

Libro: La Violencia en las Relaciones Intimas

Autor: José Navarro Góngora Edit HERDER Madrid 2015

Prof. Julio SILVA CRUZ

(Quiero compartir una pequeña introducción del extracto de la lectura del libro: La Violencia en las Relaciones Íntimas del autor José Navarro Góngora).

Tratar de entender cómo es que llegan los victimarios a tener una conducta continúa de violencia, y no solo buscar explicaciones de las consecuencias de las agresiones. Ayudará a comprender la conducta del agresor.

La pregunta no es por qué en un momento dado podemos ser violentos. La pregunta es más bien porqué generamos conductas de violencia que se prolongan en el tiempo con las personas a las que amamos cuando no existen razones para ello. Llegando a poner en peligro la vida de las víctimas. Siendo la violencia no sólo un problema de sufrimiento personal y de injusticia social; sino de peligro de muerte para la víctima.

Si hay violencia hay sufrimiento. Si el agresor no causara sufrimiento con su control tal vez no continuaría controlando, pues buscaría otra manera para seguir haciendo daño. El tema del control tiene que ver con una especie de competencia para ganar a quien oprime. **A las víctimas les repetimos que el criterio no es que quiere su agresor, sino que quieren ellas.**

La visión psicológica actual tiende a centrarse en los individuos y, en su entorno más inmediato como la familia y las amistades porque es lo que los psicólogos pueden manejar mejor. En el tema de la violencia, el sistema social cuenta. Este incluye a la familia, los amigos y la comunidad; conviene convocarlos cuando se trabaja con parejas violentas. También incluir al sistema legal, a la policía, al sistema de salud a los servicios sociales y a los medios de comunicación.

Sin duda, diversas variables sociales influyen en la violencia, la perspectiva psicológica aporta algo a la explicación de la violencia en las relaciones íntimas.

Es importante reconocer que la capacidad de agredir está en la información genética con el que todo ser humano nace; después a lo largo de las distintas etapas de la vida, vienen los modelados de la infancia (apego), de la niñez (familia), de la adolescencia (socialización en el grupo de pares) y de la forma de afrontar los problemas de la convivencia con la pareja.

Tanto las víctimas como los agresores han tenido experiencias que tienen que ver con cómo evolucionan sus problemas en el tiempo. En ocasiones diversos profesionales no logramos entender bien qué es lo que supone vivir en una violencia crónica, esa experiencia en la que se combinan las agresiones físicas, el abuso emocional, y el sexual, hasta que la víctima, normalmente, abandona la relación. Lo cual no significa el final de la violencia, pues habrá que ver a lo que se enfrentan las víctimas para poder reconstruir sus vidas.

Para entender lo que significa vivir en la violencia crónica es importante hacer referencia al abuso psicológico y emocional, a los tipos y a sus efectos. En términos de salud mental, la violencia emocional es la que mayor deterioro produce. La violencia física genera miedo y sometimiento; en cambio la violencia psicológica destruye la personalidad de la víctima, su capacidad de confiar en un criterio propio, de poder tener un proyecto de vida y de sentir que esta es digna y valiosa. La violencia física se ejerce de forma esporádica y la violencia psicológica o emocional, de forma continua. Esta continuidad habla de la determinación de hacer daño sin importar el precio, pero también de la capacidad de volver insidioso, perverso e hiriente aquello que pudo ser burdo y ocasional. A esto es a lo que nos resistimos a llamar maldad.

Conocer lo que les pasa a las víctimas, interesa para ver cómo se interviene desde el punto de vista psicológico. El primer objetivo es

salvarle la vida, y ello justifica en gran medida el carácter de la intervención. Luego conseguir la seguridad, el objetivo más básico es ayudarles a recuperar y desarrollar la confianza en lo que sienten, piensan y hacen; en su criterio de realidad. Una experiencia crónica de violencia puede llevar a consecuencias graves caracterizada por un alto nivel de ansiedad, incluso que puede llevar a una desorganización. Se requiere estabilizar a la víctima al bajar su nivel de ansiedad y regular su vida cotidiana, tras lo cual pueden plantearse las dos grandes áreas de intervención, desde fuera y dentro de la casa. Los objetivos serán: evitar la violencia; ganar estabilidad en la víctima; y lograr el equilibrio emocional.

Responsabilizarse por la violencia no solo implica detener las agresiones a la pareja, significa también reparar el daño producido a los hijos, cuando los hay. Hay que saber cómo ayudar a esa reparación. Desde un punto de vista evolutivo; ayudar a los niños desde la primera infancia hasta la adolescencia, planteándose que, en realidad, gran parte de la terapia la hacen los padres, por lo que la mayoría de las orientaciones van dirigidas hacia ellos, y los profesionales más bien juegan el papel de consultores y, orientadores de lo que tienen que hacer.

Es importante explicar cómo se hace un violento. Analizar cómo fue su primera infancia analizando cómo fue su experiencia de apego; luego su niñez y la adolescencia, y el papel que jugó su vivir en una familia violenta y en un grupo de pares, con problemas de alcohol o adicción. Estos aspectos acentúan la violencia y la imagen negativa de las mujeres, que el sujeto agresor construye. Analizar la adultez, en donde las características de la pareja y de la relación, unidas a la carencia de ciertas habilidades básicas para la convivencia facilitan la violencia. Probablemente, el nivel de desorganización familiar junto con la ausencia de figuras alternativas que compensen la experiencia familiar explica la existencia de los diversos tipos de agresores.

Las víctimas de la violencia nos enseñan que, por muy horrible que sean las circunstancias, la esperanza y el deseo de algo mejor se siguen

teniendo. Nos enseñan que la bondad de sentimientos y de obras es el único camino, y que además *cura*.

juliosilvac@hotmail.com