

Meritxell Pàmies Marco

**HERIDAS EN EL ALMA: LA INVISIBILIDAD DEL MALTRATO
PSICOLÓGICO EN LA MUJER**

TREBALL DE FI DE GRAU

dirigit per la Dra. Eva Zafra Aparici

Grau de Treball Social



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

Tarragona

2014

MOTIVACIÓN

Lo que me ha llevado a escribir el artículo relacionado con la temática de la violencia de género, concretamente con el maltrato psicológico, es que en motivo de la realización de la asignatura del Practicum de Intervención, me he dado cuenta que es un maltrato muy invisible para las víctimas en concreto y para la sociedad en general.

Cuando se escuchan noticias relacionadas con la violencia de género, lo primero que se viene a la mente son las mujeres asesinadas o las mujeres que sufren brutales palizas. Pero antes de que esto llegue a suceder, primero se realiza una anulación de la personalidad de la víctima.

Esto se consigue mediante el maltrato psicológico, maltrato que si se detectara a tiempo, evitaría muchas muertes y situaciones más graves, como el maltrato físico.

El objetivo es dar a conocer este tipo de violencia gracias a los testimonios de mujeres reales que han sufrido este maltrato con el fin, de que pueda servir de ayuda para aquellas que lo están sufriendo y sobre todo, para que ninguna mujer más lo tenga que sufrir.

HERIDAS EN EL ALMA: LA INVISIBILIDAD DEL MALTRATO PSICÓLOGICO EN LA MUJER

Meritxell Pàmies Marco¹

Resumen: La violencia de género es un tema de la actualidad del siglo XXI y gracias a la realización de las prácticas en la Oficina de Atención a la Víctima de Reus he podido observar que, al maltrato psicológico, no se le da la importancia que requiere. Por este motivo, con las vivencias personales de las usuarias atendidas en el servicio, se explicará que sienten las mujeres y cuáles son las consecuencias que se derivan de este maltrato, con el fin de visibilizarlo a la sociedad y hacer una reflexión sobre la importancia de éste.

Palabras clave: violencia de género, maltrato psicológico, visibilizar, vivencias y consecuencias.

Title in English: Wounds in the soul: the invisibility of psychological abuse in women

Abstract: Gender violence is a subject of today's twenty-first century, thanks to the completion of the internship in the Victim's Assistance Office in Reus I have observed that psychological abuse is not given the importance it requires. Therefore, with the personal experiences of users attending the services, it is going to be explained what women feel and which are the consequences of this abuse, in order to make them visible to society and to reflect on the importance of this as well.

Key words: violence, psychological abuse, visible, experiences and consequences.

¹ Estudiante de Grado de Trabajo Social, Universidad Rovira i Virgili, España.
Meritxell.pamies.estudiants@urv.cat

1. INTRODUCCIÓN

El objetivo de este artículo es hacer una reflexión sobre el maltrato psicológico a partir de las experiencias vividas durante la realización de las prácticas en la Oficina de Atención a la Víctima (OAV) de Reus. Se trata de mostrar las vivencias de las propias mujeres que han sufrido dicho maltrato para visibilizarlo a la sociedad en general y a las propias víctimas que lo han sufrido, ya que durante la realización de las prácticas, se ha podido observar, que al maltrato psicológico no se le da la importancia suficiente, sobre todo, por parte de las propias víctimas.

Durante el año 2014, ya hay un total de 21 mujeres asesinadas por violencia de género². Según cuentan las usuarias atendidas en la Oficina de Atención a la Víctima de Reus, todas han sufrido maltrato psicológico en algún momento de la relación, solo que en ese momento no eran conscientes. ¿Por qué no son conscientes?

Según afirma Cabrera (2013:1) “El maltrato psicológico es el tipo de violencia que siempre acompaña a las otras formas de violencia como la física o la sexual, está en las razones de emergencia y en las consecuencias. Puede ser el primer peldaño de la escalada de la violencia, y en muchos casos, tiene entidad y produce consecuencias destructivas por sí misma”.

Probablemente, si se detectara a tiempo el maltrato psicológico, se podría evitar el maltrato físico y en consecuencia, las muertes que de ello se derivan.

Según señala Hirigoyen (2006: 36) “ La violencia psicológica constituye un proceso que tiene por objetivo establecer o mantener una dominación sobre el compañero o la compañera [...]La violencia psicológica es negada por el agresor, así como por los testigos, que no ven nada, lo que siembre dudas en la víctima sobre sus sentimientos ”.

² Instituto de la Mujer. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

Por estos motivos, por la invisibilidad que presenta el maltrato psicológico para las propias mujeres y para la sociedad en general, el artículo pretende ser una reflexión sobre por qué las mujeres no son conscientes de lo que les está ocurriendo y, a partir de sus propios relatos, analizar cómo se sienten y ser conscientes de las consecuencias que se pueden derivar de esta violencia tan sutil.

Para poder llevar a cabo este artículo han sido básicas la gran cantidad entrevistas que se han podido presenciar en el servicio. Escuchar en primera persona cómo las mujeres relataban su historia y, a su misma vez, hacerles reflexionar que todo empezó mucho antes de que fueran conscientes.

Una vez la usuaria acudía al servicio, se hacían las presentaciones pertinentes y se mostraba un gran interés por cuál era la situación actual de la mujer. Seguidamente, ellas empezaban a relatar su historia, dando especial hincapié en la violencia física, pasando por alto cualquier tipo de violencia psicológica.

Una vez ellas terminaban de contar su historia, las profesionales, retrocedían en ésta y les preguntaban cuando detectaron ellas que empezó esta situación. Todas nombraban la primera bofetada. La labor profesional era hacerles ver que realmente, el maltrato empezó con el primer insulto.

Las conversaciones y reflexiones con las profesionales también han servido de ayuda para poder incidir en esta invisibilidad del maltrato psicológico. Gracias a sus años de experiencia me han mostrado las técnicas necesarias para detectar y hacer ver a la usuaria que todo empezó mucho antes, antes de que ellas fueran conscientes y sin darse cuenta.

Las largas horas de lectura sobre la violencia de género han sido básicas para poder entender objetivamente esta problemática. En los libros también se refleja esta realidad, la de cómo las mujeres no conscientes del maltrato hasta que no sufren daños físicos.

Para poder llevar a cabo esta reflexión, se hará una pequeña introducción sobre qué es el maltrato psicológico y qué consecuencias puede tener para las mujeres que lo sufren.

Seguidamente, se mostrarán los resultados obtenidos sobre por qué las mujeres aguantan esta situación y no la denuncian gracias a la observación y presencia de los relatos contados por las propias mujeres, guardando siempre su anonimato, y para finalizar, se mostrarán las conclusiones a las que se ha podido llegar.

2. ¿QUÉ ENTENDEMOS POR MALTRATO PSICOLÓGICO?

La Organización de las Naciones Unidas (1993) definió la violencia de género como: “Cualquier acto o intención que origina daño o sufrimiento físico, sexual y psicológico a las mujeres. Incluye las amenazas de dichos actos, la coerción o privación arbitraria de libertad, ya sea en la vida pública o privada”.

Según la definición que da Stamateas (2013:15) sobre la violencia psicológica nos encontramos que: “Podemos definir el maltrato verbal como un ataque, una estrategia que el maltratador pone en práctica a través de sus palabras, de sus expresiones, para controlar-nos y mostrar el poder que tiene sobre nuestra vida.”

El maltrato psicológico se caracteriza por los insultos, amenazas, coacciones, menosprecios y los celos patológicos, entre otras actitudes controladoras y manipuladoras.

Hirigoyen (2006) afirma que el agresor querrá saber dónde está su víctima en todo momento, controlarla, porque antes de reconocer sus inseguridades, culpará a la víctima

de una infidelidad. De ahí se explica que el agresor se crea con el derecho de cogerle el móvil a la víctima y quiera registrarle todas sus llamadas y mensajes con el fin de averiguar si realmente la infidelidad se produce. Seguramente, obtendrá una negativa por respuesta buscará otra excusa para poder enfadarse y atacar su pareja. De aquí se derivarán las extorsiones y amenazas con el fin de obtener una confesión por parte de la víctima.

Por este motivo es esencial no quitarle importancia a los celos patológicos, no es un hecho sin más, es una característica importante del agresor que puede convertirse en un maltrato psicológico.

Este tipo de maltrato puede producir graves problemas a la persona que lo sufre, como por ejemplo, ansiedad, problemas de autoestima, depresión, aislamiento social, etc.

Según las afirmaciones de esta misma autora es muy común que el maltrato psicológico preceda al físico o que vaya acompañado de éste, son dos caras de la misma moneda. Es muy poco probable encontrar a una mujer que haya sufrido maltrato físico sin haber vivido un maltrato psicológico, sin embargo, es posible vivir maltrato psicológico sin necesidad de agresiones físicas. Todo y con esta información, el maltrato psicológico es mucho más difícil de detectar y expresar que el maltrato físico, ya que se mueve en un límite muy impreciso, es una cuestión muy subjetiva. Es decir, un mismo acto, tendrá connotaciones distintas dependiendo del contexto que lo engloba y además, dependerá del carácter de cada persona que una conducta pueda considerarse abusiva o no. Por este motivo, es muy difícil saber lo que siente una víctima de maltrato psicológico.

Hirigoyen (2006) también comenta que para que un agresor maltrate físicamente a su víctima, primero allana el terreno con el fin de aterrorizar y atemorizar a su víctima. Una vez ha conseguido su propósito va anulando a la víctima, de manera que no tenga

capacidad de decisión ni de razonar. La víctima se vuelve completamente dependiente de su agresor y justifica todos los comentarios que éste le hace.

La misma autora resalta un hecho muy común entre la mayoría de mujeres, es que éstas, una vez hayan sido víctimas de la violencia física se atreven a denunciar. Pero en muchos casos, con la actuación de la policía, las víctimas se echan atrás y se niegan a declarar en el juicio, por lo tanto el procedimiento queda archivado. En este punto perdonan a sus agresores y vuelven con ellos; el agresor, debido a la actuación policial dejará a un lado por un tiempo el maltrato físico y proseguirá con el psicológico, ya que él sabe que la víctima lo tendrá mucho más difícil para demostrar estos ataques. En este instante es cuando suelen tener más peso las amenazas.

Sería preciso distinguir que un mal día lo puede tener todo el mundo, y cualquiera de nosotros puede contestar mal o dirigirse de una manera incorrecta a un ser querido. La diferencia entre una mala contestación y un maltratador es la finalidad con la que se contesta mal. El agresor es consciente de que con sus palabras quiere y puede causar un daño.

Según afirma Hirigoyen (2001) el principal objetivo de un maltratador psicológico será el de detectar cuales son las vulnerabilidades y puntos débiles de su víctima, ya que atacando estos puntos se va a herir a la víctima mucho antes.

La violencia, y sobre todo la psicológica, tal y como dicen Ruiz-Jarabo y Blanco (2004), no es un comportamiento que vaya innato en los seres humanos, es un método que se va aprendiendo a lo largo de los años y se va acentuando a medida que hay relaciones sociales de poder desiguales.

La sociedad actual tiene un concepto erróneo de maltrato, y es que se cree, que el maltrato más habitual y más difícil de detectar es el maltrato físico. Por este motivo se

le da más importancia, pero nos olvidamos que en la mayoría de casos el maltrato psicológico precede e incluso acompaña al maltrato físico.

2.1 Subcategorías del maltrato psicológico

Taverniers (2001) nos afirma que son muchos los matices que caracterizan el maltrato psicológico, o las discusiones sobre si un comportamiento adecuado es maltrato o no, por lo tanto se consideró las siguientes actitudes como subcategorías del maltrato psicológico: en un primer lugar encontramos el maltrato económico, en el cual el agresor tiene como objetivo hacerse con el control absoluto con todo el capital financiero de la víctima. En segundo lugar tenemos el maltrato estructural en el cual el agresor abarca toda la capacidad de decisión de la pareja para deslegitimar a la víctima. En tercer lugar observamos el maltrato espiritual que se caracteriza por menospreciar las creencias culturales o religiosas de la víctima con el fin de obligarla a tener unas creencias determinadas; y por último nos encontramos maltrato social en el que el agresor aísla a la víctima de su red familiar y social e incluso la humilla.

Para entender mejor este tipo de maltrato, Stamateas (2013) explica que el maltratador psicológico realiza su tarea mediante un instrumento (las palabras), un objetivo fijo que es el de demostrar a su víctima la autoridad y poder que tiene sobre ella y una estrategia, sabe qué quiere decir, cómo lo quiere decir y en qué momento debe hacerlo.

2.2 Ciclo de la violencia

Las víctimas están encerradas dentro de un bucle, un ciclo violento del cual no saben salir, y a continuación se mostrará el ciclo de la violencia psicológica siguiendo la clasificación de la autora Hirigoyen (2006): En primer lugar se encuentra la fase de tensión, en la que, generalmente, se empieza con una discusión, es la típica fase que las mujeres justifican como que su pareja tenía un mal día o estaba enfadado. El hombre

encontrará cualquier cosa que haga la mujer errónea y la culpará por ello. No la agredirá físicamente, pero habrá numerosos silencios hostiles y miradas llenas de agresividad. Seguidamente, la precede la fase de agresión, que pese al nombre de esta fase, la agresión no tiene que ir dirigida físicamente a la mujer, es decir, el agresor puede insultar, chillar e intimidar a la víctima acercándose demasiado, pero antes de agredirla a ella romperá un objeto o le dará un pequeño empujón. Pequeñas marcas que harán dudar a la mujer de si está siendo agredida o no. En la tercera fase nos encontramos las disculpas, dónde el hombre intentará por todos los medios quitarle importancia a la situación vivida y, en todo, caso buscará excusas y culpará a la mujer de haberlo enfadado. Le pedirá perdón y prometerá que no volverá a vivir ninguna situación así, es más, podrán incluso reconocer que necesitan ayuda pero que si ellas los abandonan no tendrán nada que hacer. Para finalizar, tendrá lugar la fase de reconciliación en la que el hombre se vuelve encantador e intenta por todos sus medios volver a conquistar a su mujer, hacerle creer que nada ha pasado y que todo volverá a ser como antes.

Después de la repetición reiterada de estas 4 fases, las víctimas adoptan la actitud de acomodarse en la realidad que le toca vivir, normalizan el maltrato psicológico, sufren problemas de ansiedad, se someten al maltratador de modo que hacen lo posible para gustarles, obedecen a todo lo que se les ordena, se aíslan de su entorno social y en algunas ocasiones llegan a adoptar actitudes prepotentes.

Si bien el maltrato físico puede causar daños en nuestro cuerpo, el maltrato psicológico puede causar daños en diferentes partes de nuestra persona. Stamateas (2013) explica que los efectos del maltrato psicológico pueden reflejados en el área emocional, de la conducta y nuestra parte espiritual. En la primera, el objetivo es desestabilizar a la víctima de manera que se vuelva completamente vulnerable frente a las emociones. Se intentará por todos los medios volver débil a la víctima de manera que se consiga

ponerla en un estado anímico triste sin importarle que es lo que le conviene para animarla, ya que su objetivo es éste, poner a la víctima en un estado parecido a la depresión. En el área de la conducta, el maltratador se encargará de destruir la autoestima y la voluntad de la víctima, con el fin de que ésta haga todo lo que el maltratador quiera, incluso de un modo muy sutil, será obligada sin que ella se dé cuenta ha realizas las tareas que el agresor quiera. Y en el último espacio, el objetivo básico es apartar a la víctima de sus deseos y sueños. Se basa básicamente en anular la personalidad de la víctima, de modo que sea un mero cuerpo, sin alma ninguna.

Este tipo de maltrato, que también considerado violencia de género, queda recogido en la Ley 1/2004 del 28 de diciembre de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género y así se expresa en el artículo 1.3 de dicha ley³: “Comprende todo acto de violencia física y psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de libertad”.

³ Ley 1/2004 del 28 de diciembre de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género

3. RESULTADOS

3.1. Motivos para acudir al OAV de Reus

Los resultados que se han podido obtener gracias a la observación, entrevistas, lecturas teóricas y estadísticas de la propia OAV, han sido que la mayoría de usuarios que acuden al servicio son mujeres, siendo los datos numéricos correspondientes a 851 mujeres y 119 hombres.

Los motivos por los cuales un usuario puede acudir al servicio son muy diversos, aunque el que predomina es el maltrato físico.

MOTIVO DE ATENCIÓN	OAV
Agresiones sexuales	21
Amenazas	47
Conductas asociales	18
Dificultades de relación	73
Información	2
Maltrato físico	781
Violencia juvenil	5
Otras agresiones	42
Total	989

Fuente: OAV, diciembre 2013⁴

Teniendo en cuenta la tabla mostrada anteriormente, se puede observar que no hay ninguna actuación denominada “maltrato psicológico”, si no que se observa un apartado llamado “amenazas” y otro llamado “otras agresiones”. Se podría decir que es tal la

⁴ Las actuaciones no se corresponden con el total de usuarios por que en algunos usuarios se ha realizado más de una intervención.

invisibilidad de este tipo de maltrato y que son tan mínimas las mujeres que denuncian esta violencia de por sí, que directamente, ya no se cuantifica como tal.

3.2 Motivos por los cuales las víctimas aguantan esta situación

Echeburúa y Redondo (2010) afirman que en el caso de España, solo denuncian entre un 10% y un 30% de las víctimas de violencia, y todo ello cuando ya llevan años sufriendo esta situación.

Los mismos autores describen a las mujeres con una característica común, la de tener un ideal romántico: dar y aguantarlo todo por la persona que se ama, perdonarlo todo, soportar más de lo soportable, aguantar por la familia, etc.

Amalia relataba su historia muy conmovida. A nivel psicológico estaba completamente anulada. Amalia se decidió a pedir ayuda a su familia, pero estos le dieron la espalda y le dijeron que era su marido y tenía que aguantar lo que fuera y perdonárselo todo, por qué él la quería. A Amalia la desbordó esta situación y estuvo unos cuantos años más sufriendo malos tratos, hasta que reunió el valor suficiente para denunciarlo.

Una pregunta muy común es por qué las víctimas siguen con sus parejas, si no son conscientes de lo que están viviendo.

En una entrevista realizada a una usuaria se le preguntó: *“¿Tú no eras consciente que este te estaba maltratando psicológicamente? Su respuesta fue: “No, yo pensaba que tenía un mal día y que todo esto pasaría, no le daba más importancia hasta que al final la situación se ha ido de las manos y me ha golpeado”.*

Es en ese preciso instante, cuando son golpeadas, es cuando son conscientes de que un día el marido las insultó, que al cabo de dos días le empezó a controlar el teléfono o

incluso las seguía. Pero no ponen fin a esta situación, incluso llegan a creer que se comportan de este modo por qué realmente las aman y se preocupan por ellas. Confunden amor con obsesión, ya que, después de hablar con muchas mujeres, todas afirman que sus agresores las quieren, que no saben por qué actúan así, pero que las quieren y que ellas han intentado por todos los medios ayudarlos y curarlos para poder ser felices de nuevo.

María contó que llevaba 10 años de relación con su pareja y que la empezó a maltratar físicamente cuando fueron padres hará unos dos años aproximadamente. Se le pidió que contara cómo era su relación al principio, si su marido era atento con ella, le hablaba bien...María contó que su marido se enfadaba con mucha facilidad y chillaba mucho; que normalmente en estos enfados la insultaba pero ella no le daba importancia por qué un momento de nervios lo tiene cualquiera. Se le hizo entender que estos hechos no son normales en una relación, que una relación de pareja se basa en el respeto y su marido no se lo tuvo en ningún momento.

Por lo que se ha podido observar en las prácticas, muchas mujeres adoptan una actitud “salvadora” hacia su pareja, muchas dicen que el hombre no tiene a nadie más y ellas son quien tienen que ayudarlos.

Carmen reconocía que era la enfermera de su marido. Éste llevaba 15 años en tratamiento de metadona y su familia se había desatendido de él por completo. Contaba que su marido le daba pena y que sin ella caería más hondo por lo que no podía dejarle. Prefería aguantar los malos tratos e irse del domicilio cuando su marido se pusiera agresivo a dejarlo solo.

También se ha podido observar que el maltrato psicológico se prolonga por mucho que cesen los golpes. Incluso una vez finalizada la relación, el hombre sigue amenazando a

la mujer y la coacciona para que vuelva con él, poniendo en peligro su vida o amenazando la vida de sus seres más queridos, como podrían ser los hijos en común. Esto impide que las mujeres se recuperen con más facilidad si no acuden a ayuda psicológica o terapéutica, ya que siguen siendo vulnerables a las palabras de sus ex parejas.

Irene se mostraba desesperada. Ya hacía dos años que había finalizado la relación con su marido pero éste seguía acosándola telefónica y físicamente. La amenazó con que le quitaría la custodia de sus hijos, le decía que era una mala madre y que sin él no sería nada.

La dependencia emocional, influida por una baja autoestima de la mujer, también es un factor que ayuda a que la mujer siga con su pareja aguantando el maltrato. Hay víctimas que creen que por su edad, situación económica...no encontrarán a otra persona que las quiera (si es que la relación que mantienen actualmente puede llamarse amor) porque su autoestima está totalmente destruida.

Hace 7 años que Amparo se divorció de su marido pero a pesar del tiempo, él la seguía amenazando. De todos modos, ella seguía pensando constantemente en él, decía que él podía cambiar y no paraba de nombrarlo. Por mucho que dijera que ya lo tenía superado, lo único que le importaba era su ex pareja.

Muchas mujeres se llegan a acostumbrar a que las maltraten, sobre todo si el maltrato psicológico ha sido sutil y gradual, y por ello, no saben o se olvidan de cómo es una relación basada en el amor y en el respeto. Las víctimas creen estar viviendo una pesadilla y no son conscientes de que ellas son el reflejo de las mujeres que han sido asesinadas por sus parejas, ya que la mayoría, empezaron cómo ellas, con un *insignificante* insulto.

Cuando en la relación existen hijos de por medio es un factor que ayuda a que las mujeres sigan con sus parejas. No quieren separar a los hijos de sus padres y, es más, muchas han afirmado que han intentado por todos los medios ocultar esa situación y no han contado nada a nadie, hasta que no ha sido demasiado tarde, ya sea por vergüenza o por miedo (normalmente una combinación de los dos factores).

Se ha podido observar que algunas mujeres ya estaban acostumbradas a que las despreciaran cuando eran niñas, probablemente porque alguno de sus progenitores las maltratará o si no, porque han crecido en un hogar donde reinaba el maltrato. Algunas de las víctimas han normalizado tanto estas situaciones que adoptan una actitud sumisa y de total devoción hacia su pareja. De ahí la importancia de que los niños no crezcan en unos ambientes violentos. Además de que muchos también son agredidos por sus padres.

Lucía fue maltratada psicológica y físicamente por su madre. Una vez adulta, el padre de su hijo la maltrató físicamente. Su segunda pareja también la golpeó, y su tercera pareja la maltrataba psicológicamente. Lucía reconoció que estaba acostumbrada a que la trataran mal y por eso había entrado en este bucle, incluso llegó a afirmar que atraía a los maltratadores.

A lo largo de las muchas entrevistas presenciadas en el periodo de prácticas, se ha observado que las víctimas no catalogan un insulto como un maltrato psicológico. Para muchas personas (no solo víctimas), la violencia verbal no la consideran como tal, no le dan la importancia que requiere, y es que con las palabras, puede hacerse mucho más daño que con los golpes, por qué las cicatrices del alma son las que más cuestan de sanar.

El sentimiento intrínseco de soledad que experimentan las víctimas en su interior es una variable que cabe destacar, ya que las usuarias creen que son las únicas mujeres en el mundo en vivir esta situación. Les cuesta creer que haya más personas que están pasando por lo mismo, porque en cierto modo, ni ellas se creen protagonistas de una historia como ésta.

Acompañando al sentimiento de soledad también va ligada la esperanza de cambio. Al estar tan enamoradas de sus agresores son capaces de soportar cualquier desprecio pensando que algún día ellos cambiarán y volverán a ser los hombres de los que se enamoraron. Pero lo cierto es que, un maltratador no es una persona que tenga problemas mentales, simplemente es un maltratador, y los agresores no cambian ya que ellos no son conscientes de que tengan un problema. Con la ayuda de terapeutas y psiquiatras pueden aprender a controlar su ira y su agresividad, pero ellos deben ser conscientes del problema que tienen. Esta esperanza de cambio es la que ayuda a la víctima a soportar esta situación.

Paloma estuvo casada 30 años con su marido y esperó 30 años a que él cambiará. Ella reconoció que nunca vio unas actitudes normales pero que hasta los 5 años de matrimonio no la golpeó. Aguantó por sus hijos y por qué creía que su marido cambiaría y algún día podrían ser felices.

Sobre todo la esperanza es lo que hace que las víctimas soporten estas humillaciones, el deseo auto engañándose ellas mismas de que un día todo volverá a ser como antes, por qué un maltratador no se muestra cómo tal el primer día. Todo lleva su proceso y en un primer momento suelen ser personas agradables y cariñosas. Las víctimas confían en que esa actitud vuelva y además, como que después de cada episodio suele venir la fase

de las disculpas, ellas vuelven a creer que ha sido un mal momento y que ya ha pasado. Hasta el próximo insulto.

Se ha sido testigo de cómo muchas mujeres han afirmado que les dolían más las palabras que los golpes. No logran entender por qué les pasa esto, que han hecho ellas para que sus parejas se enfaden. Intentan buscarle lógica a todo, pero lo cierto es que no hay ningún tipo de lógica. La situación las confunde, y el problema verdadero está cuando las víctimas confunden violencia con amor. Intentan auto engañarse haciéndose creer que si no las quisieran las ignorarían, que si los agresores se enfadan es porque les importan. Y aquí viene el principal error. Una vez la víctima ha caído en este pensamiento es muy difícil poder salir de aquí.

La mayoría de usuarias sienten tal vergüenza al estar sufriendo esta situación que intentan camuflarla y no cuentan nada a nadie, ni siquiera a sus seres más queridos, probablemente por qué el agresor ya se habrá encargado de aislar a su mujer. De todos modos, la mujer no quiere ir comentarios que le puedan producir más alboroto a su mente. Es decir, si una mujer maltratada les cuenta a sus familiares lo que le está pasando, estos probablemente, la animarán a que denuncie y ponga fin a esa situación, y ellas no quieren oír esto. Quieren escuchar que todo pasará y que su pareja es un buen hombre, pero ellas mismas saben que estas palabras no las van a tener, así que, prefieren callarse y seguir auto engañándose.

Además, la mayoría de mujeres maltratadas, al haber sufrido tanto, no le dan importancia alguna al maltrato psicológico. Para ellas, y para la mayoría de la sociedad, es mucho más visible el maltrato físico que no el psicológico. Más que visible, estaría mejor dicho, que se le da más importancia al maltrato físico que al psicológico, sin ser

conscientes de que si detectáramos el maltrato psicológico, probablemente evitaríamos el físico y sufrir daños mayores.

Dolores comentó que gracias al soporte psicológico y social puedo sanar las heridas que le dejó el maltrato psicológico aunque le costó mucho tiempo superarlo. Contó que le fue muy difícil entender que ella no era culpable de nada y que tarde o temprano saldría de este pozo. Su autoestima mejoró muchísimo y ya no se sentía con la obligación de ser la salvadora de su ex marido.

Uno de los resultados que más ha sorprendido es que hay muchas chicas jóvenes de entre 18 a 30 años que son víctimas del maltrato psicológico. Las nuevas generaciones también consienten estos malos tratos porque no son conscientes de ellos. Muchas de ellas al hablar, manifestaban que tampoco era tan extraño que sus parejas quisieran mirarles el móvil o saber dónde estaban en todo momento; decían que se preocupaban por ellas.

Alba mantuvo con su pareja una relación de 3 meses. Su novio se enfadaba habitualmente, la llegó a insultar y le miraba el móvil constantemente. Creía que su novio se preocupaba por ella hasta que una noche en la discoteca su novio la vio hablando con un amigo y le rompió un vaso en la mano.

3.3 ¿Por qué no las víctimas no denuncian el maltrato psicológico?

Por mucho que haya una ley que ampare la violencia de género, todos somos conscientes que no da los resultados óptimos. Cada vez hay más mujeres asesinadas por año y eso es culpa de la sociedad en la que vivimos. Probablemente habría que hacer más tareas de prevención para evitar que hubiera estos problemas.

El desconocimiento y la ignorancia son unos factores muy importantes a tener en cuenta, ya que muchas mujeres desconocen que se pueda denunciar el maltrato psicológico. La mayoría de mujeres atendidas en el OAV creían que si no tenían un informe médico del hospital, si no se presentaban en la comisaría de la policía para denunciar llenas de golpes o si no había ningún testigo que las pudiera amparar, pensaban que era inútil tomar medidas legales ya que nadie las iba a creer. Pero lo que desconocen muchas mujeres es que como violencia de género se reconoce aquel maltrato físico, psicológico o sexual ejercido de un hombre hacia una mujer. Y así lo recoge la Ley 1/2004 del 28 de diciembre de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.

Fátima nos preguntó cómo podía denunciar a su pareja si no tenía marcas físicas. Le explicamos que el maltrato psicológico puede denunciarse pero ella no sabía cómo demostrarlo ya que no tenía pruebas. Afirmaba que su marido era muy inteligente y nunca le pegó para que no fuera al hospital.

Además, muchas mujeres no reconocen este maltrato. Ya se ha comentado anteriormente, que el maltrato psicológico puede llegar a ser muy subjetivo e influenciado dependiendo del carácter de cada persona.

Lola decía que su hija sólo la insultaba. Alguna vez le había empujado y escupido en la cara, pero que no le había pegado. Sólo la insultaba y la amenazaba y no sabía qué hacer. No quería denunciarla ya que ella misma no reconocía el maltrato, y además, se sentía culpable nada más pensar que tenía la posibilidad de denunciar a su propia hija.

Algunas mujeres sentían mucha vergüenza ya que no sabían que iban a pensar sus familiares de ellas. El miedo al rechazo, el miedo a rehacer su vida de nuevo les impedía afrontar la situación y reunir el valor suficiente para poner fin al maltrato.

Montserrat contaba que le daba mucha vergüenza contar a sus padres lo que estaba pasando por qué no sabía lo que podían pensar de ella. Le inundaba la inseguridad. Decía que no quería preocuparles porque sus padres ya eran mayores, pero la realidad es que quería mantener los malos tratos en secreto para que nadie pudiera compadecerse de ella.

El miedo a las represalias también las bloquea. Al no tener evidencias físicas, creen que las personas podrán tacharlas de locas o que se reirán de ellas y que nadie las creerá, porque la propia sociedad tampoco es consciente de este tipo de maltrato.

También sienten miedo de lo que el agresor les pueda hacer si se atreven a denunciar. Piensan que si denuncian será peor y que su integridad física o la de sus seres queridos están en peligro.

Patricia había denunciado una situación de malos tratos físicos. Durante los 7 años de matrimonio, ella nos contó que su marido “sólo” le había pegado tres veces. Pero mientras duró el matrimonio la menospreció y controló constantemente, aunque ella no lo reconocía. Como consecuencia de la denuncia, a su marido se le había condenado a una orden de alejamiento. Patricia contó que estaba muy asustada ya que su marido le amenazó diciéndole que si nunca regresaba a Colombia haría que la mataran. Y lo más escalofriante, es que ella lo veía capaz de hacerlo.

Las víctimas están confusas y desconfían de la justicia por que el desconocimiento las hace desconfiar. Este desconocimiento junto con el miedo, hacen que se sientan desprotegidas y no se atreven a denunciar los hechos. Además que muchas de ellas cuando denuncian, siguen enamoradas de sus maridos o parejas y no quieren que les pase nada malo.

Tania decía que quería finalizar la relación. Ya había denunciado dos veces, pero al final nunca se atrevía a declarar por qué decía que su marido le había pedido perdón y que la quería. Ella confiaba ciegamente en las palabras de su marido y la posibilidad de cambio. Tania reconocía que amaba a su marido y que no quería que fuera a la cárcel por qué era buena persona, solo que se ponía agresivo cuando bebía.

4. CONCLUSIONES Y DISCUSIONES

La finalidad de este artículo era averiguar, gracias a testimonios reales de mujeres víctimas de los malos tratos, por qué éstas soportaban esta situación. Se cree que no se puede herir de palabra, o mejor dicho, que un golpe duele más que una palabra. Y en cierto modo esta afirmación es real, pero lo que también es real es que una herida física cicatriza antes mientras que una herida psicológica, si no se trata de la manera adecuada, puede ser crónica.

¿Cuándo se habla de maltrato psicológico y cuándo se habla de simples discusiones? Bien es cierto que todas las parejas tienen discusiones, es una naturaleza que va intrínseca en las relaciones sociales ya que como seres humanos que somos, tendimos a tener diferentes puntos de vista y a discutir por defender nuestras opiniones.

La repetición habitual de los menosprecios, las amenazas y los insultos son claves para poder detectar si hay un maltrato. Pero es una cuestión muy subjetiva, ya que, probablemente, una persona con un carácter más débil, le afectará antes una palabra mal dicha que no a una persona que tenga un carácter más fuerte.

Lo que se ha podido observar es que hay un conjunto de sentimientos contradictorios en el interior de las mujeres que hacen que no sean conscientes de esta situación: el ideal romántico, la soledad, la baja autoestima y la dependencia emocional son las consecuencias que se derivan después de haber sufrido malos tratos de cualquier tipo. La víctima está confusa y no sabe cómo debe gestionar esta situación. Además, el hecho de que el agresor la manipule emocionalmente, hace que la mujer se crea culpable de lo que está sucediendo.

El maltrato psicológico es invisible para ellas, ya que, han normalizado la situación, es decir, se han acostumbrado a que les traten mal y las menosprecien, y solo detectan el maltrato si existe violencia física de por medio.

El respeto es básico y esencial en una relación de pareja, pero que en un momento dado haya una discusión en la que se eleve el tono un poco más de lo normal no puede considerarse un maltrato psicológico, ya que todos en un momento dado podemos perder los papeles. Por este motivo muchas mujeres no saben distinguir la línea que separa un episodio puntual a un hecho reiterado, ya que, acompañando la sumisión y el sentimiento de culpa, va la personalidad de cada víctima.

Además, el hecho de haber constituido una familia, es un factor que dificulta que la mujer decida poner solución a esta situación, y es que, el agresor utiliza a los hijos, padres o seres queridos para amenazar y extorsionar a su víctima.

Con tanto sufrimiento, las mujeres, no pierden la esperanza de que el agresor cambie. Según las protagonistas de las víctimas realizadas este pensamiento era el que les daba más fuerza para soportar el maltrato.

Las propias mujeres también son las que hacen invisible esta situación, ya que, al no reconocer el maltrato y al tener un sentimiento de vergüenza, intentan llevarlo lo más en secreto posible. Creen que sus familiares les reñirán por soportar esta situación, otras piensan que les darán la espalda y otras, simplemente, se bloquean y no saben qué hacer ni a quién acudir.

El desconocimiento es un factor importante, ya que pocas mujeres de las entrevistadas, sabían de la existencia de recursos para mujeres víctimas de violencia de género, quién las podía ayudar, tampoco sabían que el maltrato psicológico como tal puede ser denunciado, ya que no tenían como demostrarlo. Lo que no saben las mujeres es que si

se acude a un profesional de la psicología y éste considera que su paciente está recibiendo maltrato psicológico, redacta un informe y es una prueba más que válida para el juez. También es fundamental el papel que puedan jugar los testigos: si hay hijos, familiares o amigos que han presenciado los desprecios y amenazas, también se puede denunciar y estos testificar en el juicio.

Provenimos de una sociedad patriarcal, en la que figura del hombre ha tenido un peso esencial por lo que hace a la constitución de la familia. El modelo de sociedad tradicional se caracterizaba por la importancia y el poder de la figura masculina. Lo que tenemos hoy en día son los resquicios de esa sociedad machista y quizás se debería ir avanzando, educando a las nuevas generaciones en el contexto de la igualdad y el respeto.

Se ha podido observar que nuestra sociedad está acostumbrada a hablarse de malas maneras e incluso insultarse, por este motivo, es más difícil de reconocer este tipo de maltrato, porque lo que muchas veces empieza siendo una broma acaba siendo un delito.

Por eso es importante, que ya en los centros educativos, se enseñe a los alumnos sobre este asunto, un tema que está al orden del día, que cada día mueren mujeres a manos de sus parejas y sí la ley no acaba de funcionar adecuadamente más valdría hacer un trabajo de prevención. Dar técnicas a los más jóvenes para que detectaran estos comportamientos a tiempo y así, poco a poco, poder poner fin a esta problemática.

Los medios de comunicación tampoco dan la difusión necesaria a este tipo de maltrato, quizás por qué cuesta de detectar o quizá por qué es una cuestión un tanto subjetiva, por eso hay que marcar unas pautas adecuadas para poder visualizar y dar la importancia

merecida a esta maltrato, ya que estamos hablando de un problema que afecta a todas las sociedades, edades, culturas y religiones.

El respeto es fundamental. Dejando de lado el maltrato, nuestra sociedad se pierde el respeto a la mínima de cambio, todo se *soluciona* con insultos, chillidos o vejando a la otra parte.

Necesitamos un cambio, un cambio profundo en lo que hace educación, respeto y legislación para poder poner fin a esta situación y hacer que la sociedad también denuncia el maltrato psicológico, ya que no es necesario que haya golpes para herir a una persona.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Hirigoyen, Marie-France. 2001. El acoso moral. Paidós Contextos: Barcelona.

_____.2006. Mujeres Maltratadas. Mecanismos de la Violencia en la pareja”. Paidós Contextos: Barcelona.

Cabrera, Amparo. 2013. “La descripción de la violencia de género psicológica contra la pareja”. 2013: 1. //http://www.thesauro.com/imagenes/41006-2.pdf [5 abril 2014].

Consuelo Ruiz-Jarabo y Pilar Blanco Prieto. 2004 .La violencia contra las mujeres: prevención y detección. Ediciones Díaz de Santos: Madrid.

Echeburúa y Redondo. 2010. ¿Por qué víctima es femenino y agresor masculino? La violencia contra la pareja y las agresiones sexuales. Psicología Pirámide: Madrid.

Instituto de la Mujer. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

Stamateas, Bernardo. 2013. No em maltractis. Ediciones B, S.A: Barcelona

Taverniers, K. 2001. “Abuso emocional en parejas heterosexuales”. Revista Argentina de Sexualidad Humana, 15 (1): 28-34.

United Nations General Assembly. 1993. Declaration on the elimination of violence against women. //http://www.un.org/documents/ga/res/48/a48r104.htm [26 marzo 2014].

PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LA REVISTA

La revista escogida para presentar el artículo se llama “Raudem: Revista de la Asociación Universitaria de Estudios de las Mujeres” perteneciente a la Universidad de Almería. Su publicación es anual, siendo el periodo apto para el envío del artículo entre el 15 de enero y el 30 de setiembre de 2014. El artículo ha sido escrito bajo las normas de publicación de la revista, siguiendo rigurosamente el tamaño de la fuente y el interlineado.

Esta revista va dirigida a la comunidad académica internacional y a todo aquél que esté interesado en los Estudios de las Mujeres, Estudios Feministas y Estudios de Género.

Es una revista en la que la finalidad básica es la de publicar cualquier tema que esté relacionado con el género femenino, desde el campo de la sexualidad, pasando por la economía y llegando a la salud. Abarca todos los temas que puedan envolver a las mujeres.

Por este motivo, me decidí a elegir esta revista, ya que es una revista que va dirigida exclusivamente a los estudios sobre las mujeres para poder difundir temas de interés y problemáticas que afectan a éstas, esperando que el público lector pueda interiorizar la idea del maltrato psicológico y, sobre todo, que el público femenino, sea consciente de esta problemática que envuelve a nuestra sociedad, y a todas las sociedades en general.

Creo que el tema elegido encaja perfectamente en esta revista, por sus contenidos y por qué la temática global de la revista es el estudio del género femenino.



Heridas en el alma: La invisibilidad del maltrato psicológico en la mujer by [Pàmies Marco, Meritxell](#) is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional License](#).

Puede hallar permisos más allá de los concedidos con esta licencia en <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>