



**Universidad Nacional Autónoma De México**

**Facultad De Estudios Superiores Iztacala**

**“Prevención de Violencia, el Hombre es el  
Lobo del Hombre”**

**T E S I S I N A  
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
P R E S E N T A**

**Luis Alejandro Riubí Boyzo**

Director: Lic. **Pablo Morales Morales**

Dictaminadores: Mtro. **Ángel corchado Vargas**

Dr. **José salvador Sapién López**



**Los Reyes Iztacala, Edo. de México Noviembre 2011**



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.



## GRACIAS

*A mi MADRE que me dio la mejor vida que yo hubiera deseado, por estar siempre conmigo a mi lado, por brindarme su amor y su cuidado, su tiempo y sus desvelos. Por enseñarme a estar siempre de pie ante las adversidades, por brindarme la confianza de poder tomar mis propias decisiones, por darme la oportunidad de buscar por mi mismo mi camino sin presiones pero siempre junto a mí. Una vez te dije que eras mi ÁNGEL pues me brindaste el calor y la protección de tus alas, hoy me has enseñado a volar, y ahora que mis alas son lo suficientemente fuertes como para hacerlo por si mismas, te doy las gracias MAMÁ...*

## AGRADEZCO TAMBIÉN

*A los que me enseñaron que el verdadero sentido de la amistad, es no pedir sino dar.*

*A quien me enseñó que el único amor es el que se da sin condición.*

*A los que me mostraron la humildad al ganar, y el honor al luchar.*

*A los que me acompañaron a lo largo de mi camino aún sabiendo que solo sería por un momento y que nuestros caminos se iban a separar.*

*A quienes me tendieron la mano cuando llegue a caer*

*A todos aquellos que me traicionaron y me dieron la espalda,  
PUES ME LEVANTE Y ME HICE MÁS FUERTE...*



# ÍNDICE

## INTRODUCCIÓN

### CAPÍTULO 1: DEFINICIÓN DE VIOLENCIA “LA VIDA

ES TAN FRAGIL COMO UNA HOJA DE PAPEL”..... 9

### CAPÍTULO 2: TIPOS DE VIOLENCIA “UN DESFILE DE

ANTIFACES”..... 16

2.1 Violencia Física..... 16

2.2 Violencia Psicológica..... 20

2.3 Violencia Sexual..... 23

2.3 Otros Tipos de Violencia..... 28

### CAPÍTULO 3: VIOLENCIA DOMESTICA

“HOGAR DULCE... ¿HOGAR?”..... 30

3.1 Factores que posibilitan la Violencia Intrafamiliar.....30

3.2 Ciclo de Violencia Conyugal.....34

### CAPÍTULO 4: VIOLENCIA CONTRA EL VARÓN

“EL LADO OSCURO DE LA LUNA”..... 39

4.1 Género Mitos y Estereotipos.....39

4.2 La Verdadera Historia del Héroe.....42

## CAPÍTULO 5: ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE VIOLENCIA

“EN BUSCA DEL CAMINO AMARILLO” .....	49
5.1 Estrategias para detener la manipulación.....	57
5.2 Plan de Seguridad para mujeres.....	58
CONCLUSIONES.....	62
BIBLIOGRAFÍA.....	66

## INTRODUCCIÓN

Todo el mundo nos pasamos la vida buscando la felicidad, trabajamos 16 horas diarias, buscamos un mejor empleo, la riqueza material que deseamos, a la persona más linda a nuestro lado como pareja, los hijos mejor educados del mundo, y todos los problemas monetarios resueltos.

Qué ironía que; en la actualidad son muy pocos los que se levantan por la mañana y agradecen por un día más con su familia, con su pareja, un día más de trabajo para ganarse el sustento. Y esto, ¿Por qué?, probablemente porque estamos sumergidos dentro de un mundo de balance, donde el que quiere sobrevivir tiene que trabajar; de equilibrio, donde si queremos algo, tenemos que dar algo a cambio; de estructura donde cada uno de nosotros formamos parte del tablero de ajedrez en el que las grandes compañías son las piezas más importantes, y de velocidad, donde el que no aprende a moverse es desechado.

Los cambios económicos, políticos y sociales, entre otros, son factores que están dando lugar a nuevas relaciones y con ello al surgimiento de nuevas pautas de interacción. Debido a estos factores y a otros más, no es gratuito, que cada vez nos encerremos más en un mundo material, y nos veamos tan agobiados que actuamos de formas equívocas, erróneas e irracionales, como cuando descargamos nuestra ira contra los demás, o contra nosotros mismos. Es en este tipo de momentos en los que nos hacemos la siguiente pregunta ¿y la felicidad?, no es que no exista, realmente, muchos de nosotros nos dejamos caer por las adversidades que se nos presentan día a día, el punto es saber vivir la vida de la mejor manera posible, hay un dicho que dice, y dice bien, “cuando la vida te de limones, prepara limonada”.

En la actualidad, podemos darnos cuenta que el mundo, en cuanto a lo social, está sufriendo grandes cambios, la alza en la bolsa de valores, el valor de la moneda está por los suelos, los precios de los productos de consumo básico subieron hasta las nubes, las circunstancias sociales nos orillan a actuar de ciertas maneras, ya sea positiva o negativamente.



Son todos estos tipos de eventos, y muchos más, los que hacen que **nuestra meta de la felicidad** (cualquiera que fuese dependiendo de cada individuo), se aleje cada vez más y más. Es porque estamos enfocados en perseguir el pan de cada día que nos volvemos hostiles hacia los demás. Ahora bien, ¿cómo podemos sobrevivir a este mundo de caníbales?, fácil y sencillamente, podemos lograrlo si todos ponemos un poco de nuestra parte para hacer conciencia de la situación tan violenta por la que pasa el mundo. Si cada uno de nosotros buscara mantener a flote su propia integridad, tanto física como psíquica, sin dañar la de los demás, y a su vez se crean círculos de sana convivencia y tolerancia en los que se enseñaran los valores que se deben de tener para ser un ciudadano ejemplar (esto aunado a los cánones dictaminados por la sociedad de lo que está bien y lo que está mal) , la convivencia sería diferente, y tal vez se reducirían los eventos violentos que pudieran afectar a nuestra persona y a nuestros seres queridos.

Como ya se mencionó anteriormente, la violencia es uno de los factores que puede afectarnos no solo a nosotros, sino también a las personas que nos rodean, es por eso que el siguiente trabajo, estrictamente dirigido bajo un enfoque psico-social, fue realizado con la finalidad de crear conciencia acerca de este gran fenómeno que es la violencia, para esto, se guiará al lector por un camino que tal vez parezca ajeno, pero que sin embargo nos rodea.

## **CAPÍTULO 1: DEFINICIÓN DE VIOLENCIA**

### **“LA VIDA ES TAN FRÁGIL COMO UNA HOJA DE PAPEL”**

Cuando hablamos de violencia, no hablamos de una temática nueva, el uso de cualquier forma de poder en favor de la misma se presenta desde la antigüedad, quizás tristemente como parte de la condición humana. A lo largo de la historia se ha manifestado el comportamiento de intimidación o de hostigamiento entre menores y por supuesto del adulto hacia el menor, no obstante, la violencia tiene máscaras, también puede provenir de otras direcciones, por ejemplo, del varón adulto hacia su cónyuge, hacia sus hijos, que pueden ser adolescentes y niños, hacia personas de la tercera edad, o hacia personas ajenas a su círculo familiar; así mismo, la violencia puede partir de cualquiera de las partes (individuos antes mencionados), hacia las demás partes (como ejemplo de esto, en los últimos años, en nuestro país se ha ido deshebrando una gran cantidad de hechos de violencia **donde** los involucrados son niños, jóvenes, mujeres y ancianos, y los agresores no solo son hombres maduros sino también alguno de los ya mencionados, quienes ejercen la fuerza bruta hacia alguno de los demás). Es fácil darnos cuenta que en la actualidad, en todo el mundo se ha incrementado este fenómeno de hostigamiento y victimización entre menores, jóvenes y adultos, basta con echar un vistazo a nuestro alrededor.

Por ejemplo, en la consulta psicológica con frecuencia se atienden tanto a niños y adolescentes como a personas adultas y de la tercera edad que manifiestan problemáticas graves de conducta o comportamientos intimidantes, así como menores en riesgo de ser hostigados debido a su fragilidad psicológica<sup>1</sup>. A estos niños los podríamos denominar “victimables”<sup>2</sup> (Benítez, 1999). Con frecuencia no se reconoce la magnitud de la problemática, sino hasta que la situación ha llegado a ser insostenible, al presentarse crisis severas de ansiedad, o cuando desgraciadamente la escalada de violencia ha conducido a graves consecuencias, un ejemplo de estas es el suicidio.

---

<sup>1</sup> Fragilidad psicológica.- capacidad de las personas para formular pensamientos ante agresiones.

<sup>2</sup> Victimable.- es solo un rótulo que nos sirve para identificar individuos que por su fragilidad psíquica o física, así como por su estatus de menor rango, puede ser susceptible a ser víctima de algún acto de violencia.

Una de las razones por las que apenas se ha considerado la violencia como una cuestión de salud pública es la falta de una definición clara del problema. La amplia variedad de códigos morales imperantes en los distintos países hace de la violencia una de las cuestiones más difíciles de abordar en un foro mundial. Todo esto viene complicado por el hecho de que la noción de lo que son comportamientos aceptables, o de lo que constituye un daño, está influida por la cultura y sometida a una continúa revisión a medida que van evolucionando los valores y las normas sociales.

Waley (2001), nos menciona que para poder entender el fenómeno de la violencia, primeramente debemos de echar un vistazo a su significado; de esta manera, hace referencia a la raíz etimológica de la palabra violencia, cuyo significado remite al concepto de “fuerza”, cuyo significado, a su vez, remite al concepto de poder.

Ahora bien, tomando en cuenta lo anterior, algunos investigadores se han ayudado tanto del concepto de fuerza como del de poder para así tratar de abrir el panorama de investigación del fenómeno de la violencia; tal es el caso de Rojas (1995), quien explica que la forma más restringida de entender la violencia supone identificarla con actos de agresión entre personas concretas fundamentalmente actos de agresión física. De esta manera, define a la violencia como “el uso intencionado de la fuerza física en contra de un semejante con el propósito de herir, abusar, robar, ultrajar, torturar, destruir o causar la muerte”.

Sin embargo, **si nos quedáramos con esta definición, estaríamos excluyendo otras manifestaciones violentas de carácter no estrictamente físico**, pero cuya gravedad es frecuentemente destacada por las propias víctimas (tal es el caso de la violencia psicológica). Esto regularmente ocurre cuando desviamos nuestra atención, no dándole demasiada importancia a la agresión que creemos irrelevante, no obstante, **estos actos**, por muy aislados que parezcan, pueden tener posibles reiteraciones con el paso del tiempo al complementarse con otros más.

Otra definición de violencia, es la dada por la OMS, la cual define la violencia como: El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra

uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones (OMS, 2002). La definición comprende tanto la violencia interpersonal como el comportamiento suicida y los conflictos armados. Cubre también una amplia gama de actos que van más allá del acto físico para incluir las amenazas e intimidaciones. Además de la muerte y las lesiones, la definición abarca igualmente innumerables consecuencias del comportamiento violento, a menudo menos notorias, como los daños psíquicos, privaciones y deficiencias del desarrollo que comprometen el bienestar de los individuos, las familias y las comunidades. Podríamos pensar que esta definición pudiera ser la más acertada, sin embargo recae en el error de la probabilidad, lo que nos haría preguntarnos ¿todo tipo de violencia causa daños?, como ya fue mencionado, al hablar de violencia ningún acto, por mínimo que sea debe ser descartado.

Tenemos que dejar algo en claro, los rostros de la violencia serán distintos si se ven desde el lugar de la víctima o desde el victimario.

Desde la posición del victimario, la violencia sería toda aquella conducta realizada con intención de destruir, herir, forzar o atemorizar, a otras personas, a un grupo, a uno mismo, a instituciones u objetos considerados de valor para alguien; ya sea valor material o simbólico (Garay y Gezmet, 2000). La violencia, desde esta perspectiva, abarca una amplia gama de manifestaciones que va desde miradas o gestos amenazantes hasta homicidios, pasando por golpes o la destrucción de objetos del otro. De esta manera, la violencia conlleva intimidación, acoso y amenaza, y siempre supone la intencionalidad de dañar, fastidiar, molestar o destruir al otro.

En cambio, sabemos que una moneda siempre tiene dos lados, de acuerdo con Boggino (2003), desde la posición de la víctima, la efectividad de los comportamientos violentos suponen la eficacia, en la misma, de la intimidación y la amenaza, lo cual hace pensar en algún tipo de implicación de la víctima en la situación, por lo menos, a través de estrategias o conductas fallidas (baja autoestima, imágenes negativas de sí misma, relaciones poco

seguras, etc.). Por lo tanto, no se trata (necesariamente) de actos violentos sino de vivencias de los sujetos que son o se sienten víctimas de violencia.

No obstante, la importancia desde la mirada de la víctima cobra relevancia si se reconocen la gran cantidad de hechos, fundamentalmente, de intimidación y amenaza que se producen. Por ejemplo, en la escuela, muchas de las veces, este tipo de amenazas e intimidaciones, no son comunicados (ni a los padres ni a los docentes), esto trae como consecuencias para el alumno victimizado: estrés, enfermedades físicas, baja autoestima, autoagresión e, incluso, violencia contra los demás.

En derecho civil, la comprensión de un mismo hecho de violencia, según se mire desde la perspectiva del victimario o desde la víctima, es radicalmente distinta. Y, por lo tanto, las estrategias para resolver todo acto de violencia variarán según la posición o la mirada que adopten las autoridades a cargo. Por ello, para que exista una mejor resolución para el conflicto, se considera necesario apelar a la complementariedad de las perspectivas para su análisis (Boggino, 2003).

*"Cuando esta diferenciación no está dada, cuando no se estudia el fenómeno antes de actuar, cuando los hechos son vivenciados como catastróficos a partir de las propias vivencias, de los propios temores adultos de sentirse amenazados, se deciden sanciones y se toman medidas guiadas por el impulso y por demandas inmedatistas que pueden dar origen a una cadena de acciones y reacciones violentas. Los actores involucrados al no sentirse correctamente interpretados y sancionados con justicia pueden, ahora sí, reaccionar con depredación y agresiones con intención de vengarse" (Garay y Gezmet, 2000, pág. 43).*

Pelayo (2009), nos presenta algunos de las principales factores, de los cuales se podría derivar la violencia, estos son los siguientes:

- **El alcoholismo:** en un gran porcentaje de los casos en los que las mujeres son agredidas por sus compañeros conyugales, éstos se hallan bajo el efecto del alcohol.

No obstante, aunque en la mayoría de las veces el alcohol actúa como un depresivo en las mujeres, hay casos en los que estas se ven propensas a agredir ya sea física o verbalmente tanto a hombres como a mujeres cuando se encuentran bajo el influjo de este.

- **Ignorancia y falta de conciencia respecto a creer que la mejor forma de cambiar la situación en la que se encuentra es a través de actos que incluyen violencia física:** la incapacidad para resolver problemas adecuadamente (Cabada y Seañez, 2003), nos lleva a actuar de maneras erróneas, ya sea con golpes, pleitos, peleas, zafarranchos, etc., en vez de recurrir a manifestaciones y movimientos sociales pacíficos, a la conversación, al diálogo, o a la búsqueda de acuerdos, entre otras.
- **El no ser capaces de aprender a controlar los impulsos negativos<sup>3</sup> genera violencia.** Al igual que Pelayo, Cabada y Seañez (2003) nos mencionan que una de las principales causas de la violencia se debe a que no somos capaces de controlar nuestros impulsos negativos, dejándonos llevar por la ira, generando así episodios de violencia. Recuerdo que hace algunos años, en la televisión promovían mucho el ejercicio de contar hasta 10 siempre que se presentaba una situación donde uno se veía impulsado a realizar un acto de violencia contra otra persona; el contar hasta 10 ayudaba a aminorar ese impulso que nos hacía explotar de rabia, así podíamos meditar un poco las cosas y actuar de la mejor manera posible. Desgraciadamente, en la mayoría de los casos no somos capaces de actuar de esa manera.
- **La falta de comprensión en las parejas, la incompatibilidad de caracteres:** Un niño que se desarrolle en un ambiente conflictivo y poco armonioso (con muy poca voluntad de diálogo, con poca capacidad en los padres para la comunicación de los problemas, de las necesidades y de los sentimientos, con muy poca apertura y conversación para aclarar y resolver los problemas y aprender de ellos para no

---

<sup>3</sup> Impulso negativo.- deseo o tentación de llevar a cabo algún acto que es dañino para el propio sujeto o para los demás.

repetir las experiencias negativas) ha de ser, con probabilidad, en el futuro próximo y en el lejano, una persona problemática y violenta, a su vez, con sus propios hijos y/o con quienes estén bajo su poder o influencia (sus empleados, p. ej.).

- **Falta de comprensión hacia los niños:** sin estar conscientes de que los niños son seres inocentes, muchos adultos violentan, agreden, golpean, e incluso abusan sexualmente de sus hijos, generando así graves trastornos emocionales en ellos. Dentro de este rubro entra lo que Cabada y Seañez (2003) mencionan como **carencia afectiva**<sup>4</sup>.
- **La adicción a sustancias:** (es decir, la dependencia física y psíquica, no la dependencia únicamente psíquica, a sustancias químicas diversas, tales como la nicotina y otras de las muchas sustancias incluidas en la fabricación industrial de los cigarrillos; a las bebidas alcohólicas; a las sustancias adictivas ilegales o "drogas") Cabada y Seañez (2003) coinciden con Pelayo al argumentar que el abuso en el consumo de drogas es un factor importante si de violencia se trata. Muchas personas consumen sustancias adictivas con el fin de poder llegar a sentir que son lo que no son en realidad, causando con ello violencia. Son muy frecuentes las noticias de casos en los que se sabe de una persona que, por no poder conseguir la dosis que necesita de la sustancia a la que es adicto (dependencia física), son capaces de asaltar o incluso asesinar (Brush, 2006).

Como podemos darnos cuenta, hasta este punto existen distintas formas de definir a la violencia, quizá es por esto que en la mayoría de las veces no se hace nada contra el abuso que mucha gente sufre o pudiera sufrir. También es necesario precisar que una gran cantidad de personas a nivel mundial, pudiera estar siendo víctima de violencia sin estar consciente de ello, porque pudieran no estar enterados de todo lo que conlleva la palabra "violencia".

---

<sup>4</sup> En algunos casos, los padres, no se dan cuenta de la importancia que tiene la estimulación afectiva de estos hacia los hijos, para la madurez emocional de estos últimos. Un niño que es víctima de carencia afectiva, puede tender a caer en un estado psicológico de avidez afectiva y miedo de pérdida o de ser abandonado.

A continuación, durante los próximos capítulos, ahondaremos más en el tema de violencia, dando a conocer algunas de las formas más comunes de su representación, mencionando también, algunos de los medios en los que se pueden desarrollar y así como las estrategias que podemos utilizar para prevenir episodios de violencia.



## **CAPÍTULO 2: TIPOS DE VIOLENCIA**

### **“UN DESFILE DE ANTIFACES”**

Como se ha mencionado anteriormente, la violencia es identificada como el uso de la fuerza y el poder para someter o controlar a otros que generalmente se encuentran en un estado más vulnerable del que somete, ya sea por la edad, sexo, fuerza física o relación de parentesco.

Para que dicho sometimiento tenga éxito, los victimarios utilizan métodos que generalmente causan grave daño físico o psicológico sobre la víctima. Es un patrón de conductas caracterizadas por el abuso de poder, la intimidación y la coerción; es un problema social y de salud, ya que es una situación que avanza e incide física y mentalmente en la víctima.

La violencia se oculta bajo diferentes máscaras, es tan inmensa la gama de tipos de violencia, que a veces la misma autoridad, se ve afectada al definir el concepto de cada una de estas variantes. Haciendo un esfuerzo por englobar las características que puedan definir a los distintos tipos, algunos autores, especialistas en este ramo, nos muestran un panorama por el que podemos marchar para ir vislumbrando las caras que nos puede presentar la violencia.

A continuación mencionaremos algunos de los tipos de violencia más comunes de los cuales quizá en algún momento fuimos víctimas o victimarios, tal vez, quizá, sin habernos dado cuenta de ello.

#### **2.1 Violencia Física.**

Seguramente, a lo largo de la vida han escuchado algunas frases como “Son los golpes de la vida y los grandes sufrimientos los que nos harán fuertes”, “La aflicción, como el herrero, nos forja a golpes”, “Las letras con sangre entran”, “Los golpes te hacen crecer”, “Pégame pero no me dejes”, etc., aunque algunas de ellas parezcan graciosas, y otras de ellas

parezcan rudimentarias, aún en nuestra actualidad, lamentablemente, se siguen usando. Quizá en el pasado no se tenía el conocimiento o las restricciones sociales necesarias para darse cuenta de que eso, a pesar de pertenecer a algo meramente cultural, estaba mal, y que se estaba incurriendo en un acto de violencia contra uno mismo o contra el otro. Ahora bien, con la finalidad de evitar el producto de este tipo de frases populares, a continuación se dará a conocer un poco más a fondo lo que involucra el término de violencia física esperando que se pueda ayudar al lector a entender más sobre el tema y evitar quizá, que caiga en el abismo de la violencia tanto como víctima como victimario.

Para autores como Olivares, L. (2001), Trujano, P., Martínez, K. y Benítez, J. (2002), la violencia física, es concebida como el daño corporal que se le hace a alguien más débil, es todo acto de agresión intencional repetitivo en el que se utilizan algunas partes del cuerpo, algún objeto, arma o sustancia, para inmovilizar o causar daño a la integridad física del otro; encaminado hacia su sometimiento y control. Este acto, puede ser efectuado de hombre a mujer, de hombre a hombre, de mujer a hombre, de mujer a mujer, ó de cualquiera de los dos a un menor, a un anciano o anciana, ó a personas con alguna discapacidad. Esta violencia, se caracteriza por lastimar cualquier parte del cuerpo de una persona, ya sea por empujones, bofetadas, golpes, etc.; tanto con las manos, como con los pies ó con la ayuda de algún objeto (Cabada y Seañez, 2003).

El maltrato físico es el más fácil de identificar, ya sea por un miembro de la pareja, de la familia, ó como observador externo; ya que dicho maltrato puede dejar señas en el cuerpo. No obstante, según Olivares (2001), en algunos casos, este tipo de violencia, suele ser selectivo, en los que la mayoría de los golpes suelen darse en zonas del cuerpo más escondidas, o que son más fáciles de ocultar y las marcas o secuelas no se noten.

Dentro de este tipo de violencia, se ve muy marcado el uso indebido del poder, por ejemplo, algunas madres golpean a sus hijos apoyadas en la autoridad paterna. Asimismo, en muchas ocasiones los padres golpeadores maltratan a sus hijas o hijos con el respaldo de las madres, ó sin él. Estos padres constantemente les dan golpes, manotazos, bofetadas, coscorriones o pellizcos a sus hijos; dado lo anterior, en la mayoría de los casos, los

menores se asustan, guardan resentimiento hacia sus padres, se vuelven inseguros y pueden aprender a ser violentos.

Este último punto es muy importante, por la seriedad que merece. Si bien, como De Torres y Espada (1996) nos mencionan, aunque la violencia entre las personas se ha venido justificando a través del tiempo, con todo tipo de teorías y razonamientos, tanto biológicos como psicológicos, así también como sociales, económicos y culturales, entre otros, se insiste en que todos nacemos con la capacidad para la compasión, la abnegación, la generosidad, la empatía, etc.

Démonos cuenta entonces, que son los factores ambientales, junto con las características propias de cada individuo, los que dan forma nuestras actitudes. Dado a lo anterior, hagamos énfasis en las siguientes palabras “El ser humano tiene la capacidad de construir”, si el ejercer violencia se aprende, debemos, hacer hincapié en enseñar mejores y sanas formas de relacionarnos con los demás, evitando los actos violentos entre individuos.

Hacer trabajo de prevención es importante, más cuando echamos un vistazo hacia atrás, sobre nuestros pasos, y nos damos cuenta que hemos dejado un gran rastro de migas. En la violencia es similar, sin embargo, a esta altura del camino debemos darnos cuenta que al hablar del tema de violencia, no es lo mismo que hablar de un cuento como el de Hanzel y Gretel, es aquí donde debemos de unirnos todos para evitar que esas migas que vamos tirando a lo largo de la vereda, se conviertan en consecuencias graves. A continuación se presentarán algunas de las consecuencias que De Torres y Espada (1996), mencionan con respecto a la violencia física:

#### **A CORTO PLAZO:**

- **Heridas y traumatismos:** no es extraño que haya gente que golpea a sus hijos, por ejemplo, pensando que mientras más fuerte sea el golpe, mejor entenderá el niño el grado de la falta, sin embargo, no se dan cuenta de su fragilidad corporal, de esta manera terminan ocasionándole daño físico.

- **Accidentes domésticos:** suele suceder que cuando alguien pierde el control de sus impulsos y estalla en un comportamiento violento, puede empujar a la o las personas que se encuentren frente de sí; esto regularmente ocasiona accidentes de escalera, e incluso por objetos cercanos, por ejemplo daños físicos por objetos de cocina, etc.
- **Enfermedades derivadas de picaduras o mordeduras de animales, por malas condiciones de hacinamiento:** con este punto, recordamos a un amigo de la infancia, al cual, cuando lo castigaban lo encerraban en una alacena que había bajo la escalera de su casa; mi amigo, un niño en aquel entonces, sufría de picaduras de insectos, así como de indefensión aprendida, ya que a su corta edad y en la oscuridad de la alacena no podía hacer nada más que aguantar el castigo que le estaban imponiendo.
- **Falta de control sanitario:** como consecuencia de este rubro, se obtienen enfermedades en la piel, infecciones de heridas e incluso infecciones en los genitales.
- **Retraso en crecimiento:** Se sabe que la violencia contra la mujer y el abuso sexual puede afectar al peso del bebé al nacer haciendo que este sea bajo, además de aumentar la mortalidad infantil.

#### **A LARGO PLAZO:**

- **Cicatrices, y fracturas que impiden la movilidad de los miembros:** no es difícil encontrar en la calle a personas que han sido víctimas de violencia física, incluso tal fue la gravedad de dicha violencia que **aún** a pesar, en el mejor de los casos, de haberla sufrido hace mucho tiempo, **aún** llevan cargando las consecuencias de esos actos violentos (fracturas en brazos y piernas, en cuello y cadera, así también como cicatrices en cualquier lugar del cuerpo).
- **Secuelas de quemaduras que afectan el aspecto físico:** existen casos de niños y niñas en los que los victimarios (ya fueran sus padres, tutores, o personas ajenas a su círculo social) infringen quemaduras de cigarrillo o de otros tipos, en las extremidades de los mismos, dejando marcas que quedarán, quizá, para el resto de las vidas de estas víctimas.

Realmente resulta inquietante saber que hay personas allá afuera que están pasando por alguna situación de violencia física y que todo queda en la impunidad.

Por otro lado, además de la violencia física, existe otro tipo, que si no se le dio la importancia cuando la humanidad se interesó por el tema, hoy en día, junto con la violencia física, comparten un alto grado de importancia a nivel mundial; este tipo de violencia es la psicológica.

## **2.2 La Violencia Psicológica.**

Consiste, según Olivares (2001), en actos u omisiones, cuyas expresiones pueden ser prohibiciones, coacciones, condicionamientos, reforzadores, intimidaciones, manipulaciones, humillaciones, aislamiento, amenazas, actitudes devaluatorias de abandono y que provoquen a quienes las reciben, deterioro, disminución o afección a su estructura de personalidad. Está por las palabras obscenas que se dicen entre hombre y mujer, hermanos, padres e hijos, etc., así como la dependencia emocional y/o económica, comportamiento irrespetuoso a la persona en su integridad, creencias y decisiones, ausencia de relaciones sexuales, amenaza directa, involucrar a la familia para ponerla en contra, no permitir la visita a los padres; es lo que mantiene a las personas en estado de ansiedad por no saber qué hacer. La agresión psicológica se manifiesta en actitudes que tienen por objeto causar temor, intimidación, y controlar las conductas, pensamientos y sentimientos de la persona a la que se está agrediendo (Cabada y Seañez, 2003); denigrando, humillando, avergonzando, disminuyendo o aniquilando el nivel de autoestima de la víctima, dando lugar a la depresión.

A esta, se le suma la **violencia emocional**, que de acuerdo con la definición encontrada en la página web de la facultad de Acatlán de la UNAM <sup>5</sup>, nos explica que una de sus características es que no se percibe tan fácilmente como la violencia física, y que sin embargo, puede ser más peligrosa. Dicho tipo de violencia consiste en enviar mensajes y

---

<sup>5</sup> [www.acatlan.unam.mx/medicos/violencia/2/](http://www.acatlan.unam.mx/medicos/violencia/2/)

gestos ó manifestar actitudes de rechazo. La intención es humillar, avergonzar, hacer sentir insegura y mal a una persona, deteriorando su imagen y su propio valor, con lo que se daña su estado de ánimo, se disminuye su capacidad para tomar decisiones y para vivir su vida con gusto y desempeñar sus quehaceres diarios.

Así también ligadas directamente a la violencia psicológica, se encuentran la **violencia verbal y la no verbal**. La primera, tiene lugar cuando mediante el uso de la palabra se hace sentir a una persona que no hace nada bien, se le ridiculiza, insulta, humilla y amenaza en la intimidad ó ante familiares, amigos, o desconocidos. Por el contrario, la segunda, es aquella que se manifiesta en actitudes corporales de agresión, como miradas de desprecio, muestras de rechazo, indiferencia, silencios y gestos insultantes para descalificar a la persona.

De Torres y Espada (1996), coinciden con Trujano et. al. (2002), en algunas formas que puede tomar la violencia psicológica, las cuales se presentan a continuación:

- **Insultos:** regularmente cuando nos vemos inmersos en un ataque de violencia, como victimarios, indiscutiblemente, lo más usual es insultar a nuestro o nuestros interlocutores, desde palabras obscenas y argumentos de menosprecio de su persona dirigidas directamente hacia él o ella, o también con argumentos indirectos, como pueden ser hablar mal de su familia o de sus seres queridos, pero con la misma finalidad de hacerle daño al otro.
- **Vejaciones:** haciendo daño a una persona, o tratándola sin considerar su dignidad, humillándola, ofendiéndola o hiriéndola.
- **Crueldad Mental:** deleitarse causando el mayor daño y dolor posibles a quien ya no está en condiciones de defenderse.
- **Gritos:** desde las edades antiguas, se sabía que con los gritos se podía atemorizar a los rivales, de esta manera eran empleados en peleas y en batallas. En la actualidad, los gritos siguen imponiendo dicha función y en la mayoría de los casos aún siguen funcionando.
- **Desprecios:** muchas veces al sentirnos despreciados, caemos en un abismo de baja estima esto puede llevarnos a convertirnos en víctimas de los demás por el poco

aprecio que nos tenemos nosotros mismos a causa de los pensamientos o actos de otros.

- **Intolerancia:** Esta nos hace actuar de forma irracional y podemos convertirnos en victimarios de personas que quizá no tienen culpa alguna de nuestra conducta violenta.
- **Castigo:** Estos ayudan a moldear conductas, pero no siempre resultan ser apropiados, algunos pueden resultar excesivos, tal es el caso de la anécdota del amigo en la alacena.
- **Humillación en público:** algunos padres, por ejemplo, piensan que les hacen un bien a sus hijos al humillarlos enfrente de sus amigos o de sus parejas, pero en realidad lo que provocan es que ellos se sientan menospreciados tanto por sus amigos como por ellos mismos.
- **Subestimación:** lo que podemos provocar al menospreciar las habilidades del otro, es que este se adentre en un mundo de duda de sus propias capacidades, haciéndose más vulnerable ante los demás. La subestimación va acompañada con frases como “no sirves para nada”, “eres un bueno para nada”, “eres un perdedor”, etc.
- **Muestra de desafecto:** frecuentemente ocurre cuando los padres actúan con desprecio por los hijos o por su pareja, quien o quienes se ven desplazados por no sentir esa calidez y armonía por parte del otro. Regularmente dicha muestra de desafecto va acompañada de frases como “ya no te quiero”, “te odio”, etc.

Ligado a lo anterior, De Torres y Espada (1996), nos mencionan algunas consecuencias que puede tener una persona que ha sufrido de violencia psicológica, las cuales mostramos a continuación:

- **Depresión.**
- **Apatía.**
- **Pérdida de esperanza.**
- **Sentimientos de culpa.**
- **Inseguridad.**
- **Angustia.**

- **Incluso se puede llegar al suicidio.**

Como podemos darnos cuenta, la violencia puede representarse de diferentes maneras ya sea de forma directa ó indirecta sobre la integridad física de la víctima ó sobre la integridad psíquica de esta misma.

### **2.3 Violencia Sexual.**

Otro tipo de violencia, del cual hemos escuchado mucho en estos últimos tiempos, ya sea por los medios de comunicación o por experiencias cercanas, y que además no es un tema nuevo, es la **violencia sexual**.

Para Olivares (2001), la violencia sexual, consiste en actos u omisiones reiteradas y cuyas formas de expresión pueden ser: negar las necesidades sexo-afectivas, inducir a la realización de prácticas sexuales no deseadas o que generan dolor, control de la celotipia, control en general, manipulación, soborno, amenaza, chantaje, intimidación, coerción, uso de la fuerza física o dominio de la pareja que generen daño.

En otras palabras, la violencia sexual ocurre cuando se obliga a una persona a tener cualquier tipo de contacto sexual contra su voluntad; cuando se le hace participar en actividades sexuales con las que no está de acuerdo y no se toman en cuenta sus deseos, opiniones ni sentimientos (Cabada y Seañez, 2003). Se daña física y emocionalmente a la persona. La violencia sexual se puede presentar como acoso, abuso sexual, violación o incesto. En este sentido, el acoso es vislumbrado como la persecución insistente de alguien en contra de su voluntad y que frecuentemente está en desventaja. El acosador aprovecha esta desventaja, para buscar someter a la víctima en relación a sus deseos sexuales. En cuanto al incesto, se podría dar el caso de un incesto acordado por ambas partes, sin embargo si una de las partes es menor de edad se estaría infringiendo la ley y se tomaría como abuso sexual debido a la inmadurez física y psíquica de alguna de las partes.



Olivares (2001), nos menciona que la violencia sexual se manifiesta en diferentes grados y formas, como el ya mencionado abuso sexual, el hostigamiento sexual, el estupro (realizar cópula con persona mayor de 12 años y menor de 18 con consentimiento de la misma; artículo 271 del Código Penal del Edo. De México), la inducción a la pornografía a menores o inducir, fomentar y practicar prostitución y la violación; dicha violencia se concibe como una acción que atenta contra la libertad del ser humano. Dentro de la familia este tipo de violencia, con frecuencia, es ejercida por la pareja que pretende imponer supremacía, ya sea por la mujer ó por el hombre, a través de la reafirmación del poder personal. Por lo tanto, toda manifestación de violencia sexual constituye una forma brutal de paternizar el poder personal, un medio a través del cual el físicamente, o psicológicamente fuerte domina al débil.

Mejoremos el panorama de la definición antes dada haciendo presente el conocimiento del significado de algunos términos utilizados comúnmente al hablar de violencia sexual. En la web de Acatlán , en el apartado de violencia, nos hablan de las características del abuso sexual, que principalmente consiste en tocar y acariciar el cuerpo de otra persona contra su voluntad, así como en la exhibición de los genitales, y en las exigencias del victimario, a que la víctima satisfaga sus deseos sexuales. Se puede dar de manera repetitiva y durar mucho tiempo antes de que el victimario, quien se vale de su poder y autoridad para llevarlo a cabo, sea descubierto. Dada la posición de autoridad de los adultos, el abuso sexual hacia los menores es mucho más factible que se dé que hacia los adultos, sin embargo, esa no es la regla. Ya que el abuso sexual se puede encontrar en cualquier etapa de la vida.

Otro término clave es el de la violación, que es definida como un acto de extrema violencia física y emocional. Consiste en la penetración con el pene, con los dedos ó cualquier objeto en la vagina, el ano ó la boca, en contra de la voluntad de la víctima, quien es amenazada para mantener la violación en secreto. A veces se usan armas. Es un hecho gravísimo e inadmisible que envilece a quien lo ejerce.

A continuación mencionaremos algunas consecuencias a corto y a largo plazo que suceden al abuso sexual (De Torres y Espada, 1996):

#### **A CORTO PLAZO:**

- **Trastornos del sueño y psicosomáticos:** al sufrir un episodio de violencia sexual, en algunos de los casos, las víctimas, suelen pasar por momentos en los que no pueden dormir al revivir dicho episodio durante sus sueños.
- **Malos hábitos alimenticios:** se tiende a perder el apetito, a comer poco y a deshoras.
- **Embarazos:** a veces los actos de violencia sexual terminan en embarazos obviamente no deseados. Teniendo como consecuencias a hijas embarazadas por sus padres en una gran cantidad de casos.
- **Temor:** el temor es inevitable bajo estas circunstancias, después de un episodio de abuso sexual, la víctima pierde todo sentido de dignidad y de autoestima.
- **Sentimientos de hostilidad, culpa y vergüenza:** normalmente las víctimas que han sufrido de abuso sexual, tienden a culparse por el episodio de abuso, se avergüenzan y se vuelven hostiles tanto con ellas mismas como con los demás.
- **Sintomatología depresiva y ansiosa:** se deprimen y se sienten ansiosas en la mayor parte del día.
- **Baja autoestima:** la estima propia que tienen hacia su persona suele ser muy baja o incluso nula, es decir la víctima suele recriminarse y decirse a sí misma “Que no vale nada”.
- **Desconfianza hacia los demás:** miran al resto de las personas con otros ojos, sienten desconfianza por la gran inseguridad que las asecha.
- **Problemas escolares:** a pesar de hablar del abuso sexual dentro del entorno familiar y en el entorno social, también se debe hacer hincapié en que dicho tipo de violencia se puede dar en el área escolar, de maestros hacia alumnos, y de alumnos hacia alumnos. Trayendo como consecuencia un bajo rendimiento escolar e incluso la deserción por parte del afectado.

- **Abandono del hogar:** debido a la poca o nula información, en algunos casos, las **víctimas** de acoso o violencia sexual prefieren arriesgarse a huir de casa que a seguir siendo **víctimas** de tales abusos.
- **Comportamiento sexual inadecuado:** puede caer en exhibicionismo, miradas furtivas, etc. Creando problemas dentro del sistema familiar en la mayoría de los casos.
- **Delincuencia:** existen casos contrarios, en los que las víctimas de violencia sexual, se vuelven delincuentes, descargando sus sentimientos reprimidos hacia otros.
- **Prostitución:** en el caso de las mujeres y en algunos casos de los hombres, tienden a incidir en prostitución.
- **Lesiones orgánicas en el área genital:** en víctimas de violación, suele haber lesiones en partes como la vagina y el recto debido a que el pene o el objeto con el cual fueron abusados sexualmente, era más grande que dichos orificios.
- **Enfermedades de transmisión sexual:** infecciones en el área de los genitales, y enfermedades como gonorrea, sífilis, VIH<sup>6</sup>, etc.

## A LARGO PLAZO

- **Trastornos depresivos e ideación suicida:** para algunos, al no conocer de instituciones donde se les pueda ayudar, optan por la salida del suicidio.
- **Trastornos de ansiedad:** miedo, movimientos torpes y desorganizados, tartamudeo y dificultades de expresión, conductas de evitación, etc.
- **Trastornos alimenticios:** una persona que ha sido, o es víctima de violencia sexual, puede ser propensa a padecer anorexia inducida, esto con la finalidad de evitar cualquier contacto o sentimiento sexual y provocar rechazo desagradando al abusador, también pueden caer en las garras de la bulimia, adoptando esa patología para “no ser atractivas sexualmente”.
- **Baja autoestima:** en algunas víctimas, puede seguir indefinidamente si no se trata a la persona debidamente, dicho de otra manera, hay personas a las que les cuesta más trabajo aceptar los actos violentos por los que ha pasado y superarlos, por eso es

---

<sup>6</sup> VIH.- Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirido (SIDA).

recomendable asistir con especialistas para tener un apoyo más firme y poder salir adelante.

- **Dificultad de relacionarse con los otros:** el temor a los demás, puede llevar a la víctima a tener dificultad para entablar nuevas relaciones sociales.
- **Disfunciones sexuales:** el miedo a la realización del acto sexual provoca en la víctima tener relaciones sexuales disfuncionales, esto puede provocar problemas en la pareja.
- **Prostitución y explotación sexual:** son actividades mediante las cuales una persona (mayoritariamente, mujer o menor de edad) es sometida de forma violenta a realizar actividades sexuales sin su consentimiento, por la cual un tercero recibe una remuneración económica.
- **Fracaso escolar:** son muchos los factores por los que una persona que ha sido víctima de abuso sexual pudiera fracasar dentro del entorno escolar, entre estas están, la inasistencia y la vergüenza.
- **Abandono del hogar:** en algunos caso, las víctimas de violencia sexual suelen huir de su hogar al no sentirse seguros dentro de este mismo, en el mejor de los casos alejarse del entorno de violencia es sumamente benéfico, sin embargo, en la mayoría de los casos, se huye de un hogar violento, para entrar en un mundo aun más violento.
- **Desconfianza hacia el medio social ó aislamiento severo:** el miedo a ser nuevamente víctima de violencia sexual provoca en las personas desconfianza. Lo que al principio se vislumbra como un mecanismo de defensa, termina convirtiéndose en un aislamiento total.
- **Miedo al sexo, rechazo a la actividad sexual ó promiscuidad excesiva:** la actividad sexual puede variar según la persona. Una persona que ha sido víctima de abuso sexual, tanto puede retraerse en cuanto a la actividad sexual se refiere, como puede desarrollar deseo excesivo por el acto sexual.
- **Enfermedades de transmisión sexual:** ya sea por violación o por exceso de actividad sexual, la víctima de abuso puede ser propensa a adquirir alguna enfermedad como sífilis y gonorrea, e incluso VIH.

Hasta este punto, nos hemos enfocado en mencionar algunas de las formas que puede tomar la violencia dentro de toda la gama de caras que la componen. Sin embargo, no quiere decir que sean las únicas ni las más importantes, ya que cuando se habla de violencia, cualquier acto que la represente debe de ser considerado de suma importancia por muy leve que parezca. Por lo que a continuación daremos a conocer algunas otras máscaras tras las cuales se oculta la violencia, dichos conceptos fueron explicados por Castro y Dos Santos (2001).

### 2.3 Otros Tipos de Violencia

La **violencia de la dominación** abarca todas aquellas situaciones que tienen como finalidad conseguir el control psicológico sobre otra persona. La forma más utilizada para conseguirlo es el miedo. El mecanismo de generación de este tipo de violencia, es siempre la comparación social.

De esta se deriva la **violencia que conduce a la indefensión aprendida**, mejor conocida como la sensación de frustración o de fracaso aprendido, por parte de la víctima. Esta sensación es característica en personas que abordan sus tareas con expectativas de éxito muy bajas y que tienden a abandonar ante las primeras señales de dificultad. La indefensión aprendida crea en la persona 3 déficits primordiales:

- **Motivacional:** este, detiene el comportamiento de reacción, abortando la iniciación de respuestas voluntarias por parte de la persona. La persona que ha aprendido indefensión, cree que no tiene control sobre el proceso de situaciones violentas, y después de varios fracasos, abandona todo intento de reaccionar contra la situación.
- **Cognitivo:** en la medida en que se da la incontrolabilidad, la persona empieza a esperar que los resultados sean inevitables. Se produce una debilitación cognitiva, un fracaso de la percepción y un fracaso del pensamiento lógico.
- **Emocional:** conduce a la depresión y a la baja autoestima.

También tenemos la **violencia económica**, que en conjunto con la **violencia patrimonial**, según Deanton y Hertica (2003), ocurre al no cubrir las necesidades básicas de los

miembros de la familia, como con los hijos menores de edad y estudiantes, la mujer que no posee trabajo remunerado, los adultos mayores u otros miembros dependientes. También sucede cuando se ejerce control, manipulación o chantaje a través de recursos económicos (Trujano et. al., 2002), se utiliza el dinero, propiedades y otras pertenencias de forma inapropiada o ilegal, ó al apropiarse indebidamente de los bienes de otros miembros de la familia sin su consentimiento o aprovechándose de su incapacidad (Cabada y Seañez, 2003).

Hasta aquí solo nos hemos referido a algunos de los tipos de violencia más reconocidos en la actualidad, no creamos que son los únicos, pero si, algunos por los que muchos de nosotros hemos sido victimizados y victimarios, quizá sin saber que era violencia.

En el siguiente capítulo indagaremos uno de los medios en los que se puede desarrollar la violencia, con el afán de remarcar la importancia que tiene tanto el conocer los significados como los lugares en los cuales estamos propensos a recibir ó a ejercer violencia, haciendo énfasis en el hecho de que no debemos ejercerla. Como ejemplo de ello nos viene a la mente un viejo proverbio que dice “no desees para otros lo que no desees para ti”.

## **CAPÍTULO 3: VIOLENCIA DOMÉSTICA**

### **“HOGAR DULCE... ¿HOGAR?”**

El tema de la violencia dentro del medio familiar es un problema que toma diferentes formas, una de ellas se refiere al maltrato domestico hacia la mujer, aspecto al cual se ha dedicado en los últimos años una gran gama de estudios. Aunque todavía se presenta la influencia de una serie de creencias y mitos que impiden reconocer que el problema existe y debe de ser atendido para evitar mayor sufrimiento entre los miembros de la familia. Desgraciadamente, por ocurrir dentro del medio familiar, se considera que esta violencia “es una cuestión absolutamente privada”, por lo que dificulta su visibilidad, dado la apariencia de ser una practica poco común e incluso aceptada y tolerada como una forma “natural” de relación entre hombres y mujeres.

#### **3.1 Factores que posibilitan la Violencia Intrafamiliar**

La violencia domestica se refiere a actos violentos ejercidos por una persona con un rol marital, sexual parental o de una relación sexual fuera del matrimonio; la violencia implica cualquier acto de agresión, incluyendo la violencia emocional que daña el auto-concepto del individuo, esta puede ser de forma oculta o abierta. El abuso físico incluye cualquier acto desde pegar, empujar, emplear un arma o matar a un miembro de la familia. Es increíble pensar que la familia sea un grupo social violento y el hogar el medio social mas violento; por ello Gelles y Stratus (1979; en Stith y Rosen, 1992) sugieren doce características por las cuales la familia se hace más susceptible a la violencia:

- 1) **El factor tiempo**, ya que los miembros de la familia pasan mayor tiempo juntos.
- 2) **Abanico de actividades e intereses**, propicia la tendencia a situaciones conflictivas.
- 3) **La intensidad de la relación**, implicaciones emocionales entre si.
- 4) **Conflicto de intereses**, las decisiones de algún miembro afecta los intereses de otro miembro.

- 5) **Derecho a influir**, la pertenencia implícita de la familia conlleva a poder influir en la conducta de otros.
- 6) **Discrepancia de edad y sexo**, la familia esta compuesta por distintos integrantes mismos que tienen características distintas, así como la edad y el sexo.
- 7) **Roles asignados, status y el rol familiar**, este tiene que ver con las características biológicas en lugar de ser asignando la competencia e interés.
- 8) **Intimidad familiar**, el alto nivel de intimidad que posee la familia la aísla del control social.
- 9) **Pertenencia involuntaria**, lazos sociales, emocionales y materiales que hacen difícil poder abandonar a la familia
- 10) **Alto nivel de estrés**, hace que la familia sufra cambios importantes en el ciclo de vida familiar y es el lugar donde se experimentan las situaciones más estresantes que cualquier otro tipo de grupo.
- 11) **Aprobación normativa**, la cual se refiere a la aceptación de normas culturales que legitiman el derecho de los padres para utilizar la violencia física con los hijos.
- 12) **Socialización dentro de la violencia y su generalización**. Los niños a partir del castigo aprenden a asociar amor con violencia y esto se perpetúa en la relación matrimonial.

Por lo expuesto con anterioridad es necesario explorar los factores multi-causales implicados en la violencia doméstica; primeramente hablaríamos de un contexto Socio-Cultural, que influye en las familias ya que comparten ciertos valores y normas; así como de los medios de comunicación, los cuales diariamente nos bombardean con una televisión violenta, que al mismo tiempo nos anima a emplear el castigo físico como una estrategia de disciplina y el uso de violencia como la forma más común de intimidar e imponer formas de control. Stith y Rosen (1992), describen algunos factores multi-causales, generadores de violencia los cuales son:



### **a) Status Subordinado de la mujer**

Estos valores recibidos y reproducidos de los roles femeninos y masculinos inciden el uso de violencia de las familias; por ejemplo; los niños reciben el mensaje que las niñas no son valiosas, como son los hombres y cuando crecen piensan que ellos son en la forma que más les gratifique.

### **b) Experiencias de Socialización**

Los adultos que han presenciado la violencia en la familia o que han sido víctimas de violencia, se ven afectados en su vida, tanto en su desarrollo como en sus actos. Los niños que presenciaron episodios violentos entre sus padres, tienen más probabilidad de continuar con estas pautas en la vida matrimonial, que aquellos que crecen en hogares no violentos. Eso mismo ocurre con las mujeres que presenciaron episodios violentos.

### **c) Características Individuales**

La psicopatología encuentra ciertas características en la personalidad agresiva de las personas golpeadoras, como lo es una actitud negativa, menor auto-concepto, incapacidad para establecer relaciones interpersonales, pocas habilidades para ejercer responsabilidad en la familia, se sienten carentes de poder y emplean la violencia para ganar poder, al mismo tiempo son pocos asertivos y tienen menos recursos educativos como económicos.

Los individuos que maltratan a su cónyuge, pudieran ser más posesivos y celosos; del mismo modo crean mecanismos para negar las conductas agresivas ante la sociedad. Al mismo tiempo el sistema de creencias que internaliza el agresor, pudieran hacerle pensar que esos mismos sentimientos de inadecuación le autorizan a dañar a los demás o a obligarlos a satisfacer sus deseos. De igual manera la mujer también hace uso de la violencia, con la pareja o con los hijos, parte de la violencia ejercida por las mujeres, puede ser para vengarse o como autodefensa, aunque las consecuencias y causas sean diferentes entre hombre y mujeres, tiene consecuencias graves en el desarrollo familiar.

#### **d) Características de la Familia**

La relación matrimonial que se establezca entre el marido y la mujer posibilitará el maltrato infantil o conyugal y el abuso sexual, si el estrés es más alto, la violencia marital puede ocurrir con más frecuencia.

#### **e) Estrés**

Existen dos tipos de estrés que pueden incrementar la violencia doméstica;

- **Estrés Madurativo:** la ansiedad en la familia desarrolla conductas sintomáticas y disfuncionales. Cada momento en el ciclo de vida familiar puede contribuir al uso de la violencia, por ejemplo el nacimiento de un hijo, la partida de un miembro, los gastos económicos del hijo en la universidad o una boda.
- **Estrés Impredecible:** son situaciones que la familia no contempla, como lo es el desempleo, enfermedades crónicas, muerte y divorcio, que provocan un efecto devastador sobre el autoestima del individuo.

#### **f) Acontecimientos Precipitados**

Cuando se desarrolla la violencia dentro del núcleo familiar, el agresor trata de justificar el evento y lo adjudica a factores precipitados que desencadenan la violencia; estos factores son únicos para cada familia.

#### **g) Recursos**

Cada familia posee diferentes recursos adecuados para abordar los problemas de estrés y las adversidades. Los recursos personales básicos son el: bienestar económico, bienestar físico, emocional, educativo y recursos psicológicos; la deficiencia o carencia de ellos los posibilita a ser más susceptibles a la violencia

La cohesión y adaptabilidad, dentro de lo familiar, son dos recursos que nos ayudan a manejar el estrés y las dificultades; la cohesión se refiere a los lazos emocionales que se establecen entre los miembros de la familia. La adaptabilidad se refiere a la plasticidad que una familia tiene a los cambios. De igual manera otro recurso que se debe tomar en cuenta es la comunicación clara y abierta entre los integrantes.

Hay que recordar que en los factores que precipitan los episodios violentos pueden estar implicadas una combinación de distintas causas puesto que en la problemática se interrelacionan los factores socio-culturales, que están constantemente influyendo en el comportamiento del ser humano.

### **3.2 Ciclo de Violencia Conyugal.**

En el desarrollo de la violencia doméstica se han identificado diferentes etapas que son cíclicas y que se componen de la estructura de la misma. El ciclo de violencia se puede suscitar en días, semanas, meses o años, pero no se detendrá el ciclo, una vez que se ha establecido, el ciclo conlleva tres fases para que este se complete, que varía tanto en tiempo, duración e intensidad, en cada pareja. Esta teoría descrita por Walker se basa en el concepto de refuerzo conductual y esta compuesta por tres fases fundamentadas en la hipótesis de la reducción de la tensión (Zurbizarreta, et. al., 1999): Fase de Acumulación de Tensión, Fase de Golpes Agudos y fase de Luna de Miel, mismas que a continuación serán descritas.

**1.- Fase de acumulación de Tensión:** de acuerdo con Cabada y Seañez (2003), es la etapa en que la víctima va experimentando por parte de su pareja: rechazo, desvalorización y críticas (destructivas), entre otras. La pareja se va desgastando tanto en la convivencia interna como en la externa, lo que conlleva a acumular demasiada tensión, al reflejar la agresión con comentarios ofensivos que tienen un efecto devastador sobre la confianza y seguridad de la mujer, al mismo tiempo la mujer trata de no hacer algo que hostigue a su marido para que no le pegue, pero los golpes se presentan sin ser provocados, dando paso a la indefensión aprendida ya que haga lo que haga será maltratada.

La mujer vigila la conducta de todos los miembros de la familia para que no hagan nada que a su compañero le irrite, al mismo tiempo trata de excusar y justificar las reacciones del esposo (Corsi, 1996). Dadas estas circunstancias, la personalidad agresiva del golpeador no es fácilmente percibida por los demás, es decir que tanto sus amigos como sus colegas, no suelen advertir las señales que se presentan, interpretándolo como “tenso” (Whaley, 2001). No obstante, nadie espera que suceda lo inevitable. Tristemente, en algunos de los casos de violencia intrafamiliar, percibiendo que la agresión se va a producir, la víctima, suele incluso provocarla, simplemente para que todo termine de una vez.

**2.- Fase de Golpes Agudos:** la descarga incontrolada de las tensiones que se acumulan durante la fase anterior provocan la pérdida del control y el grado de destrucción va en aumento. De acuerdo con Whaley (2001), la intensidad de la ira no guarda relación con lo que la provocó; se puede decir que el victimario actúa como si su vida estuviera amenazada (en palabras de Whaley, “Es el tipo de ira que presenta una persona cuando siente que su identidad es menoscabada”). La violencia se da de una manera más grave, pero la víctima la tolera. Con el paso del tiempo, esta fase se irá volviendo más intensa (Cabada y Seañez, 2003).

El hombre se encuentra dominado por la ira y su rabia no tiene control, de igual manera la mujer acepta este cambio en el hombre, el golpeador en esta fase empieza a justificar su conducta ante si mismo y ante los demás (haber bebido de más, trabajado mucho, que no esté la comida, etcétera).

La idea primordial es la de darle una lección a su mujer y él solo se detendrá cuando considere que ella aprendió la lección; pero cuando va disminuyendo la acción, la mujer se encuentra gravemente lastimada, tanto emocional como físicamente.

Las mujeres sienten que la siguiente fase se acerca y su miedo va en aumento, su rabia y su ansiedad; de igual modo sabe que de la segunda fase, sigue la calma, entonces prefieren entrar en la segunda fase. La segunda fase es mas breve que la primera y la tercera; tiene

una duración de 2 a 24 horas; aunque en el terror se prolonga por mas de una semana; así mismo la anticipación de la fase de golpes le genera tensión, descontrol en el sueño, perdida del apetito o aumento, cansancio, dolores de cabeza, estomago, presión alta, reacciones dermatológicas y palpitaciones cardiacas (Soto, Vega y Nava 1994).

Ya inmersa en esta fase, si las mujeres intentan detener el ataque, el hombre puede enojarse aún más, aunque actuar quieta e indefensamente también lo podría irritar, siendo el llanto y los gritos su foco de excitación, a tal grado que el hombre no pueda detenerse, aunque la mujer este muy lastimada. Cuando es atacada, la víctima advierte rápidamente que todo intento de sustraerse a la violencia es inútil. Trata de disociarse, en la mayoría de los casos, tratando que su mente abandone su cuerpo, y de esta manera hacer menos el dolor que siente (Whaley, 2001).

La mujer golpeada acepta el hecho de ser agredida por haber provocado el enojo del hombre, ella se siente culpable. De este modo la mujer realiza un mecanismo de defensa, al negarse así misma que se encuentra enojada y que ha sido injustamente herida en todos los aspectos de salud.

Las mujeres no buscan ayuda durante la fase de golpes agudos, amenos que se encuentren más heridas. El razonamiento de la mujer golpeada es que si esperan, la situación cambiará y la conducta de su compañero mejorará.

**3.- Fase de Luna de Miel:** Comienza después de que ha explotado la violencia y se ha disipado la tensión. Esta etapa incluye una variedad de conductas que van desde la negación de lo ocurrido hasta las tentativas de expiación y las promesas de cambio (Whaley, 2001). Cabada y Seañez (2003), nos dicen que esta es la fase amorosa, aunque ya algo esta fallando. Se da el arrepentimiento y la demostración de afecto por parte del victimario; teniendo un comportamiento encantador y cariñoso. El victimario confía en su capacidad de control (Esparza; Pacheco y Rojas, 1994).

El hombre se disculpa y se arrepiente, se siente culpable por su comportamiento y así se lo hace saber a su mujer; el hombre golpeador está convencido que realmente no volverá a lastimar a la mujer y que pondrá más esfuerzo en controlar su ira; el hombre realiza actos que demuestren su sinceridad, como lo es dejar de tomar, dejar de ver a otras mujeres, o cualquier cosa que lo altere.

En esta fase la mujer se siente más segura de huir o pedir ayuda; pero rápidamente el hombre trata de ser gentil y convence a otras personas que necesita recuperar a su mujer, y provoca sentimientos de culpa en ella; por ello la mujer no abandona al marido, puesto que se ve envuelta en un círculo vicioso; este fenómeno se puede explicar a partir de lo que postula Trujano en 1997 con la teoría de la indefensión aprendida en el caso de las mujeres maltratadas; la cual nos dice que los periodos agresivos mezclados con los de ternura y arrepentimiento actúan como un estímulo aversivo administrado al azar que provocan a largo plazo una ausencia de reacción. La mujer cada vez más se vuelve sumisa e introvertida por miedo a despertar la cólera del agresor, su imagen y autoestima se devalúan.

Con base en lo anterior la mujer siente un placebo fugaz, de lo que le gustaría tener en su vínculo de pareja y familiar. Cuando termina esta fase se inicia otra vez con el ciclo; por ello la víctima no se da cuenta que se encuentra en peligro.

Cabe mencionar que no siempre la mujer pide ayuda por creer que el “vivieron felices para siempre” está a la vuelta de la esquina; Zurbizarreta, I., Sarasua, B., Echaburrúa, E., De Corral, P., Sauca, D., Emparanza, I. (1999) nos hablan de algunas variables por las que las mujeres no tienden a dejar su hogar:

- **Falta de empleo.**
- **La corta duración de la relación.**
- **La privación económica.**
- **Estar enamorada.**
- **No tener a donde ir.**

Así también existen una serie de factores sociales, como la dependencia económica, la falta de recursos y de apoyo ambiental, y la vergüenza social, que favorecen la continuidad de la relación abusiva.

Ahora podemos decir que la violencia se ha perfilado como una importante variable relacionada con las conductas agresivas en el hogar y al mismo tiempo con personas victimizadas de baja autoestima, expectativas tradicionales de su rol sexual, uso frecuente de drogas, alcohol o sexualmente agredidas por sus padres durante la infancia.

Durante el presente capítulo como pudieron darse cuenta nos referimos más a la mujer como una víctima de violencia doméstica, no obstante, es preciso mostrarles el otro lado de la galleta, el que la mayoría de la gente no toma en cuenta, el que nadie quiere ver, y el que muchos ni siquiera creen que exista, hablamos de la violencia contra el varón.

## **CAPÍTULO 4: VIOLENCIA CONTRA EL VARÓN**

### **“EL LADO OSCURO DE LA LUNA”**

Quien no ha soñado alguna vez con haber sido un gran guerrero medieval o mítico, quizá Conan el bárbaro rescatando a una doncella, Simbad el marino peleando con bestias míticas y escapando de la ira de los mares, Atila el Huno conquistando naciones, Hércules haciéndole la existencia difícil al Dios Hades, e incluso David desafiando y derrotando a aquel monstruoso gigante llamado Goliat; ¿suena de lujo no?. Pues bien, hasta este momento a lo largo de este trabajo se ha intentado ampliar el panorama de lo que es el termino violencia hablando de definiciones y formas que puede adquirir dicho fenómeno. A pesar de la marcada insistencia en resaltar que el ser varón no es factor para ser victimario, se considera que en la mayor parte del trabajo se ha hecho referencia a que la mujer o los hijos son los únicos o por lo menos los más débiles tanto física como psíquicamente y por ende resultan ser la parte victimizada dentro de la relación victimario-víctima. No obstante, como lo dice el título vamos a hablar un poco del lado oscuro de la luna, es decir hablaremos de la violencia contra el varón.

#### **4.1 Género, Mitos y Estereotipos.**

Se ha estado oyendo durante estos últimos años la expresión "género" y muchos se imaginan que es solo otra manera de referirse a la división de la humanidad en dos sexos, pero detrás del uso de esta palabra se esconde toda una ideología que busca evidenciar el pensamiento de los seres humanos de esta estructura bipolar.

Ampuero (2006), nos menciona que suele ser muy común confundir género con sexo, es decir, emplear el concepto género como sinónimo de sexo, y lo que es más, con bastante frecuencia es empleado como sinónimo de mujer, este error está dado porque en el idioma español es costumbre hablar de las mujeres como género femenino y esto crea las condiciones para incurrir en el error de pensar que hablar de género es referirse sólo a ellas.

A pesar de que la anatomía ha sido el soporte de mayor importancia para clasificar a las personas, Alzamora (1998), nos dice que los proponentes de la ideología de “género” quieren afirmar que las diferencias entre el varón y la mujer, fuera de las obvias diferencias



anatómicas, no corresponden a una naturaleza fija que haga a unos seres humanos varones y a otras mujeres. Piensan más bien que las diferencias de manera de pensar, obrar y valorarse a sí mismos son el producto de la cultura de un país y de una época determinados, que les asigna a cada grupo de personas una serie de características que se explican por las conveniencias de las estructuras sociales de dicha sociedad.

La categoría “Género” tiene su origen en la Psicología y fue Robert Stoller en 1961, quien luego de estudios e investigaciones sobre trastornos en la identidad sexual concluyó que la asignación y adquisición de una identidad es más importante que la carga genética, hormonal y biológica (Ampuero, 2006). De esta manera, el concepto género comenzó a usarse a manera de establecer una distinción entre el sexo biológico y lo construido socialmente, para de esta forma poner al descubierto las situaciones de discriminación de las mujeres, situaciones que siempre estuvieron amparadas por la supuesta diferencia sexual, cuando en realidad de lo que se trata es de una cuestión social.

De acuerdo con Lamas (1986), la identidad se desenvuelve en tres etapas, a saber:

- **La asignación de género:** (rotulación, atribución) desde el nacimiento y a partir de la apariencia externa de sus genitales se deposita un contenido cultural que se interpreta como las expectativas, como lo que debe ser y hacer según sea niño o niña (Lagarde, 1994). Dicho de otra manera, la sociedad elabora las ideas de lo que deben ser las mujeres y los hombres, de lo que se supone es propio de cada sexo.
- **La identidad de género:** que se establece más o menos a la edad en que el infante adquiere el lenguaje (desde los 2 ó 3 años). Según el género, se identifica con sentimientos, comportamientos, juegos, etc. de niño o niña, la familia, la sociedad refuerzan los patrones establecidos culturalmente para los géneros, luego de establecida la identidad de género ésta se convierte en un filtro por el que pasarán todas sus vivencias y una vez asumida es muy poco probable revertirla (Ampuero, 2006).
- **El rol de género:** La socialización caracteriza a esta etapa, se interactúa con otros grupos, se refuerzan las identidades y se aprenden los roles de género como un

conjunto de normas que dicta la sociedad y la cultura para el comportamiento masculino y femenino, y sin que queden dudas acerca de lo que se espera de un niño o una niña, lo que son y que deben hacer, es decir, cada cultura dispone de representaciones sociales, conductas, actitudes, discursos específicos, etc. de acuerdo al rol asignado. Dicho de otra forma, el rol, de acuerdo con Alzamora (1998), se define primariamente como parte de una producción teatral en la cual una persona, vestida especialmente y maquillada, representa un papel de acuerdo a un libreto escrito. El uso del término rol o de la frase roles desempeñados transmite necesariamente la sensación de algo artificial que se le impone a la persona.

Entonces, autores como Ampuero, (2006) y Alzamora (1998), coinciden en que el género, se puede definir como una construcción sociocultural constituida por comportamientos, actitudes, valores, símbolos, expectativas y responsabilidades elaborados a partir de diferencias biológicas que remite a las características que la sociedad atribuye a hombres o mujeres, relacionándose con la manera en que estos se perciben y se espera que se piensen y actúen dando valor a la forma en que la sociedad en la que se desarrollan está organizada, y no a las diferencias biológicas.

Hasta este momento hemos vislumbrado una pequeña parte de lo que nos muestra el panorama de lo que significa la palabra género, cabe mencionar que si quisiéramos adentrarnos aún más en lo que involucra dicho tema, nos daríamos cuenta de que esta pequeña introducción, no es nada comparada con la gran cantidad de información que rodea a este rubro, sin embargo, por el momento adentrarnos en el tema sería un poco redundante, no obstante se invita a que todo aquel interesado en el tema de “diferencias de género” investigue más, quizá podría dar como resultado un buen estudio.

Ahora bien, ¿Por qué hablar de género dentro de un trabajo de violencia? Esta respuesta nos la da Trujano, et. al. (2002), al mencionarnos que son las diferencias de género y nuestros roles dentro de la sociedad los que nos ubican como seres incompletos, ya que en lugar de buscar la igualdad entre hombres y mujeres, nos vemos encasillados entre dos modelos complementarios. Tal concepción, no solo limita las potencialidades humanas, sino que discrimina y estigmatiza a quienes no se ajustan a su modelo en particular.

Es en este punto en el que volvemos a retomar el tema de la violencia, ya que el alejarnos de los estereotipos puede resultar en altos costos tanto de daño físico, como en daño psicológico. Imaginemos, un hombre dentro de nuestra sociedad está ligado a una fortaleza tanto física como psicológica, a una rigidez sentimental y de pensamiento, se debe ser valiente y sagaz, todo un líder, sin miedo a las adversidades, etc., pero, pensemos un momento, ¿Qué sucedería si algún hombre, dentro de esta sociedad de tiburones, no cumpliera con estas expectativas?

Para responder a la pregunta anterior hablaremos un poco sobre un tema que podría parecer ficticio, mítico, e incluso gracioso, pero hay que adelantar que no lo es en lo más mínimo, es una problemática que si bien no está perfectamente marcada dentro de la sociedad, no quiere decir que no exista, es solo que a veces no vemos más allá de nuestra propia nariz.

#### **4.2 La verdadera historia del Héroe.**

Muchos hombres se sienten perturbados hoy porque su experiencia interna, no se ve reflejada en una sociedad que no deja de decirles que son el sexo más privilegiado al ser nombrados el más fuerte, dejando a la mujer en un plano inferior en todos los sentidos. Si a violencia nos referimos, la mujer siempre aparece en nuestros pensamientos como la víctima y el hombre como el victimario, sin embargo, expresado por palabras de Trujano (2002), estos papeles que les hemos atribuido tanto a hombres como a mujeres, han cambiado con el paso de los años.

El hombre, como todo ser humano, no está exento de problemas, muchos se sienten avergonzados en secreto; y piensan que no es propio de un héroe ser una víctima. Dicho de otro modo, cuando el hombre se siente fracasado por no lograr sus ideales se resiste a identificarse como víctima, no obstante, por dentro, pudiera sentirse humillado, esto lo hace tomar cierta postura de ímpetu que lo ayuda a rectificar los errores. A pesar de retomar el camino, estos errores provocan pérdida de valor, de confianza en uno mismo y sentimientos de pérdida de dignidad.

Regularmente no nos damos por enterados de este tipo de problemas debido a la presión cultural y social ejercida sobre los hombres, ya que como nos lo menciona Trujano (2002), el que un varón pueda ser agredido física, sexual o psicológicamente es en estos días

difícilmente aceptado por las personas que conforman el entramado de sociedad. Esta característica de género es una de las principales trabas que tiene el hombre para poder expresar sus puntos débiles, esto se debe a que por medio de la sociedad aprendemos a vivir como hombres o mujeres (Jolly, 2004). Como se mencionó anteriormente, cuando hablamos de género, este proceso de categorización empieza por la asignación del mismo, al que pertenecemos, posteriormente por el conocimiento de tal identidad y finalmente por el aprendizaje del rol correspondiente.

Estas características son reforzadas día a día, lo que hace difícil romper con estos estereotipos. Por tanto, para un hombre, estar en contacto con su lado habitualmente considerado como femenino implica el rechazo por parte de otros hombres e incluso la burla y el abandono de esos mismos. He aquí un punto de suma importancia, mientras que las mujeres obtienen más apoyo por parte de instituciones gubernamentales y privadas, así como entre ellas mismas para salir adelante; los hombres, en cambio han realizado un trabajo bastante pobre para apoyarse entre ellos mismos, ya que se les ha enseñado desde el nacimiento la creencia social de que las mujeres son el sexo débil, son quienes necesitan protección y apoyo de su parte. Sin embargo, hay cierta duda con respecto a qué sexo tiene el derecho de reclamar este título dudoso.

Ante la sociedad, los hombres, no se pueden dar el lujo de tropezar; ya que dado el nivel de superioridad del varón hace referencia a que no necesita ayuda alguna para salir adelante.

Lo anterior lo podemos notar en cuestiones de salud, a los hombres se les ve como fuertes en ese sentido, sin embargo, a veces se nos olvida que también son seres humanos con muchas capacidades así como debilidades, si a esto le sumamos la dieta a la que están sujetos, dado su estilo de vida, nos damos cuenta que la ingesta de bebidas alcohólicas y comida grasosa ayudan negativamente a que se produzcan enfermedades digestivas y cardiovasculares principalmente.

Desafortunadamente, en este sentido y en muchos otros, los servicios sociales tienen prioridad hacia las mujeres y los niños. Así podemos observar que en cuanto a seguros médicos, asistencia social, cuestiones de trabajo, etc..., las mujeres tienden a ser tomadas más en cuenta que los varones. Los hombres entonces se enfrentan a muchos criterios

dobles; no reciben el mismo apoyo cultural e institucional que las mujeres cuando tratan con un número importante de problemas sociales, personales y legales. Por lo tanto, esta realidad sola puede inducir a la humillación, dando a los hombres la impresión de que, por alguna razón, sus vidas no tienen tanto valor como la de las mujeres. A pesar de que en algunas áreas del país, los centros de atención para varones están comenzando a desarrollarse, aún hay varias docenas de grupos, clínicas y centros de servicios que son estrictamente para mujeres, muchos de los cuales ofrecen precios reducidos especiales, respaldados por ayudas públicas y privadas.

El hombre debe de mostrarse fuerte ante la sociedad, ya que si muestra ciertos intereses, por su bienestar corporal, por ejemplo, se le cataloga con características propias del sexo femenino, esto podría resultar contraproducente, ya que dañaría su imagen de masculinidad. Como resultado, en lugar de cuidarnos a nosotros mismos, nos incitamos a beber en exceso y ceder a otros tipos de consumo excesivo como expresión de nuestra masculinidad heroica. El problema aquí es que de cierto modo estamos inhibiendo el dolor interno, teniendo como consecuencia, en la mayoría de los casos, optar por ciertas respuestas de salida, estas pueden ser: búsqueda de refugio en las drogas, en el alcohol, comportamientos agresivos y en el peor de los casos pueden llevarnos al suicidio.

Son pocos los hombres que, al darse cuenta de que a causa de sus problemas han perdido su estilo de vida, el goce y el placer; suelen tratar de cambiar y transformar su desequilibrado estilo de vida por uno mejor, no obstante, esto no es nada fácil ya que a menudo encuentran mucha resistencia y obstáculos para poder lograrlo.

En la actualidad los hombres se ven afectados de distintas maneras, desde la discriminación por parte de las mujeres, hasta aquella realizada por parte de los medios de comunicación y de las organizaciones sociales. Esta discriminación va desde las agresiones a su sexualidad, hasta sus inhabilidades, dañando por ende su orgullo y su dignidad como varones. Pueden llegar a pasar por injusticias jurídicas y acusaciones falsas; otros problemas a los que son sensibles, es la pérdida de la familia, esto se puede dar por separación o divorcio, así también como el exilio de su hogar. También suelen pasar sin advertencia por decisiones por parte de su pareja, sin ser consultados (tal es el caso del aborto).

Algunos autores como Kipnis (1993), Trujano (2002) y Pérez (2007), coinciden en que los hombres se sienten agredidos por:

- **El aislamiento que induce a la humillación.** La humillación se da en muchos hombres quienes sienten que han fracasado al llegar al ideal heroico.
- **La discriminación de géneros.** Aunque no puedan dar a luz o amamantar bebés, los hombres no están menos equipados para nutrir, amar, educar y cuidar a los niños. Aún así, otra de las ilusiones culturales que eternizan la opresión de los varones es que las mujeres son mejores padres que los hombres.
- **El divorcio:** Aunque a menudo se representan a los hombres como los que abandonan a sus familias en cuanto pueden, la realidad es que el divorcio es con frecuencia tan destructivo para las vidas de los hombres como para las de las mujeres. Este fenómeno puede acentuarse por el hecho de que las esposas tienen realmente más posibilidad de entablar un divorcio que los esposos. Esto parece indicar que, una vez comprometidos al matrimonio, los hombres son en general más renuentes a terminarlo que las mujeres.
- **Las disputas por las custodias de los niños:** A los hombres generalmente se les niega el derecho de la custodia de sus hijos en el divorcio; las leyes de manutención del cónyuge también tratan con injusticia a los varones, las cuales los restringen de ser padres activos. La pérdida de los niños en el hogar es otra razón importante por la cual los hombres padecen problemas emocionales en los años que siguen al divorcio.
- **El abuso físico, sexual y emocional:** no son exclusivos en el matrimonio, ni entre desconocidos. Incluso pueden comenzar desde el principio de la relación, bien desde el noviazgo o en las primeras etapas de la vida en común, y puede ir aumentando tanto en frecuencia como en intensidad, con el paso del tiempo (Zurbizarreta et. al., 1999).
- **Las presiones económicas y profesionales:** aún teniendo un buen empleo, el varón encargado de llevar el pan a casa, se ve afectado por los cambios en la economía,

los precios en aumento de la canasta básica y gastos como la luz, el agua o la renta (en algunos casos). Las necesidades de los hijos, y por supuesto las de la pareja. Además, de preocuparse por posibles recortes de personal, o problemáticas concernientes a su empleo o profesión.

- **El deterioro de la salud:** la mala alimentación a la que están sujetos. Además, cuando un hombre vive al día en la economía del hogar, no se puede permitir enfermar ya que tiene que trabajar para poder llevar el sustento a casa.
- **El aborto:** Los hombres hoy en día no tienen derecho a decidir el destino de sus hijos nonatos mediante pedir o prevenir el aborto. Obviamente los varones no pueden tener hijos sin la cooperación de las mujeres, pero las mujeres pueden y eligen ser madres solteras, libres de hombres. Los varones a menudo sufren la culpa y el arrepentimiento a largo plazo por el aborto más que muchas mujeres.
- **Las oportunidades desiguales:** en la actualidad, el movimiento feminista, argumenta que la mujer puede realizar cualquier cosa que realice un hombre de igual o mejor manera, lo que les abre muchas puertas de trabajo que hasta hace unos años eran exclusivas de los varones, sin embargo, estas mismas oportunidades no se les dan a los hombres.
- **La rigidez del papel que de ellos se espera en la sociedad:** a muchos varones les preocupa el que hacer si no cumplen con las expectativas de la sociedad, esto puede ser contraproducente, mientras que la sociedad les dice que son los mejores y que no necesitan ayuda de nadie más para poder alcanzar sus ideales, la realidad los empuja a un abismo, en el que caen por no pedir ayuda, llevándolos a consecuencias no gratas.

Esto tan solo es la punta del iceberg, por su parte autores como Trujano (2002) y Kipnis (1993), nos mencionan que las estadísticas muestran que los hombres son más propensos a:

- **Sufrir violencia en el hogar.** Cuando un hombre es agredido por su pareja solemos tomarlo como, algo imposible, el hecho cae en lo absurdo, mientras que la mujer festeja y ríe burlándose del acto, debiera ser que el hombre encontrará apoyo en

personas del mismo sexo, sin embargo esto no es así, ya que dada nuestra cultura y nuestro aprendizaje por parte de la sociedad, los hombres solemos terminar ridiculizando al caído en lugar de tenderle la mano.

- **Ser víctimas de terrorismo, secuestro, homicidios, asaltos y lesiones:** cuando se habla de una relación de víctima-victimario hombre-hombre, la violencia física expresada a través de golpes, lesiones o asesinatos es más fácil de reconocer y denunciar, partiendo de la creencia de que en este contexto, tanto los agresores como la víctima están en igualdad de condiciones. Sin embargo, cuando esta violencia es ejercida por mujeres teniendo al varón como su víctima, entran en juego nuevamente los cuestionamientos, pues se supone que es él quien ejerce el poder, y más aún, que su incuestionable superioridad física le posibilita bajo cualquier circunstancia dominar a una mujer, olvidando los factores psicológicos que pueden determinar una relación de poder.
- **Ser víctimas de violación:** principalmente se da en hombres encarcelados o reclusos, no obstante, también se pueden dar dentro del hogar. Los ataques sexuales a varones no son siempre cometidos por hombres, las mujeres pueden ser cómplices de ellos e incluso realizarlos por cuenta propia. Esta actitud facilita el silencio de las víctimas masculinas y entorpece su reconocimiento, por lo que es importante tomar en cuenta las posibles secuelas psicológicas que puede traer consigo esta violencia en varones adultos víctimas de ataques sexuales:
  - **Negación de la vulnerabilidad**
  - **Confusión de la orientación sexual**
  - **Confusión de necesidades emocionales con el sexo**
  - **Vergüenza de género**
  - **Comportamientos compulsivos múltiples**
  - **Síntomas físicos y emocionales**
  - **Transparencia**



- **Relaciones caóticas**
- **Pobre definición de sí mismo**
- **Patrón de victimización hacia otros**

Si bien, la cultura y la sociedad otorgan características de personalidad específicas según sea hombre o mujer, la realidad es que no existen características de personalidad y de comportamientos exclusivos de un sexo (Ampuero, 2006). Hombres y mujeres comparten rasgos, tendencias y características humanas. Por tanto, cuando hablamos de que una mujer es suave, delicada, cariñosa, también podemos decir que un hombre puede ser suave, delicado, y cariñoso. A su vez, si un hombre es valiente, fuerte, decidido; una mujer también puede ser valiente, fuerte y decidida. Todos estos prejuicios y estereotipos están tan arraigados en la subjetividad humana que resulta más difícil producir cambios en las construcciones sociales que en las características biológicas. Es sabido, por ejemplo, que aún hoy en las escuelas, instituciones y en el hogar, se sostienen conductas apropiadas para niñas y otras para niños.

Estamos entrando a una nueva era, es justo que en este estado de transición, no solo cambie el mundo como planeta, sino también la humanidad, rompamos con estos esquemas, que son demasiado cerrados y rudimentarios. Abramos nuestras mentes a nuevas expectativas y formemos un mundo mejor, el destino de la sociedad está en nuestras manos, no lo estropeemos con cosas tan absurdas como lo es la discriminación.

Existen muchas formas de luchar contra la fuerte corriente que es la violencia. Toda persona que ha sufrido o que sufre de violencia, debe darse cuenta que no está sola, olvidarse de falsos estereotipos, y buscar ayuda, ya sea mediante la ayuda de servicios telefónicos, la policía, servicios de urgencias hospitalarios, departamentos de trabajo social, terapias, intervención en crisis e identificación de metas, etc. Con esto último, abrimos el panorama al siguiente capítulo donde nos referiremos al tema de prevención de violencia.

## **CAPÍTULO 5: ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE** **VIOLENCIA**

### **“EN BUSCA DEL CAMINO AMARILLO”**

Como ya nos dimos cuenta, en capítulos anteriores, los escenarios en los que se puede desarrollar la violencia son muy variados, pueden ser desde el hogar, hasta el escenario escolar, pasando por el medio social y por las relaciones de pareja. Así también pudimos observar, que la violencia, se puede ocultar bajo distintas mascararas, esto es, que la violencia puede presentarse de distintas maneras, desde una agresión oral, hasta un asesinato, pasando por las amenazas y los golpes.

Es por esta gran gama de formas, que nos es importante saber que es lo que pueden hacer las personas para evitar todas estas situaciones que están impregnadas de violencia, por muy mínima que parezca. Hay que recordar, que cuando de violencia se trata, nada debe de parecer mínimo, ya que, en algunos casos se cree que un acto de agresión, como la oral, puede hacer que la persona recaiga no solo en el instante en el que se efectúa la agresión, sino que este episodio puede repercutir psíquicamente en la vida futura de la persona victimizada.

Recordando aquel fabuloso cuento del país de Oz, porque todos merecemos caminar por ese sendero amarillo que lleva a la tierra de la felicidad, como propósito del presente capítulo, nos daremos a la tarea de explicar algunas de las estrategias de prevención de violencia que se han realizado, tanto a nivel mundial y a nivel nacional, así como las estrategias individuales que las personas pueden llevar a cabo con la finalidad de prevenir escenas o episodios de violencia.

Alrededor del mundo, los gobiernos se preocupan por combatir la violencia y las consecuencias que esta tiene en la salud, de acuerdo con el último informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el 2007, en cuya conferencia se reunieron 200 expertos destacados del mundo entero especializados en la prevención de la violencia para evaluar los avances logrados, identificar estrategias para realizar nuevos progresos y pedir a los asociados internacionales para el desarrollo que incrementen las inversiones; ante ello podemos ver que se ha dado más importancia al tema de la violencia durante los

últimos años (del 2002 al 2007), realizándose así, mejoras en los programas de prevención y en avances en la atención a víctimas.

Dentro de los avances mencionados en el informe de la OMS, se encuentran:

- En Brasil se publicó un primer informe nacional sobre violencia y salud y se completó un inventario nacional de más de 300 programas de prevención de la violencia.
- En Malasia se ha publicado un primer informe nacional sobre violencia y salud, se han establecido centros de ventanilla única para atender a las víctimas de maltrato infantil y se han creado en todos los hospitales públicos del país servicios de atención a las víctimas de violencia de pareja y violencia sexual.
- En México se ha publicado un primer informe nacional sobre violencia y salud y se ha establecido, dentro de la Secretaría de Salud, un centro nacional para la prevención de la violencia y los traumatismos.
- En Mozambique se han establecido sistemas de vigilancia que registran información detallada sobre las defunciones y los traumatismos relacionados con la violencia y se ha llevado a cabo una evaluación cuantitativa y cualitativa de los servicios médico-legales de atención a las víctimas de violencia sexual
- En Reino Unido se ha publicado un primer informe nacional sobre violencia y salud, se ha creado dentro del Ejecutivo escocés una Unidad Nacional para la Reducción de la Violencia y se ha promovido la labor del Grupo de Trabajo de Cardiff sobre los Delitos Violentos como modelo para la creación, a nivel nacional, de alianzas en pro de la seguridad comunitaria.

Los especialistas coinciden, que la violencia puede evitarse si se invierte en enfoques positivos, tales como:

- La formación de padres.
- Los servicios de visitas a los hogares.

- La reducción de la disponibilidad de bebidas alcohólicas y del acceso a las armas de fuego.
- La facilitación de ayuda a los adolescentes de alto riesgo para que puedan completar su escolarización.
- La modificación de normas culturales que aprueban el uso de la violencia.
- La prestación de una atención médica de emergencia adecuada.

Como podemos darnos cuenta, los enfoques son muy variados, dependiendo de la población a la que van dirigidos, esta puede ser hacia la población infantil, hacia los adolescentes, o hacia los adultos y de tercera edad. No hay que olvidar que en México, se tiene una cultura de familias extensas, de las cuales la mayor parte son niños y adolescentes; si a esto le sumamos que todos y cada uno de los individuos estamos propensos tanto a ejercer, como ser víctimas, entonces, la mayor parte de la población es propensa a padecer de alguna situación de violencia, claro, teniendo en cuenta que los niños y los adolescentes pueden ser “victimables en potencia”, tanto por su debilidad física, como por su debilidad psicológica.

El maltrato físico o psicológico, y el abuso sexual como formas extremas de **violencia** en contra de los menores, han estado presentes en todas las sociedades a lo largo de su historia. El maltrato es concebido por Cortina (1998, p.40), como *«el conjunto de acciones y situaciones ocurridas en todo ámbito, que afectan a la víctima en su bienestar, desarrollo y/o personalidad, limitándola, corrompiéndola y/o lesionándola»*. (En Ortega, S., Ramírez, M., Y Castelán, A. 2005, p.48).

Es por estas razones, que en los últimos años, se ha puesto mayor interés tanto en los niños como en los adolescentes.

En México, poco a poco vamos tomando conciencia de la gran problemática que esto refiere, sobre todo en el ámbito familiar, pues dentro de este se pueden ver afectados de una forma más directa, no solo los niños, sino también los adolescentes y los adultos, así como las personas de la tercera edad. Como respuesta a esta problemática, ha habido una

intensificación de las medidas relacionadas con la promoción de los derechos de los niños, así como la puesta en marcha de programas de prevención y de atención a las víctimas.

En torno a esta situación, el 7 de Marzo del 2007, el Presidente de los Estados Unidos Mexicanos, Felipe Calderón Hinojoza, realizó el anuncio de la estrategia Integral para la Prevención del Delito y Combate a la delincuencia, en la sala de Prensa del Gobierno Federal, donde argumentó, que el más grande objetivo, era recuperar las condiciones de seguridad en el país que nos permitan convivir y vivir en paz, así como recuperar gradualmente las calles, las plazas, los pueblos y las ciudades de nuestro país.

De esta estrategia integral de prevención del delito y combate a la delincuencia, retomaremos algunos puntos que resultan significativos:

- Convocó a los medios de comunicación, a las iglesias, a la sociedad civil, y a las empresas, a impulsar una vigorosa campaña de información y sensibilización en la materia de violencia.
- Invitó a estos mismos a promover la cultura de la legalidad y prevenir la violencia en nuestra juventud, para hacer de las escuelas espacios seguros y libres de violencia.

Porque la prevención de violencia no solo se le debe dejar a los medios de comunicación, para evitar o reducir estos episodios violentos, tanto dentro del ámbito escolar, como en el hogar, Rodríguez, M., Pabón, J. y Mirabal, B. (2003) nos mencionan algunos puntos que tienen que tener en cuenta los profesionales para prevenir la violencia en niños, niñas y adolescentes, estos son los siguientes:

**\* Conocimientos**

- 1.- Examinar la naturaleza compleja de la violencia dentro de la escuela.
2. Revisar el fenómeno de la violencia como problemática de salud pública para identificar los factores de riesgo que promueven esta problemática.

3. Evaluar los efectos de los eventos violentos y traumáticos en las etapas de desarrollo (dependiendo del caso, ya sea a nivel primaria, a nivel secundaria, o a nivel bachillerato).
4. Comparar diversas interpretaciones teóricas y creencias sobre la violencia y los comportamientos violentos.
5. Analizar los diversos acercamientos curriculares y prácticas pedagógicas dirigidas a promover la paz y reducir la violencia en el entorno escolar.
6. Evaluar las diversas iniciativas y programas efectivos para la prevención de la violencia.
7. Examinar las funciones que desempeñan los y las profesionales de la educación y de la comunidad en situaciones de violencia.
8. Analizar el impacto de las prácticas de poder y autoridad en la escuela.
9. Diferenciar entre las prácticas y políticas educativas violentas y las no violentas.

**\*Destrezas:**

1. Manejar técnicas que promuevan el desarrollo personal y social saludable de los estudiantes, tales como, manejo de conflictos, mediación, manejo de la ira, búsqueda de consenso y comunicación efectiva.
2. Manejar estrategias activas y reflexivas que promuevan la buena convivencia, el desarrollo moral desde la concepción social, el diálogo y el espíritu crítico en la sala de clases.
3. Identificar posibles indicadores de riesgo de violencia en la población estudiantil.
4. Modelar en el escenario escolar prácticas de estilos democráticos y de sana convivencia.

**\*Valores / Actitudes:**

Estas sugerencias, no solo están dirigidas hacia los profesionales dedicados a la educación o a la prevención, sino también, a las personas de la comunidad en general, como serían los padres y familiares de los alumnos, los amigos y conocidos.

1. Valorar las actitudes que fomenten la colaboración, tolerancia y solidaridad entre los estudiantes, el personal escolar y la comunidad.
2. Promover el diálogo democrático y el respeto por la diversidad de opiniones.
3. Asumir responsabilidad propia y de autocontrol en relación con la creación de un ambiente de estudio y de trabajo en la escuela que sea saludable y que minimice los comportamientos agresivos y violentos.
4. Estimar la diversidad de creencias y concepciones personales y sociales que se pueden elaborar, adoptar y practicar para mejorar la salud en la escuela.
5. Demostrar empatía hacia los demás.
6. Apreciar los valores relacionados con una cultura de paz tales como, equidad, justicia, solidaridad, libertad y no-violencia, entre otros.
7. Participar de forma proactiva en actividades, discusiones y toma de decisiones comunitarias y escolares que promuevan la no-violencia.
8. Reflexionar sobre la propia práctica en situaciones de violencia para de esta forma examinar diversas alternativas o soluciones en caso de surgir situaciones similares.
9. Reconocer que los seres humanos tenemos el poder para construir, reconstruir y transformar el medio social.

Por otra parte, para mejorar la intervención en la prevención de violencia en adolescentes, es prioridad influir sobre los factores familiares, especialmente sobre las prácticas de crianza de los padres. Este tipo de programas involucran al padre y a la madre como intermediarios centrales en la modificación del comportamiento del adolescente.

Dicha intervención, se basa en los principios del aprendizaje social y se centran en mejorar las técnicas de disciplina y supervisión de los padres con el fin de desarrollar normas claras para el comportamiento del adolescente, incentivar los comportamientos pro-sociales e ignorar o desincentivar (sin recurrir al maltrato) de manera sistemática los comportamientos agresivos (Strayhorn y Weidman, 1991; Webster-Stratton, 1985; Webster-Stratton, Kolpacoff y Hollinsworth, 1987; Webster-Stratton y Hammond, 1997 y Webster-Stratton, 1998).

De acuerdo con los autores antes mencionados, en pequeños grupos, los padres aprenden a:

- a) Comunicarle claramente al niño sus expectativas frente a comportamientos pro-sociales o agresivos.
- b) Identificar aspectos positivos o negativos de los comportamientos de los adolescentes.
- c) Identificar factores que anteceden o precipitan estos comportamientos en los adolescentes.
- d) Responder positivamente (con atención, elogios, privilegios o premios) ante los comportamientos positivos del niño.
- e) Proveer consecuencias negativas no abusivas a sus comportamientos negativos.

Los puntos antes mencionados, resultan ser muy importantes si se ve al adolescente como un individuo que pasa la mayor parte del día en el medio escolar. Sin embargo, eso no es



todo. Ya que el adolescente, también puede estar siendo violentado desde su relación tanto con los amigos como con la pareja.

Tomando como referente esta última, es preciso señalar que muchos de los adolescentes sufren o han sufrido de manipulación o chantaje por parte de su pareja. Este no es un tema de machismo, ya que también los hombres son propensos a ser chantajeados o manipulados por las mujeres.

A continuación proporciono algunas recomendaciones, propuestas por Aquino G. (2005), para no caer en el juego de la manipulación y el chantaje como formas de violencia psicológica:

- **No todo lo que escuchamos es realidad:** A veces nuestros sentidos no son los mejores filtros de la realidad, por ejemplo, si nos dice “que nos ama y sin nosotros morirá”, debemos comparar sus palabras con sus hechos. Quien nos ama no querría de ninguna forma lastimarnos.
- **Las apariencias engañan:** Si actúa haciéndonos creer que está decaído y triste para provocar nuestra lástima, debemos comparar esta imagen con la de la persona que nos violenta. Veremos que ambos comportamientos son opuestos. El agresor, que se siente poderoso porque somete, ahora parece una persona débil, indefensa y necesitada de protección, pero esto es sólo una actuación.
- **No sentirse responsable por la conducta del agresor:** Si amenaza con dañarse a sí mismo, hasta llegar al intento de suicidio, su propósito es crear culpa en la pareja. Debemos tener claro que cada persona es responsable de sus decisiones y sus sentimientos y no podemos asumirlas por nadie.
- **No es nuestra responsabilidad salvar a esa persona:** Ante todo, tenemos que mirar por nuestra integridad física y psicológica. Resolver los problemas del agresor es algo que no nos toca hacer.
- **Para que alguien pueda manipular, debe haber otro(a) con muchas necesidades afectivas sin resolver.** Todas las personas tenemos necesidad de sentirnos amadas, pero debemos reflexionar sobre la calidad de ese amor; quien nos agrede y violenta

no nos ama de una forma sana, que implique un crecimiento y desarrollo para nosotros. Por el contrario nos vincula en una relación destructiva y violenta con consecuencias para nuestra salud física y psíquica.

- **Evitar auto-engañarnos:** Considerar que en ocasiones y después de habernos habituado a vivir en situación de violencia, creemos que la persona cambiará. La mayoría de los agresores no quiere o no puede cambiar su conducta violenta.

## **5.1 Estrategias para detener la manipulación**

### **1.- Tener claro que el agresor recurrirá a todo tipo de presión para controlarnos:**

- Las amenazas.
- Los ofrecimientos: ir a terapia, comprar o hacer cosas que antes no hizo, cambiar, etc.
- Los chantajes: El llanto, que morirá sin nosotros, que no amará a nadie más, que se irá con otra persona, que dejará de amarnos, etc.
- La seducción: Rememorar viejos tiempos, como si fueran novios: las canciones, el cortejo y los regalos, entre otras cosas.
- Las alianzas con amistades y familiares y/o el aislamiento a la pareja de sus apoyos. Culpabilizarnos del mal funcionamiento de la relación ante nuestras amistades, prohibirnos ver a nuestra familia o desprestigiarnos para que nos alejemos de ellos, etc.

### **2.- Evitar situaciones que nos coloquen en riesgo:**

Tales como los temas que llevan a discusión, culparse uno al otro, hablar de sentimientos, etc. La violencia sigue un ciclo, del que forman parte la seducción y el cortejo, por lo que habrá que evitarlos.

### **3. Poner límites**

Hay que establecer límites claros al agresor, por ejemplo, decidir sobre qué temas pueden dialogar, qué es lo que espera que ocurra: “No estoy dispuesto a escuchar ofensas ni chantajes, si esto comienza, entonces no hablamos”. Es importante dialogar en espacios públicos o neutrales donde podamos solicitar ayuda.

#### **4.- Pedir apoyo y orientación profesional:**

Conviene apoyarnos en personas o grupos especializados en atender casos de violencia, para revisar cómo y por qué respondemos a las manipulaciones y los chantajes y cómo podemos fortalecernos para enfrentarlos. Existen organismos y grupos a los que podemos recurrir de forma gratuita.

Por otro lado, el Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México, creó un “Plan de Seguridad para Mujeres Víctimas de Violencia de Pareja”<sup>7</sup>, en caso de que estas hayan sufrido, o sufran episodios de violencia.

Cuando una mujer decide salir de la situación de violencia que vive con su pareja pero sigue conviviendo con el agresor, es necesario seguir algunas recomendaciones para reducir el peligro de que la violenten o para actuar en caso de que se produzca otro episodio violento.

#### **5.2 Plan de Seguridad para mujeres**

##### **1) Cuando suceda o creas puede suceder un episodio de violencia contra tu integridad:**

- Evita estar en lugares donde el agresor pueda acceder a objetos con los que te pueda provocar mayor daño, como la cocina o el baño.
- Permanece en una habitación fuera del alcance del agresor y próxima a la puerta de salida para que te sea más fácil salir de tu domicilio.
- Guarda cosas tuyas y de tus hijos e hijas en la casa de alguna vecina o vecino para que tengas un cambio de ropa y tus documentos en caso de que tengas que salir premeditadamente.

---

<sup>7</sup> En:

[http://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:2ZFMfmbKVNwJ:www.zonalibredeviolencia.ipn.mx/DOCUMENTOS/ACUERDOS/7.%2520Plan%2520de%2520Seguridad%2520para%2520mujeres%2520v%25C3%25ADctimas%2520de%2520violencia.pdf+plan+de+seguridad+para+mujeres+victimas+de+violencia+de+pareja&hl=es&gl=mx&pid=bl&srcid=ADGEESjNiFf5x8QEWzWj4FRwtYgK\\_wlK40mkHr5hTWOebBfE\\_n0UQ\\_QJ6fq6XJsmlO-GVp-KGSQ3AMvKSZIUHuREBb4of83DrMGKHXNTgx6NSFY\\_wIW2RBw5S9yPtcqXkq1WdKIg05P2u&sig=AHIEtbTYvbRgD8YctiMi2mo8biKpOp2GIw](http://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:2ZFMfmbKVNwJ:www.zonalibredeviolencia.ipn.mx/DOCUMENTOS/ACUERDOS/7.%2520Plan%2520de%2520Seguridad%2520para%2520mujeres%2520v%25C3%25ADctimas%2520de%2520violencia.pdf+plan+de+seguridad+para+mujeres+victimas+de+violencia+de+pareja&hl=es&gl=mx&pid=bl&srcid=ADGEESjNiFf5x8QEWzWj4FRwtYgK_wlK40mkHr5hTWOebBfE_n0UQ_QJ6fq6XJsmlO-GVp-KGSQ3AMvKSZIUHuREBb4of83DrMGKHXNTgx6NSFY_wIW2RBw5S9yPtcqXkq1WdKIg05P2u&sig=AHIEtbTYvbRgD8YctiMi2mo8biKpOp2GIw) Revisado el 27 de Septiembre del 2011.

- Cierra todas las puertas y ventanas si el agresor salió de tu domicilio y tienes miedo que regrese a violentarte.
- 2) Inventa con tus amigas, amigos o familiares palabras clave, como un lenguaje que solo ustedes entiendan.**
- Dichas palabras te permitirán comunicarle a las personas que viven en tu hogar que no deben de salir o entrar al domicilio porque estás sufriendo violencia y que pidan ayuda.
- 3) Cuéntale a tu vecina o vecino sobre tu situación de violencia.**
- Pídele que en el momento en el que escuche cualquier suceso violento en tu hogar llame inmediatamente a la policía; y si te es posible acude a solicitar una orden de protección.
- 4) Identifica el domicilio de alguna persona que te pueda dar refugio hasta que no exista riesgo y puedas regresar a tu domicilio.**
- Si no cuentas con alguna persona que pueda ayudarte, existen refugios en la Ciudad de México donde puedes permanecer resguardada con tus hijos e hijas para garantizarte una vida libre de violencia.
  - Acude a los centros de atención o a los agentes de Seguridad Pública que te sabrán informar sobre los servicios, si es una emergencia llama al 066.
- 5) Enséñales a tus hijos e hijas a llamar al 066.**
- Ahí podrán solicitar auxilio de la policía o servicios médicos de emergencia.
- 6) Ten siempre a la mano:**
- Tu credencial para votar, si la tienes, o tus identificaciones oficiales como el pasaporte.
  - Un juego de llaves extras de tu hogar y de tu coche.
  - Un juego de ropa para ti y para tus hijos e hijas.
  - Credencial del seguro, si la tienes o documentos como la cartilla de vacunación

- Agenda de teléfonos en la que tengas todos los números de tus familiares, conocidos, amigas y amigos que te puedan prestar auxilio; así como de los Centros donde puedes recibir la atención que te sea necesaria.
- Las escrituras de tu casa o el contrato de arrendamiento o de compra-venta del hogar que habitas.
- Denuncias anteriores que hayas hecho contra el agresor.
- Los datos de tus cuentas bancarias.
- Documentos que acrediten los ingresos del agresor y los tuyos.

**7) Si te es posible, guarda dinero en efectivo.**

- Te servirá para trasladarte, comer y vivir durante el proceso legal.

**8) Ten cuidado con tus llamadas y los números marcados en tu teléfono.**

- Si tu teléfono graba los últimos números marcados, cuando realices alguna llamada pidiendo información o ayuda en relación a la situación de violencia, cuando lo hagas, marca posteriormente algún otro número que no identifique al agresor.

**9) Si fuiste víctima de una violación.**

- No te bañes, ni te cambies de ropa.
- Acude inmediatamente a la Procuraduría General de Justicia a hacer tu denuncia, ello permitirá que se haga una mejor investigación y que ese delito no quede impune.
- No te avergüences, denuncia.

**10) Si de la agresión se producen lesiones a tu cuerpo:**

- Si no puedes acudir inmediatamente a recibir atención médica, toma fotos de las lesiones.
- Si pudiste ir a atenderte medicamente, guarda todos los comprobantes de los gastos que realices.
- Será importante que expliques cada una de las lesiones sufridas y las fotos te servirán.

**11) Si estas embarazada y no deseas que se consume el embarazo.**

- Acude a los hospitales del Gobierno del DF o del Edo. de México y se te informará sobre las opciones que te ofrece para que puedas ejercer una maternidad libre, informada y responsable.

**12) Solicita información jurídica y psicológica.**

- Conocer tus derechos te ayudará a tomar las decisiones correctas.

Estas son algunas de las estrategias que podemos utilizar para no ser víctimas de violencia, sin embargo no quiere decir que sean las únicas, así como existe una gran gama de eventos y situaciones de violencia, también existen muchas más estrategias que cada uno de nosotros podemos emplear para asegurar nuestra integridad física y psicológica.

## CONCLUSIONES

Hemos llegado al final de éste trabajo, recorrido un camino oscuro, frío y desolado; a lo largo de éste escrito, nos hemos dado cuenta que la vida a pesar de mostrar grandes retos, es tan frágil como una hoja de papel, que hemos sido partícipes de un desfile de antifaces adornados con disfraces que resultan polimórficos ante los ojos de quien nos mira, nos dimos cuenta que el lugar más seguro de la tierra se puede convertir en un verdadero infierno; hemos visto el lado oscuro de la luna y al final nos dimos cuenta que la luz al final del camino no siempre significa perecer, sino un nuevo y mejor comienzo.

Es preciso hacer hincapié en los puntos clave, comencemos con el término “VIOLENCIA” el cual denominamos como “El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones” (OMS, 2002), no obstante habría que aclarar los alcances de dicha definición, ya que aunque comprende tanto la violencia interpersonal como el comportamiento suicida y los conflictos armados, y a su vez cubre también una amplia gama de actos que van más allá de lo físico para incluir las amenazas e intimidaciones; además de la muerte y las lesiones; la definición abarca igualmente innumerables consecuencias del comportamiento violento, a menudo menos notorias, como los daños psíquicos, privaciones y deficiencias del desarrollo que comprometen el bienestar de los individuos, las familias y las comunidades.

Es importante entonces tanto para la psicología, como para los profesionales de la salud, llenar los baches de dicha definición, ya que de quedarse así podríamos pensar que si acaso existe algún tipo de violencia que no cause daño; es importante también que todos como sociedad que somos nos apoyemos los unos a los otros, desde hermanos y hermanas, padres y abuelos, amigos, profesionales y medios de comunicación para aprender sobre la violencia y sus distintas máscaras; darnos cuenta de que como problemática social tenemos que actuar en conjunto al disminuir y acabar con los actos violentos que dañan nuestra integridad física y psicológica, y a su vez evitar que nosotros mismos podamos dañar a los demás. Insistir en la enseñanza, control y/o abstinencia de caer en factores que puedan

propiciar el desarrollo de episodios de violencia, tanto en adultos, como en adolescentes y niños, ya que recordemos que estos últimos resultan ser, en la mayoría de los casos, un reflejo de todos nosotros quienes los preceden, cuidemos de ellos, y guiémoslos por un sendero mejor, por el de la no violencia.

Recordemos que aunque la violencia a través de los siglos se ha venido justificando con todo tipo de teorías y razonamientos, tanto biológicos como psicológicos, sociales, económicos y culturales, entre otros, debemos de tener en cuenta que el ser humano, dada su complejidad, tiene la habilidad de aprender, por tanto, enseñemos valores de respeto, compasión, solidaridad, generosidad, empatía y trabajo en equipo; ya que no importa de qué tipo de violencia nos refiramos ya sea física o psicológica, sexual o patriarcal, etc... en la mayoría de los casos las consecuencias resultan demasiado devastadoras, desde la baja autoestima, hasta el asesinato o suicidio.

Es necesario aprender a vivir en armonía tanto con nosotros mismos como con las personas que nos rodean, empezando con nuestra pareja, nuestros hijos, etc. Si en el hogar existe un ambiente sano libre de violencia, los hijos crecerán aprendiendo los valores morales que hicieron de su hogar el mejor lugar para vivir libres de episodios que podrían haber marcado no solo sus cuerpos, sino sus vidas enteras; a su vez, al formar su propia familia estarán llevando a cabo lo aprendido en su hogar. Evitemos caer en ese círculo vicioso que conforma el ciclo de la violencia conyugal (acumulación de tensión, golpes agudos, luna de miel) eso solo logrará herirnos más.

Comprendamos que hemos dejado atrás los tiempos de la prehistoria, que las formas de ver el mundo cambian con el paso del tiempo, antes nos preocupaba que la tierra fuera plana y hubo quien dijo que era redonda; que el sol giraba alrededor de ella y se descubrió que era todo lo contrario; cuando caímos en la cuenta de que nuestra arrogancia nos había llevado a ser casi dioses, y empezamos a luchar entre nosotros mismos, no obstante, se acabaron esos tiempos medievales y llegamos a los tiempos modernos, y ahora, ya no solo peleábamos entre nosotros como especie, se empezó a realizar una guerra aun más dañina, comenzamos una guerra de género. El hombre desde una perspectiva de género, siempre posicionado en



un pedestal de héroe, del fuerte, del valiente, del inteligente y hábil, de la máxima expresión de... "perfección humana". En medio de tal ambición, caímos en el peor de los errores, como hombres no podemos darnos el lujo de tropezar, mientras que para las mujeres es más fácil acercarse a otras personas (tanto hombres como mujeres), para desahogar sus penas y frustraciones, para los varones la opción de desahogarse con otros hombres esta fuera del límite, ya que comúnmente se les ridiculiza y se les tacha de débiles y afeminados. Por esta y muchas razones más, démonos cuenta que el hombre, como la mujer, son seres humanos, que pueden llegar a tener las mismas habilidades, es decir, si un hombre, es fuerte, valiente y hábil; una mujer también puede ser tener estas características; y mientras una mujer es frágil, cálida, amorosa, y tierna; un hombre también puede serlo. Por consiguiente, tanto para las personas en general como para los profesionales dedicados a salvaguardar la paz y el bienestar de la sociedad, es una invitación a no caer en el error de juzgar de acuerdo a estereotipos rudimentarios, tanto a hombres como a mujeres, tienen los mismos derechos de pedir apoyo cuando de violencia se trata; y no deben de ser ridiculizados ni discriminados, porque eso también es un tipo de violencia.

En la actualidad la violencia se ha normalizado de manera alarmante, de acuerdo con la OMS (Organización Mundial de la Salud), Alrededor del mundo, casi 40 millones de niños sufren cada año de algún tipo de violencia. En América Latina y el Caribe, casi 6 millones de niños sufren de maltrato severo. Además, aproximadamente 80,000 niños mueren cada año como resultado del maltrato por parte de sus padres, entre 30% y 50% de las mujeres adultas con pareja son víctimas de abuso psicológico, y entre 10% y 35% sufren de violencia física. Si a estos datos le sumamos la gran cantidad de personas que son víctimas de violencia, pero no lo saben ó no lo demandan ante las autoridades pertinentes, nos podemos dar cuenta que este problema es mucho más grande de lo que se cree.

Es por esta razón, que es necesario llevar a cabo programas de prevención, donde se dé a conocer información pertinente acerca de los diferentes tipos de violencia, su identificación y los diferentes escenarios donde se presentan. Con la finalidad de que las personas que reciban dicho programa, sean capaces de actuar con seguridad ante una situación de violencia, así también, que tengan los conocimientos de cómo poder evitar tales episodios, tanto del individuo hacia el exterior o a terceros, como del exterior hacia el individuo.

Para finalizar, regresemos al principio, ¿y la felicidad?, nuestro camino hacia la felicidad es distinto para cada uno y mientras que para algunos es muy largo, para otros es muy corto; eso depende de lo que consideremos que es dicha meta, sin embargo, podemos asegurar que si aprendemos a convivir como sociedad en un entorno alejado de las garras de la violencia, nos habremos acercado considerablemente a la meta.

## BIBLIOGRAFÍA

- Alzamora O. (1998, abril). La ideología de género, sus peligros y alcances (126 párrafos aprox.). Prensa en Línea (En Red). Disponible en: <http://www.aciprensa.com/controversias/genero.htm>. Recuperado el día 1 de Septiembre del 2011.
- Ampuero, J. (2006). Un recorrido teórico acerca del género (90 párrafos aprox.). Revista de Psicología en Línea (En Red). Disponible en: [www.psicologia-online.com/articulos/2006/recorrido\\_genero.shtml](http://www.psicologia-online.com/articulos/2006/recorrido_genero.shtml). Recuperado el día 14 de Abril del 2011.
- Aquino, G. (2005). Estrategias para desactivar la manipulación y el chantaje emocional de la pareja violenta. Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (17 párrafos). Boletín en Línea (En Red). Disponible en: [http://www.generosaludreproductiva.gob.mx/articulo.php?id\\_rubrique=12&id\\_article=585#](http://www.generosaludreproductiva.gob.mx/articulo.php?id_rubrique=12&id_article=585#). Revisado el 23 de Marzo del 2011.
- Benitez, M. (1999). “Violencia e intimidación en el medio escolar: un problema de toda la comunidad”. Comisión de la Misión Educativa, Distrito Lasallista México Norte.
- Boggino, Norberto (2003) “Los valores y las normas sociales en la escuela. Una propuesta didáctica e institucional”. Homo Sapiens Ediciones. Argentina: Rosario.
- Brush, J. y López J. (2006). “Violencia, desorden mental y aspectos médico-legales preventivos”. Revista Médica Hered, 17(2), 65-67.
- Cabada, J. y Seañez, J. (2003). “Alcoholismo y la violencia intrafamiliar. Un estudio realizado en Ciudad Juárez”. Revista Conducta, 7, 15.

- Castro, J. y Dos Santos, J. (2001). "Del castigo a la disciplina positiva: más allá de la violencia en la educación". Amarú Eds. Salamanca. 238.
- Corsi, J. (1996) "La Construcción de la Identidad Masculina. Violencia Masculina en la Pareja. Una aproximación al diagnóstico y a los Modelos de Intervención". México: Paidós. 214.
- De Torres, P. y Espada, F. (1996). "Violencia en casa". España. Santillana. 183.
- Deanton, W. y Hertica, M. (2003). "Creciendo libre. Manual para sobrevivientes de la violencia doméstica". Estados Unidos de América. The Haworth Press Inc. 57.
- Esparza, P. Pacheco, L. y Rojas, V. (1994) "Algunas Características de Personalidad que presentan la mujer que sufre el Síndrome del Maltrato que solicita ayuda en el centro de atención a la Violencia Intrafamiliar (CAVI)". Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México Facultad de Psicología-UNAM, México.
- Facultad de Estudios Superiores Acatlán. (2008) Tipos de Violencia. (37 párrafos). (En Red). Revisado En: [www.acatlan.unam.mx/medicos/violencia/2/](http://www.acatlan.unam.mx/medicos/violencia/2/) recuperado el 7 de Abril del 2011.
- Garay, L. y Gezmet, S. (2000). Violencia en las escuelas, Fracaso educativo. Centro de Investigaciones de la Facultad de Filosofía y Humanidades de la Universidad Nacional de Córdoba. Argentina.
- Henao, J. (2005). "The early violence prevention: revision of programs and intervention modalities". Univ. Psychol. 4, 2, 161-177. Bogotá, Colombia.
- Jolly, S. (2004). Desarrollo y género en breve: Mitos de género. (En red). Disponible en: [www.bridge.ids.ac.uk/docs/en%20breve-mitos.doc](http://www.bridge.ids.ac.uk/docs/en%20breve-mitos.doc). Recuperado el día 17 Septiembre del 2007

- Kipnis, A. (1993). "Los príncipes que no son azules...o los caballeros sin armadura". Editorial Vergara. Buenos Aires. Argentina.
- Lagarde, M. (1994). "Género en el desarrollo". Grupo de educación con mujeres, A.C. (GEM). México.
- Lamas, M. (1986). "La antropología feminista y la categoría de género". Revista Nueva Antropología. 30 (7): 173-197.
- Organización Mundial de la Salud (2002). Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud. Sinopsis. en [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/worldreport/en/abstract\\_es.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/worldreport/en/abstract_es.pdf). Revisado el 28 de Marzo del 2008.
- Ortega, S., Ramírez, M., Y Castelán, A. (2005). "Estrategias para Prevenir y Atender el Maltrato, la Violencia y las Adicciones en las Escuelas Públicas de la Ciudad de México". Revista Iberoamericana De Educación. 38, 147-169.
- Olivares, L. (2001). "Violencia intrafamiliar en la relación de pareja". Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Tlalnepantla, Edo. de México, México.
- Pelayo, E. (2009). Violencia social y ambiental. (15 párrafos). (En Red). Revisado el 08 de marzo del 2011, en <http://violenciasocialyambiental.blogspot.com/2009/08/violencia-social.html>
- Pérez F. (2007). Violencia contra el hombre. (En red). Disponible en: [www.findesemana.libertaddigital.com/articulo.php/1276230463](http://www.findesemana.libertaddigital.com/articulo.php/1276230463). Recuperado el día 28 de Septiembre de 2007.

- Rodríguez, M., Pabón, J. y Mirabal, B. (2003) “Competencias en Prevención de violencia para profesionales de la educación”. Río Piedras: Centro de Prevención de Violencia en Jóvenes Hispanos, Instituto FILIUS, Universidad de Puerto Rico.
- Rojas, L. (1995). “Las semillas de la violencia”. Madrid: Espasa-Calpe. 11.
- Ruíz, A. (2009). “La relación entre el intento suicida y la conducta antisocial en una muestra de estudiantes en nivel medio y medio superior de la ciudad de México”. Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México Facultad de Psicología, México.
- Sala de Prensa del Gobierno Federal (2007, Marzo). “Anuncio de la Estrategia Integral para la Prevención del Delito y Combate a la Delincuencia”. Sr. C. Presidente de los Estados Unidos Mexicanos Felipe Calderón Hinojoza. (En Red). Disponible en: [www.presidencia.gob.mx](http://www.presidencia.gob.mx). Revisado el 30 de Marzo del 2008.
- Soto, P. Vega, L Nava, V. (1994) “Atención a la Violencia Intrafamiliar”. Tesis de Licenciatura de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México Facultad de Psicología, México.
- Stith, M. Rosen, K. (1992) “Psicología de la Violencia en el Hogar”. Bilbao, España: Desclee Brouwer.
- Trujano, P. (1997) “Violencia en la Familia”. Psicología y Ciencia Social. México: Paidós.
- Trujano, P., Martínez, K., y Benítez, J. (2002). “Violencia hacia el varón”. Psiquis. Revista Oficial de la Asociación Española de Psicoterapia. 23, 4, 5 – 19.
- Whaley, J. (2001). Violencia Intrafamiliar. Causas Biológicas, Psicológicas, e Interaccionales. Méxio, Plaza y Valdes S.A. de C.V., 125 pags. aprox.

Wonka, (2007). Más encuestas sobre violencia doméstica contra varones. [En red].  
Disponible en [www.wonkapisitas.blogspot.com/2007/02/ms-encuestas-sobre-violencia-domstica.html](http://www.wonkapisitas.blogspot.com/2007/02/ms-encuestas-sobre-violencia-domstica.html). Revisado el 28 de septiembre de 2008

Zurbizarreta, I., Sarasua, B., Echaburrúa, E., De Corral, P., Saucá, D., Emparanza, I.  
(1999). Consecuencias psicológicas del maltrato doméstico. En: Echeburúa, E.  
*Personalidades violentas*. Madrid: Pirámide. Cáp. 7