia de ello, a graves secuelas sobre su salud física y psicológica”.

Como hemos comentado se trata de un proceso gradual e indetectable. La existencia de comportamientos y actitudes que facilitan y preceden a la violencia están relacionadas con actitudes de dominación, abuso y desigualdad.

Desde nuestra intervención profesional es necesario VISIBILIZAR la violencia: destacar la “anormalidad”, en definitiva, desvelar los peldaños de la progresión de la violencia.



Para identificar la relación de violencia, esta teoría enfrenta la Rueda de Violencia con de la Rueda de no Violencia, para que tanto las mujeres como los profesionales implicados podamos identificar estos comportamientos y actitudes de de dominación, abuso y desigualdad frente a los de igualdad.

VIOLENCIA: RUEDA DE DOMINIO Y CONTROL	SIN VIOLENCIA: RUEDA DE LA IGUALDAD
<u>Amenazas:</u> • Te asusta con hacerte daño o con quitarte a tus hijos • Amenaza con dejarte, con suicidarse o con denunciarte falsamente • Te obliga a retirar las denuncias efectuadas Te obliga a obedecer hasta el sometimiento total <u>Intimidación:</u> • Te asusta con miradas, acciones o gestos • Destroza objetos • Te intimida rompiendo tus cosas personales, maltratando a los animales de la casa. • Te chantajea. Utiliza armas	<u>Negociación Justa:</u> • Tiene en cuenta tu punto de vista • Ante un problema busca soluciones convenientes para ambas partes • Está dispuesto a hacer cambios y llegar a un acuerdo <u>Conducta no amenazante:</u> • Actúa y habla de forma que te sientas segura y cómoda para hacer tus cosas personales. • Puedes expresarte libremente sin temor a la represalia

<u>Abuso Emocional:</u> - Te hace sentir inferior, mala o culpable - Se burla, insulta y ofende. - Te llama con palabrotas o chillidos - Te confunde, humilla, grita - Te vigila. Te ignora, no te contesta - Te hace creer que estás loca. <u>Aislamiento:</u> - Controla lo que haces, a quién ves, con quien hablas, lo que lees y adonde vas - Te impide salir con la excusa de ser celoso - Va logrando que nadie te visite y te deja sin contactos sociales y familiares <u>Desvalorizar, Negar, Culpar:</u> - No toma en cuenta tus reclamaciones sobre maltrato - Niega que los abusos existieron - Te culpa por “provocar” su conducta violenta - Te trata como ignorante - Te usa como objeto sexual	<u>Respeto:</u> - Te escucha sin juzgarte, te apoya y comprende. - Reconoce y valora tus opiniones, decisiones, tu espacio, tu tiempo, habilidades, esfuerzos y tu trabajo. <u>Confianza y Apoyo:</u> - Te apoya en tus proyectos. Respeta tus sentimientos, tus actividades, tus amistades y creencias. - Nunca te desautoriza delante de tus hijos. <u>Honestidad y Responsabilidad:</u> - Acepta la responsabilidad por las consecuencias de sus acciones. - Reconoce cuando actúa con violencia. - Reconoce sus errores - Acepta una comunicación abierta y verdadera
--	---

<u>Manipulación de los hij@s:</u> • Te hace sentir culpable por la conducta de los hijos, los usa como rehenes para mantener el control. • Maltrata o abusa de los hij@s • Usa el régimen de visitas para acosarte u hostigarte. <u>Abuso económico:</u> • No te deja trabajar o te hacer perder el empleo. • Te obliga a pedir dinero como una limosna. • Te quita el dinero que ganas. No te informa de los ingresos o te impide que accedas a ellos <u>Privilegio masculino:</u> • Te trata como una sirvienta No te deja tomar decisiones importantes • Actúa como amo de la casa Indica lo que puede hacer el hombre y la mujer • No participa en las tareas de la casa o la crianza	<u>Asumir la responsabilidad:</u> • Comparte las responsabilidades hacia los hijos con agrado y cariño. • Es un modelo de conducta para los hij@s actuando de forma positiva y sin violencia <u>Economía compartida:</u> • Toman contigo las decisiones sobre el dinero común • Se aseguran de que los acuerdos económicos benefician a los dos • El habla y actúa con claridad y honestidad <u>Responsabilidad compartida:</u> • Llega a un acuerdo para una justa distribución de las tareas domésticas. • Toman juntos las decisiones familiares y están orientados a la equidad
--	--

3.2 ¿Por qué mantienen la relación?

Esta es una de las preguntas que tanto profesionales como la sociedad en general,... y las propias mujeres tienden a hacerse y no encontrar respuesta. Nos parece importante señalar que la permanencia de la mujer en la relación violenta es uno de los efectos de la experiencia traumática que vive. En el vínculo afectivo establecido, la intencionalidad y/o instrumentalización de la violencia provoca un proceso de victimización prolongado en las mujeres. Esto genera un estado de indefensión, “de no saber que hacer para cambiar las cosas”, de creer que “no se puede hacer nada”, que no estar en su mano, de que “haga lo que haga, da lo mismo”, que va mermando su autoestima y su capacidad de afrontamiento y resolución de problemas, lo que va a favorecer la permanencia en la relación.

Partiendo de este concepto de indefensión, una de las teorías que mejor explican esta situación de permanencia es la TEORIA del ciclo de la violencia de Leonor Walker. Según Walter (2000), existen tres fases:



FASE DE ACUMULACION DE TENSION: Se caracteriza por la aparición de agresiones de carácter psicológico, cambios de humor, gritos, exigencias, rotura de objetos, empujones... Cualquier comportamiento de la mujer, especialmente los de autonomía y respuesta, despierta en el agresor una reacción de enfado. La mujer reacciona ignorando los insultos, minimiza lo sucedido, niega los malos tratos, los atribuye a factores externos. Ante esto, ella intenta no expresar su opinión porque sabe que él expresará la contraria, lo que llevara al conflicto y a la aparición de más

violencia. El hombre vuelca la culpabilidad en ella, le intenta convencer de que él tiene la razón. En esta fase la mujer tiene algo de control, o cree tenerlo, pero lo va perdiendo al aumentar la tensión. Ella acaba dudando de su propia experiencia y se considera culpable de lo que pasa.

Comienza a “no hacer nada”, salvo a comportarse de forma pasiva y sumisa como reacción a la situación.

FASE DE EXPLOSION O AGRESION: Se produce un aumento de la tensión lo que conlleva a la descarga a través del maltrato físico, psicológico o sexual de carácter intenso que va a provocar fuertes secuelas físicas y psicológicas en la mujer. La mujer siente que no tiene ningún tipo de control sobre la situación. Su capacidad de reacción se ve “mermada”, centrándose básicamente en la protección de su integridad física.

Según los diversos estudios es tras estas agresiones cuando las mujeres tienden a acudir a servicios médicos, a denunciar, a pedir ayuda y por tanto a empezar a hacer pública su situación.

FASE DE LUNA DE MIEL: tras esta fase que provoca un gran malestar en la mujer, generalmente el agresor tiende a arrepentirse y a pedir perdón a la víctima. El promete que será capaz de controlarse y por tanto de cambiar, pero al mismo tiempo considera que “ella ha aprendido la lección”. La mujer desea y decide creerle cuando promete que no volverá a ocurrir. En esta fase la tensión se reduce considerablemente, llegando a desaparecer. Pueden aparecer detalles, regalos, muestras de afecto, de forma que ella cree que el cambio se ha producido.

Lo que ocurre realmente es que se produce una minimización y justificación por parte de él, no una empatía real con ella, de forma que pasado un tiempo, vuelven a ocurrir situaciones que provocan otra vez tensión y por tanto una nueva agresión.

En la relación de malos tratos estas fases se repiten a lo largo del tiempo. Si bien las dos primeras fases se mantienen y agudizan, la fase de arrepentimiento, que ha actuado como mantenedora de la relación, tiende a desaparecer de forma definitiva.

LA PRIMERA CONFUSIÓN.

...y cuando al minuto o al día siguiente él mismo le quita importancia al asunto, tú misma no lo comprendes, pero te convences de que quizá no ha sido para tanto. Él te pide perdón, te dice que te quiere, que no puede vivir sin ti... Al fin y al cabo, ¿qué tiene de raro una pelea de pareja?

EL RESTO DEL VIAJE FUE MARAVILLOSO. DE MODO QUE EMPECE A PREGUNTARME SI LO DE AQUELLA ESPANTOSA NOCHE HABÍA OCURRIDO DE VERDAD.



4.- ¿Cómo se encuentra la mujer?

Los profesionales que van a intervenir con una mujer que ha sido maltratada deben tener en cuenta algunos aspectos que son importantes para garantizar un asesoramiento, una atención o la protección adecuada de la mujer a la que tratan de ayudar. Si no existe un proceso de comprensión previo de los aspectos que se reflejan mas adelante, puede resultar difícil para los profesionales el desarrollar la empatía suficiente con la víctima.

Primero vamos a hacer una reflexión sobre el concepto de crisis. El concepto de crisis es entendido como un momento en la vida de un individuo, en el cual debe enfrentar, de manera impostergable, una situación de conflicto de diversa etiología. "Las mujeres maltratadas generalmente están sometidas a una prolongada situación de abuso por parte de su pareja, por lo que pasan por un dilatado período de estrés y trauma del cual resulta una continua pérdida de energía. La mujer está en una situación de vulnerabilidad y, cuando es muy golpeada u ocurre otro hecho

coincidente (por ejemplo, el abusador comienza también a lastimar a los niños), la mujer cae en un verdadero estado de crisis.” (Escartín Caparros)

Es importante resaltar que es durante este estado cuando algunas mujeres solicitan el asesoramiento de los profesionales. La mujer valora que necesita apoyo para salir de la situación, de forma que la motivación para el cambio o el restablecimiento del equilibrio perdido que en ese momento necesitan, puede verse limitado a la duración del periodo de crisis. En esos casos, una posible reacción es que la mujer se retracte poco después de haber formulado una denuncia, o tras solicitar el asesoramiento jurídico y social correspondiente no desee seguir adelante y retome la relación con su pareja.

Vamos a abordar el segundo aspecto importante a tener en cuenta cuando nos enfrentamos al asesoramiento o a la intervención con una mujer víctima de malos tratos. Las mujeres que sufren violencia por parte de su pareja, muestran una serie de respuestas asociadas a esta experiencia traumática con las que vamos a encontrarnos y que deberían tenerse en cuenta a la hora de realizar la intervención. La violencia repetida e intermitente, entremezclada con periodos de arrepentimiento y de ternura, suscita en la mujer una ansiedad extrema y unas respuestas de alerta y de sobresalto permanentes. Estos sentimientos hacen aun más difícil la decisión de marcharse, o cuando menos, de buscar una solución. (Echeburua y Corral, 1998; Sarasua y Zubizarreta, 2000).

¿MARCHA ATRÁS?

Tendrás momentos de flaqueza y querrás volver con él. Con el compañero adorable que te pide perdón, te dice que te ama y te promete que no volverá a ocurrir.



Las reacciones a las que nos referimos incluyen:

- Miedo
- Depresión y sentimiento de baja autoestima
- Sensación de amenaza incontrolable a la vida y a la seguridad personal.
- Aislamiento social y ocultación de lo ocurrido (por la vergüenza social percibida)
- Sentimientos de culpa por las conductas que ella realizó para evitar la violencia (mentir, encubrir al agresor...)
- Temor y nerviosismo, inquietud.
- Pasividad, ensimismamiento, ausencia de contacto visual
- Reticencia a responder a preguntas o a dejarse explorar.
- Presentan distorsiones cognitivas: negación, minimización, disociación
- Problemas de memoria: recurrencia, confusión mental, problemas de atención...
- Problemas de salud
- Percepción de falta de alternativas para salir de la situación,
- Incremento en la tolerancia a la violencia
-

Las mujeres que sufren malos tratos desarrollan lo que Seligman denominó "Indefensión aprendida" que consiste en que la persona que está siendo víctima de maltrato "aprende" que no puede defenderse haga lo que haga. Esto sucede porque siente que no controla la situación y está a merced del agresor. Estos sentimientos impiden creer que las cosas pueden cambiar y dificultan que la mujer se enfrente a sus creencias, sus sentimientos y también sus temores. El maltrato da lugar a lo que se denomina "sesgos cognitivos", los cuales también podremos percibir durante la intervención con la víctima. Es frecuente que la mujer sienta vergüenza al relatar las situaciones que ha vivido y que son degradantes para sí misma y para sus hijos. También podemos encontrar la creencia de que la violencia que sucede dentro del hogar es un hecho privado que debe quedarse en la intimidad de la pareja. Dichos sesgos, a los que podríamos añadir los ya citados anteriormente, dificultan la búsqueda de ayuda y la expresión de lo que sucede para poder intervenir.

PENDIENTE DE SU HUMOR.

Cuando ya eres consciente de sus cambios de humor y contradicciones, cuidas hasta el más mínimo detalle, pendiente siempre de él y de lo que le agrada. ¿Por qué será que nunca aciertas?



A continuación reflejamos algunas de las frases que pueden decir las mujeres a lo largo de la narración de las situaciones violentas.



Como profesionales en contacto con esta problemática es vital tener en cuenta los distintos aspectos comentados, y verlos como parte de un proceso en cuya evolución intervenimos, pero que no solucionamos ni zanjamos. Ese papel le corresponde a la mujer, y por tanto, aunque a veces nos cueste e incluso no estemos de acuerdo, hay que respetar sus tiempos, momentos y decisiones.

5.- ¿Por qué les cuesta tanto romper?

Es un mito y un error pensar que el uso de la violencia solo aparece en el matrimonio, también lo hace durante el noviazgo. No es verdad que sea exclusivo de clases sociales bajas, si no que existe y se da en todas las esferas sociales, económicas y culturales. Otro mito, y no menos importante, es creer que las mujeres mantienen la relación y no rompen por que les gusta que les agredan. Su situación es difícil y complicada, y no podemos obviar que en ocasiones las manifestaciones mas violentas pueden producirse con la ruptura.

En el caso de la mujer maltratada existen una serie de consecuencias y secuelas que van a provocar cambios en su forma de actuar y confrontar la situación. Esta mismas secuelas y circunstancias cuando son vistas y valoradas desde fuera, son consideradas razones suficientes para la ruptura de la relación o para el planteamiento de una separación como solución al problema. Sin embargo, en la realidad funcionan como trabas a las que una víctima debe enfrentarse en su día a día y a la hora de tomar una decisión. A la mujer se le atribuye una importancia fundamental en todo lo relacionado con lo emocional, y no solo con la creación de los vínculos, sino con la responsabilidad de su mantenimiento

Antes de nada debemos indicar que nos hayamos ante un proceso de larga duración, y que como todo proceso se compone de unos altos y de unos bajos: no es estable, por lo que nos encontraremos con mujeres que cambian de opinión según sus circunstancias. Volvemos a recordar que lo anormal no son sus reacciones, si no la situación en que viven.

¿CUÁNTO PUEDE DURAR?

La media de la duración de este tipo de situaciones suele ser de 10 años, antes de hacerlo visible



Hay que tener en cuenta que una vez aparecidos los malos tratos la mujer se enfrenta a su propia incredulidad, vergüenza, y ambivalencia. Piensan, avaladas por las promesas de cambio de ellos, que todo puede y va a cambiar... que ellas deben esforzarse por cambiar la situación, ya que la experiencia también les demuestra que puede hacerse (luna de miel del ciclo de violencia). Para ellas es vital preservar la unidad familiar, aunque eso suponga aguantar una situación que les merma ("ya me he acostumbrado") y por eso callan y ocultan, lo que termina por instaurar la dinámica. Hay que recalcar la importancia que el silencio tiene en cualquier dinámica de violencia. Mientras este se mantiene, la situación no cambiará o en todo caso se potenciará. En el momento en que se rompe, empieza a romperse casi de forma imperceptible la situación: se está dando la opción a la introducción de cambios, y no tanto por la posible intervención de los recursos como por un posible cambio de visión por parte de la mujer.

La mujer maltratada suele presentar una baja autoestima y autoconcepto. Hay que tener en cuenta que en la creación y desarrollo de ambas cuestiones la opinión externa es vital. Esta baja autoestima se debe, entre otras cosas, a que creen a su pareja cuando este las menosprecia y desvaloriza, de forma que llegan a asumir estas afirmaciones como ciertas. Además han aprendido desde el principio de la

relación a centrarse y priorizar el punto de vista de él por encima de su propio discurso y opinión.

Presentan poca capacidad de independencia, tanto personal, social como monetaria. Su red social se ve mermada a lo largo del tiempo. Su pareja les aísla social y familiarmente. Su agresor puede llegar a convertirse en su única referencia a este nivel, lo que marcará más aún el poder que ellos tiene sobre ellas, y la dependencia de ellas hacia ellos... y por tanto dificultará tomar una decisión que desde el punto de vista de la mujer le deja realmente sola.

PODER Y CONTROL

Puede hacerte dudar de ti misma y de tu relación con los demás. Quiere controlar tu forma de vestir, con quién sales, quién te llama, adónde vas...



Con respecto a las situaciones que viven son muy concretas, centrándose en los hechos, costándoles mucho percibir la globalidad o lo que esos sucesos aislados que narran puedan tener en común. Este sesgo de carácter cognitivo proporciona una subjetividad respecto a la realidad de su situación que solo tras grandes esfuerzos, y a veces tras situaciones traumáticas, empieza a romperse, y por tanto a dar lugar a otra forma de ver la relación que con el tiempo puede llevar a la ruptura.

Dado su alto nivel de desvalorización, se sienten incapaces de tomar decisiones y de realizar cambios de forma autónoma. Sin embargo la realidad es distinta: ellas están tomando continuamente decisiones relacionadas con la casa, los hijos, llevan una economía personal precaria...Todas, decisiones relacionadas con su rol, por lo que son menospreciadas y minimizadas hasta por ella mismas. Lo que sí ocurre es que no creen en su propia capacidad de decisión, ya que según ellos, nunca son correctas o no pueden hacerlo. En muchas ocasiones, cuando los profesionales hablamos de sus problemas para tomar decisiones nos solemos referir

A UNA DECISIÓN, la de la separación, olvidando que se trata de una decisión difícil de tomar por parte de cualquier persona.

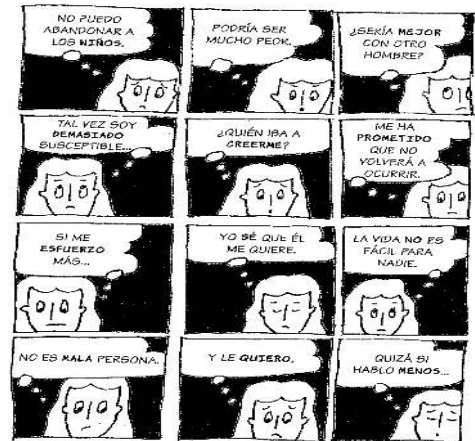
Tienen sentimientos ambivalentes hacia su pareja: es agresivo y amable, esta tranquilo y explota...por lo que ellas dicen quererlos y odiarlos. Consideran que eso no puede ser muy normal y por tanto desarrollan un gran malestar y culpabilidad. Olvidan que estos sentimientos ambivalentes si pueden tener sentido si se asocian a las situaciones y circunstancias que los provocaron. Es normal sentir cariño si las cosas van bien...y rabia si se acaba de producir una agresión, aunque el objeto de ambos sentimientos sea el mismo: su pareja. Esta misma ambivalencia les hace sentir inseguridad y cuestionarse continuamente sus sentimientos y su situación, por lo que su posicionamiento ante la ruptura como opción también se ve mediatizado por esto.

Se aferran a lo bueno del maltratador, a sus buenos momentos y recuerdos. Dadas las características de la relación se muestran siempre atentas y pendientes de todas las necesidades de su pareja, rechazando y olvidando las suyas. Tienen muy interiorizada la idea de “Vivir para los otros”, un mensaje que limita el tiempo y la energía dedicada a una misma, y refuerza dar más importancia al bienestar de los demás que al propio. Su vida y sus expectativas las han depositado en manos de otros, por lo que es difícil que logren cubrirlas. Sin embargo deben seguir intentándolo, buscar ese reconocimiento no demostrado y ese sentido como pareja que es vital para ellas.

Se produce, por tanto, una negación de la realidad, llegando incluso a considerar que su agresor no es responsable de su conducta de malos tratos. Viven de un ideal, de como les gustaría que fuese su vida. Presentan, por tanto distorsiones cognitivas que se manifiestan a través de la minimización, la justificación y la racionalización de las distintas situaciones (“no ha sido nada”, “es que tiene problemas en el trabajo”, “es que no podía actuar de otra forma”...). Para estas mujeres todo lo gratificante es considerado como algo externo, que no esta en sus manos, pero lo negativo es propio. Esto se observa en el hecho de que no son conscientes de su papel en el mantenimiento de los malos tratos, y por tanto les cuesta ver el como la ruptura puede ayudarles en la solución del problema.

¿SERÉ YO LA CULPABLE?

En tu intento de justificar lo injustificable, te preguntas qué es lo que estás haciendo mal. Asumes una culpa y una responsabilidad que no tienes.



Ellos justifican los malos tratos en base a la indefensión y debilidad de su víctima. Ellas tienen la sensación de conocer a su agresor, de que saben como viene y saben que pueden esperar. Pero por otro lado no saben a que atenerse, ya que hagan lo que hagan no controlan la situación y no saben si van a poder evitarla. Esta indefensión y las continuas exigencias de ellos hace que sean delegantes y se queden en la queja como forma de expresión y de resolución de problemas, siendo esta otra de las cuestiones que dificultan la toma de decisiones..

Los insultos, los golpes, las humillaciones, el aislamiento social y la dependencia económica y afectiva de su agresor, así como la presión social y los valores imperantes respecto a la familia, conducen a la mujer a un estado de indefensión que dificulta su capacidad para buscar ayuda exterior, lo que prolonga estas situaciones de violencia. Esta situación de indefensión, descontrol de las situaciones y de tensión hace que estén en permanente estado de alerta. Sus sentimientos se basan en el miedo, lo que les impide realizar cambios. Independientemente de la gravedad y crudeza de la violencia a la que se ve sometida, en general la mujer tiene miedo de que pueda llegar a más: muchas temen en determinados momentos por su integridad física y su vida, principalmente cuando se plantean la ruptura y la separación.

RAZONES PARA NO “CAMBIAR/ROMPER/ DENUNCIAR...”QUE DAN LAS VÍCTIMAS

Razones que esgrimen o plantean para no denuncia o intentar un cambio (reconvertir en frases que dicen)

- ✱ Negación de la realidad: no ha pasado nada, solo ha sido una discusión, es que es de carácter fuerte...
- ✱ No tienen solvencia ni independencia económica: si no tengo dinero, si no sé hacer nada, donde voy a trabajar. A veces si trabajan pero lo que las mantendrá será la dependencia emocional y psicológica.
- ✱ Los hijos y su intento de preservar la unidad familiar.
- ✱ El recuerdo de una relación que en algún momento fue agradable. O la búsqueda del ideal.
- ✱ Su (aparente) incapacidad para tomar decisiones
- ✱ El miedo a la respuesta del maltratador. En muchas ocasiones las respuestas más agresivas se producen en el proceso de separación.
- ✱ La culpabilidad y la vergüenza. La indefensión.
- ✱ El que dirán y la presión social externa.
- ✱ El miedo a estar solas, a la soledad.

6.- ¿Quiénes son y cómo se comportan los hombres maltratadores?

No resulta sencilla la aproximación al perfil del hombre maltratador. Las características personales y las causas por las que el hombre violento trata de perpetuar en el tiempo una relación basada en el abuso de poder pueden ser muy variadas. Hay que tener en cuenta un hecho importante: la violencia, bien de carácter físico o psicológico, es un modo muy eficaz de consecución de los objetivos deseados por parte del hombre que la utiliza. La violencia es una importante pauta de control de la relación y del comportamiento de la víctima. Como consecuencia, si el agresor consigue su objetivo, el ejercicio de la violencia refuerza que vuelva a reproducirse este comportamiento.

Sin embargo, la utilización de una u otra modalidad de agresión no es lo más relevante en la configuración de este tipo de relación. Las características

de este comportamiento, su tempo, su grado de brutalidad o refinamiento, dependerá en muchas ocasiones de las características del sujeto. El tipo de violencia empleada puede depender de diferentes factores como la propia historia de aprendizaje del sujeto respecto al uso de la violencia, el grado de activación y tensión en el momento del incidente o la evaluación realizada por el hombre sobre la contundencia de su respuesta ante un comportamiento “inadecuado” de la mujer. Si el objetivo final es el mantenimiento de una posición de control y de dominio sobre la pareja, la elección de un tipo u otro de comportamiento (incluidos los comportamientos positivos y de seducción) estarán supeditados al mantenimiento de esta posición ventajosa.

A VECES TE AGOBIA

Pero cedes... Todo sea por amor



El fin principal del comportamiento violento no es tanto el daño a la víctima como la intimidación. Sobre el daño psicológico el hombre no suele ser consciente y, respecto al daño físico, si lo hay, el hombre lo tiende a relatar como algo accidental. Si bien en un grupo de maltratadores se produce un patrón de escalada, en otro, el uso de una u otra estrategia violenta será selectivo y estará en función de los objetivos de control del maltratador. En cualquiera de los casos, el proceso de escalada de la violencia y su uso selectivo no son perspectivas excluyentes. El acoso, la intimidación y la amenaza desempeñan un papel esencial en el anclaje y desarrollo de la relación de violencia. Una de las características de la violencia de género es la de provocar una atmósfera de intimidación permanente de graves consecuencias para la víctima.

Es habitual la baja conciencia de comportamiento problema que tienen estos hombres, no son conscientes de que su comportamiento sea problemático. Este hecho se convierte en una dificultad importante a la hora del plantear un tratamiento psicológico, puesto que al no ser conscientes de su problema es difícil que se planteen una petición de ayuda. La tendencia del hombre es negar o justificar dicho comportamiento tratando de eludir la responsabilidad sobre el mismo. Para ello, se utilizan estrategias “como buscar excusas, alegar que se trata de un problema estrictamente familiar, hacer atribuciones externas, considerar lo que ocurre como normal en todas las familias o quitar importancia a las consecuencias negativas de esas conductas” (Echeburúa y Corral, 1998)

Los investigadores que han analizado las características de los hombres violentos hacia sus parejas se han centrado fundamentalmente en dos aspectos. El primero, ha tratado de identificar la existencia de características que diferencien a los hombres maltratadores de los que no lo son y que, de alguna manera, se han podido considerar como factores de riesgo. En este contexto se han analizado las variables sociodemográficas, la familia de origen y el proceso de socialización y las variables relacionadas con la psicopatología y el funcionamiento psicológico.

Corsi (1995) identificó distintas características comportamentales, cognitivas, emocionales e interaccionales en el modo de actuar de los maltratadores. Desde el punto de vista del comportamiento, identifico antecedentes de violencia con otras parejas, resistencia al cambio, el fenómeno de la “doble fachada” y abuso de sustancias, entre ellas, de forma significativa el alcohol. En el plano cognitivo observó definiciones rígidas de masculinidad y feminidad, distorsiones cognitivas (generalización, minimización, justificación y negación del maltrato). Emocionalmente, se detecto baja autoestima, racionalización emocional, falta de habilidades, racionalización de sentimientos, dependencia e inseguridad. Por ultimo, en la dinámica de relación del agresor con su víctima, se producían diferentes conductas de control, de manipulación, de aislamiento de las redes de apoyo de la víctima y de falta de habilidades de resolución de conflictos.

El segundo aspecto investigado ha pretendido la agrupación de los maltratadores mediante la elaboración de tipologías, partiendo de sus características

personales y de sus estilos de violencia. Holtzworth-Munroe y Stuart (1994) definieron tres tipos de hombres maltratadores: el primero de ellos se correspondería con aquellos hombres únicamente violentos en el entorno familiar y caracterizado por presentar bajos niveles de violencia dentro y fuera de la familia y apenas psicopatología. El segundo tipo de hombres, borderline/disfórico presentaría niveles moderados o severos de violencia con la pareja y bajos niveles de violencia en otros contextos. Mostrarían, asimismo, dificultades psicológicas y características de personalidad límite. Por último, el tercer tipo, antisocial/violento ejercería niveles moderados o severos de violencia con la pareja, altos niveles de violencia general y desórdenes característicos de las personalidades antisociales. Es clásica también la tipología de Dutton y Golant (1997). Estos autores identificaron tres tipos generales de agresores: 1) los psicopáticos, 2) los hipercontrolados, cuyo rasgo más distintivo es el distanciamiento emocional, presentando un perfil de evitación y agresión pasiva y 3) los cíclicos/emocionalmente inestables, que se caracterizan por cometer actos de violencia de forma esporádica y únicamente son violentos con su pareja.

En este contexto, uno de los objetivos que se persiguen es tratar de identificar perfiles concretos de agresores que respondan más adecuadamente a uno u otro tipo de intervención (Holtzworth-Munroe y Stuart, 1994; Dixon y Browne, 2003; Amor, Echeburúa y Loinaz, 2009).

En cualquiera de los casos, hasta la fecha no ha sido posible determinar un perfil sociodemográfico específico de los hombres maltratadores y no ha sido encontrado ninguna característica o factor que, de manera indiscutible, identifique al maltratador o pueda predecir un episodio de violencia. Estos hombres no constituyen un grupo homogéneo, lo que será necesario tener muy presente en la planificación de la intervención y en las posibles medidas de protección de las víctimas.

No obstante, dentro de los problemas psicopatológicos que algunos hombres sí presentan, el abuso de sustancias y los celos se encuentran en un lugar destacado. En cuanto al tipo de sustancias consumidas en relación con el desarrollo de incidentes está asociada, fundamentalmente, al consumo de drogas estimulantes del sistema nervioso central. No obstante parece que las estructuras disfuncionales de género desempeñan un papel esencial y representan el “mar de fondo” de las

relaciones de violencia, desde este punto de vista se puede entender el comportamiento del “maltratador” como una consecuencia de una patología social, fruto de la intervención de un conjunto de esquemas distorsionados de género.

TAL VEZ SOLO HA SIDO UNA CONFUSIÓN...

A veces se muestra celoso, y eso crea problemas, pero dice que te quiere...



Este tipo de violencia tiene un componente estructural esencial, no es un hecho aislado sino un modo de configurar la relación de pareja. Para su definición son necesarios dos componentes: la presencia de un comportamiento violento e intencional hacia la mujer y la habitualidad de dicho comportamiento. Habitualidad que no necesariamente se configura como un conjunto de agresiones físicas. En los casos estudiados, la violencia de género, cuando es tal, tiene un carácter estructural, secuencial y asimétrico; se fragua en la consolidación de una progresiva asimetría dentro de la pareja, donde la violencia cumple la función de mantener dicho desequilibrio. La violencia de género es, así, un intento sistemático por parte del agresor, primero, de conseguir y, después, de mantener el poder utilizando para ello un comportamiento violento en sus distintas manifestaciones.

La influencia de las estructuras disfuncionales de género se puede concretar en dos direcciones (Boira, 2010): a) Una proximal, en la que sí se podría establecer una relación más inmediata entre los efectos de la ideología patriarcal y el establecimiento de la violencia. En este caso, el hombre no admite ningún desequilibrio en lo que él entiende que debe ser “su” familia, y dentro de la cual estaría todo lo suyo: sus posesiones, su mujer, sus hijos. Este tipo de hombre, “amo y señor”, cree tener muy claro lo que el mundo espera de él y lo que él espera de su

familia y cualquier cambio en este estado de cosas puede y debe ser corregido, el uso de la violencia trataría de corregir ese desequilibrio; y b) Una influencia distal, que no puede ser relacionada directamente con la ocurrencia de la violencia, en donde las estructuras patriarcales pueden competir, desde un punto de vista emocional y cognitivo, con otros valores y creencias. En hombre puede llegar a criticar la postura radical del hombre “amo y señor” no identificándose en ningún caso con ese modelo. El “machismo” se ve como ajeno y desvinculado de la estructura violenta de la pareja. En este caso, estas creencias funcionan como mar de fondo, como justificadores de unas diferencias no cuestionadas entre hombres y mujeres. El hombre puede considerar como naturales determinados comportamientos, incluidas, si llega el caso, algunas justificaciones para su comportamiento violento.

7.- ¿Qué pautas puedo tener en cuenta para atender a una mujer maltratada?

Cuando una mujer maltratada acude a los servicios, como hemos dicho anteriormente, muestra entre otras cosas un alto sentimiento de culpa. Ante esto nos parece importante resaltar que es adecuado que nuestro posicionamiento profesional esté atento para evitar lo que se denomina victimización secundaria.

Para Alberdi (2006), La victimización secundaria se deriva de las relaciones entre la víctima y las instituciones sociales (servicios sociales, sanitarios, medios de comunicación, jurídicos, etc.), quienes en algunas ocasiones brindan una mala o inadecuada atención a la víctima (Beristain, 1999)

En general, cuando una mujer decide denunciar su situación, el proceso judicial, el tipo de atención recibida, el ir de un servicio a otro, el cuestionamiento y presión general por parte de los distintos profesionales, pueden generar un nivel alto de ansiedad. Esto hace que en muchas ocasiones se plantee si ha hecho lo correcto iniciando ese proceso, lo que puede llevarla a tomar la decisión de paralizarlo o de desaparecer de los distintos servicios. Es por ello una de las razones por las que es necesaria una adecuada actuación por parte de nosotros, los profesionales, para dar a la mujer una buena atención, que no la estigmatice ni le cree más malestar que el que ya presenta.

Para prevenir que nuestra actuación profesional pueda generar en la mujer víctima de violencia esta doble victimización, consideramos claves los siguientes aspectos:

- Formación específica en violencia de género, ya que nos permitirá comprender la complejidad de las relaciones violentas y de este modo ofreceremos a la mujer que atendemos una intervención más ajustada y adecuada.
- Es adecuado contar con una serie de habilidades de relación y de control emocional que nos permitan manejar con fluidez la relación con la mujer.
- La intervención en temáticas de violencia, puede generar en nosotros un estrés emocional, por lo que consideramos que el trabajo en equipo es recomendable, ya que el sentirse parte de un equipo disminuye el nivel de estrés, se comparte la responsabilidad, aumenta la confianza y permite el apoyo mutuo.

Señalamos una serie actitudes y habilidades que durante nuestra atención es aconsejable que estén presentes:

- a) Empatía: capacidad de percibir y comprender lo que piensa y experimenta la otra persona y comunicarle esta comprensión en un lenguaje que entienda. Con la comprensión empática la víctima percibe una mayor seguridad, aceptación, acompañamiento y apoyo, además de sentirse escuchada.
- b) Aceptación: supone acercarse a la mujer con respeto, sin un juicio previo: aceptándola, lo que no implica estar de acuerdo con sus opiniones y/o decisiones.

La aceptación implica:

- Preocuparse por ella
 - Mostrando interés
 - No interrumpiendo
 - No intentando cambiar de tema
- Aceptarla tal como es
 - Evitando hacer juicios de valor e interpretaciones
 - Aceptando los sentimientos del otr@

- c) Congruencia: es la capacidad de ser uno o una misma y conocer como me afectan personalmente las cosas que escucho.

La congruencia implica

- Coherencia entre lo que sentimos, decimos y hacemos
- Coincidencia entre la conducta verbal y no verbal
- Abandonar paternalismos o posiciones de autoridad

- d) Concreción: capacidad para centrar la experiencia, ir a lo importante, evitando generalizaciones y teorizaciones.

A continuación presentamos una serie de pautas de actuación profesional que nos pueden ayudar en la atención a las mujeres víctimas:

Es recomendable

- Recibir a la mujer sola.
- Transmitir interés, confianza y seguridad, insistiendo en la confidencialidad.
- Escuchar de manera paciente, atenta y activa.
- Creer lo que cuenta y respetar el orden de su relato.
- Informar de todos los recursos disponibles.
- Ayudar a valorar alternativas.
- Se tomarán notas.
- Contacto visual no intimidatorio.
- Tono de voz bajo.
- Postura respetuosa y relajada, orientado hacia la persona, actitud de comprensión.
- Expresión facial cálida.
- Mantener signos de atención, asentimientos o miradas y nunca hacer otra cosa al mismo tiempo.
- Ser hábil en el manejo del silencio, de modo que hay que permitir a la víctima que exprese toda la información que necesite.
- El contacto físico sólo será útil y adecuado si la mujer lo solicita verbalmente o es ella quien lo inicia.
- El/la profesional proporcionará su nombre y teléfono de contacto del trabajo.

Se evitará:

- Dar respuestas rápidas y precipitadas.
- Intelectualizar, diagnosticar, patologizar.
- Juzgarla, darle consejos o victimizarla con comentarios o expresiones.
- Caer en mitos y estereotipos sobre la violencia de género o sobre las víctimas.
- Tomar decisiones que debería tomar la mujer
- Mostrar desaliento por querer ayudar a alguien que no puede o no quiere ser ayudada en ese momento o de esa manera.

Se le ayudará a que hable:

- Permitiendo que narre los hechos, aunque sea de manera desorganizada. Hay que saber esperar a que la víctima aclare y ordene la información proporcionada, especialmente la relacionada con la falta de justificación de la violencia. Posteriormente el/la profesional estructurará.

- Se le brindará la ayuda que en cada momento vaya necesitando.
- Se le dará tiempo para expresar sus emociones. Permitir la manifestación de llanto, conductas de ira, agresividad verbal y gritos, siempre y cuando se reoriente la calma. El profesional debe infundir serenidad, hablar en tono tranquilo
- No se le preguntará más de lo que quiera contar.
- Se usarán frases cortas y concretas, no discursos.
- Se evitará hacer afirmaciones rotundas.
- Se evitará cualquier tono culpabilizador.
- Se evitarán actitudes y conductas morbosas.
- Se evitarán actitudes sobreprotectoras, moralinas y de exceso de consejo.
- Se evitará hacer promesas que no se puedan cumplir.
- Se evitarán actitudes rígidas incluso ante manifestaciones irracionales.
- No dar por hecho que sabe de que le hablamos. Se le dará espacio para expresar sus dudas y miedos respecto a procesos, recursos y servicios.
- Ayudar a que recuerde los momentos difíciles y cómo los afrontó.
- Si la persona queda bloqueada, puede hacerse alguna pregunta o repetir alguna de las ideas previas para animar que continúe

UN ADECUADO POSICIONAMIENTO PROFESIONAL. PARTE DE

“Confiar en la capacidad de decisión, cambio y crecimiento de la mujer”

.....evitar en nuestra atención mensajes “TIENES QUE”

.....favorecer en nuestra atención mensajes “QUE TE PARECE”, “QUE TE PREOCUPA”, “A QUE TIENES MIEDO” “EN QUE TE SIENTES SEGURA”

8.-....Efectos en los profesionales que atendemos a mujeres víctimas de violencia de género

En este punto queremos reflexionar acerca del desgaste emocional que nos puede provocar el trabajar en violencia, ya que estar en contacto con relatos de sufrimiento y acontecimientos traumáticos nos puede hacer vulnerables y puede llegar a provocar un desgaste de carácter emocional.

Por una parte nos enfrentamos a diferentes reacciones por parte de las personas que atendemos: peticiones de ayuda, delegaciones en la toma de decisiones, exigencia, rechazo a ciertos planteamientos, dependencia pasiva sin implicación, queja, indiferencia,..., y por otra, el carácter de la intervención, de urgencia, de crisis.

Todo esto puede llevar a posible cansancio emocional al realizar la tarea de ayuda, por lo que es vital aprender a gestionar nuestras emociones. Permitámonos reflexionar acerca de lo “lo que nos pasa”, “como nos afecta”, “como lo gestionamos”, y qué estrategias generamos para afrontar este tipo de sentimientos, y así hacer nuestra intervención más adecuada, y nos sintamos satisfechos en nuestro labor profesional.

Las “señales de alerta” que los profesionales en un determinado momento de nuestra intervención podemos manifestar en la atención a mujeres son las siguientes:

- sentimientos de angustia hacia la mujer porque ella no ha tomado las mejores decisiones
- impaciencia cuando ella cuenta su propia historia
- sobrepreocupación por su seguridad
- mas empatía e identificación con el agresor
- sentimientos de tristeza por un@ misma por no realizar una buena intervención
- escucha no activa
- persuadirla de que lo que nosotros pensamos es mejor

Reconocer la aparición de estas “señales” es registrar lo que nos genera malestar, y este reconocimiento es una estrategia de autocuidado, ya que nos va a permitir “parar” y reorientar nuestro posicionamiento profesional.

Queremos resaltar la idea de “cómo cuidarnos para poder cuidar”. Algunos de los factores protectores a nivel individual son:

- Evitar la contaminación de espacios de distracción y la saturación de nuestras redes personales de apoyo.
- Aprender a gestionar las emociones. Reconocer los puntos fuertes y vulnerables de cada uno.
- Aceptar que no se puede resolver todas las situaciones que se plantean, ponerse límites.
- Pedir ayuda mediante la creación de sistemas de apoyo
- Búsqueda de herramientas que nos ayuden a manejar la tensión, evitar caer en el victimismo, actividades gratificantes, reformulación de la situación.
- Supervisión como espacio de efectos terapéuticos.

Bibliografía

- Alberdi, I y Rojas, F (2005): *Violencia: Tolerancia Cero*. Obra Social Fundación la Caixa
- Albertin, P (2006). Psicología de la victimización criminal. En Soria, M y Saiz, D. *Psicología criminal* (Coord.). (245-276)Madrid. Pearson educación
- Amor, P.J., Echeburúa, E. y Loinaz, I. (2009). ¿Se puede establecer una clasificación tipológica de los hombres violentos contra su pareja? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9, 519-539.
- Arón, A.M. y Llanos, M.T. (2004). Cuidar a los que cuidan. Desgaste profesional y cuidado de los equipos que trabajan con violencia. *Sistemas familiares*, año20- nº1-2. p5-15.
- Boira, S. (2010). *Hombres maltratadores. Historias de violencia masculina*. Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.
- Bonino, L (1998). *Micromachismos, violencia invisible*. Madris. Cecom.
- Beristain, A (1998) Criminología y victimología. Alternativa re-educadoras del delito. Sta Fé de Bogotá. Ed. Leyer
- Cardenas, E.J. (1999): *Violencia de pareja. Intervención para la paz, desde la paz*. Buenos Aires. Ed Granica.
- Corsi, J. (Ed.), *Violencia masculina en la pareja*, Paidós, Buenos Aires, 1995.
- Dixon, L. y Browne, K. (2003). The heterogeneity of spouse abuse: a review. *Aggression and Violent Behavior* 8, 107–130.
- Dutton, D.G. y Golant, S.K. (1997). *El golpeador. Un perfil psicológico*. Buenos Aires: Paidós.
- Escartin Caparros, Mj (1994). Violencia Y Mujer. La Intervención De Crisis Con Mujeres Maltratadas Y Sus Hijos. *ALTERNATIVAS. Cuadernos de Trabajo Social*. Nº 3. Escuela Universitaria de Trabajo Social. Universidad de Alicante. Páginas: 77-84.
- Echeburúa, E. (1997): *Personalidades violentas*. Madrid. Ed. Piramide
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1998). *Manual de violencia familiar*, Madrid: S. XXI.
- Emakunde, Instituto vasco de la Mujer. (2006) *Guía de actuación ante el maltrato domestico y la violencia sexual contra las mujeres para profesionales de los servicios sociales*.

Escudero Nafs, A(2008).: Causas y razones científicas de la perdurabilidad de la mujer en la violencia de género. En san Segundo Manuel,T :*Violencia de genero. Una visión multidisciplinar*. Madrid. Ed.Cera

Garrido, V.(2001): *Amores que matan: acoso y violencia contra las mujeres*. Valencia. Ed. Algar.

Consejería de Sanidad y Servicios Sociales del Gobierno de Cantabria (2005).*Guía practica de intervención en violencia de género*. Consejería de Sanidad y Servicios Sociales del Gobierno de Cantabria.

Álvarez, A.(2002) *Guía para mujeres maltratadas*. Comunidades de Castilla la Mancha.

Grupo 25 (2006):. Criterios de calidad para intervenciones con hombres que ejercen violencia en pareja. Monográfico. *Cuadernos para el debate Grupo 25*.

Hirigoyen, M.F (2005):. *Mujeres maltratadas. Los mecanismos de la violencia en la pareja*. Barcelona. Ed. Paidos Contextos.

Hirigoyen, M.F. (2000): *Violencia en la pareja: la detección de la violencia psicológica*. Madrid. Dirección General de la Mujer de la Comunidad de Madrid .

Herman, J. (1997): *Trauma y recuperación. Cómo superar las consecuencias de la violencia*. Madrid. Ed. Espasa

Holtzworth-Munroe, A. y Stuart, G.L. (1994). Typologies of male batterers: Three subtypes and the differences among them. *Psychological Bulletin*, 116, 476-497.

Instituto Antae. Instituto de psicología aplicada y counselling.

Labrador, F.J. et al. (2004): *Mujeres víctimas de violencia doméstica. Programa de actuación*. Madrid. Ed. Pirámide.

Lorente Acosta, M (2001):. *Mi marido me pega lo normal. Agresión a la mujer: realidades y mitos*. Barcelona. Ed. Ares y Mares.

Lorente Acosta, M. (2006): La intervención de la medicina legal y forense en la violencia de género. En el Curso de *experto universitario en malos tratos y violencia de género de la UNED*:

Matud, M^a P. et al (2005) : *Mujeres maltratadas por su pareja. Guía de tratamiento psicológico*. Madrid. Ed. Minerva.

Mulleder, A. (2000) *La violencia doméstica. Una nueva visión de un viejo problema*. Barcelona. Ed Paidos

Organización de las Naciones Unidas (ONU) (1995) *Informe de la IV Conferencia Mundial sobre las mujeres. (A/CONF.177/20/Rev.1)* Beijing. Naciones Unidas.

Penfold , R.B (2006). *Quiéreme bien, una historia de maltrato*. Buenos Aires. Lumen

Pérez del Campo, A.M^a (1996): *Una cuestión incomprensida. El maltrato a la mujer*. Madrid Ed. Horas y Horas.

Romero, I. (2004). Desvelar la violencia: una intervención para la prevención y el cambio. *Papeles del psicólogo*, 88.

Sabrafen R, Vega, S.(2004) : Una pantalla protectora en los encuentros con la violencia: El terapeuta cuidándose para poder cuidar (2004): Rev. Sistemas Familiares

Sanmartín, J. (2000): *La violencia y sus claves*. Barcelona. Ed. Ariel.

Saracusa, B y Zubizarreta, I. (2000) *Violencia en la pareja*. Málaga. Ed. Aljibe.

Torres Falcón, M. (2001): *La violencia en casa*. Barcelona. Ed. Paidós.

Walker, 1993: *Guía para el autocuidado de quienes trabajan en el campo de la violencia intrafamiliar*. Organización Panamericana de la Salud.

Walter, L.E. (2000). *The Battered Woman Síndrome*. New York: Springer Publishing Company.

