

Reportaje

## El abuso... Antesala a la violencia...

**Psic. Ma Safira Escalante Loera**

Existen tres razones personales para hablar sobre el abuso. La primera, parte de la práctica psicoterapéutica que ejerzo desde hace un par de años, cuando me doy cuenta que el tema de abuso es uno de las situaciones más recurrentes y difíciles de detectar por el propio paciente.

La segunda razón nace el año pasado, cuando asistí al taller “ética y sexualidad”, impartido en el Centro San Camilo, A.C., por el Hno. José Carlos Bermejo, director del Centro de Humanización de la Salud, en Madrid. En este taller terminé de darme cuenta de que el abuso es un tema tan común en nuestro entorno como secretamente padecido en hombres y mujeres, presente en todas las edades, que se convierte en un tema tabú, prohibido, intocable e incuestionable en algunas familias; dejando ver que *sufre quien recibe el abuso* y también *sufre quien lo ejerce*. Entendí la necesidad de abordar el tema desde un aspecto esencial del ser humano: la escucha y la empatía, “ponerse en el lugar del otro”; comprender el mundo íntimo de los sentimientos, la historia, el pensar y actuar de las personas involucradas.

La tercera razón giró mi atención a mi razón y afectos; asistí a una ceremonia el domingo de pascua: el religioso, en su sermón, pronunció las palabras “*animarse a hablar*” de la violencia que inicia en el lugar que suele pasar más *frecuentemente* y al mismo tiempo resulta ser el lugar menos esperado: *el seno familiar*. Recordé lo propio, lo que me toca reconocer, escenas en las que efectivamente me he visto envuelta en situaciones con tintes de abuso y violencia en la familia. Enseguida, nos invitaron a compartir alguna reflexión, lo cual significó para mí una oportunidad de mencionarlo, si ya había alguien que se atrevió a abrir el tema por qué no unirme a ese esfuerzo, a ese tema que no es, desde mi opinión, fácil de manifestar. Les comparto que me costó animarme a “hablar”, pero todo pasó en cuestión de segundos; por mi mente pasaban tantos “*peros*” para aplacarme y callarme, pero descubrí que era mi miedo el que se hacía presente; mi cuerpo al igual que mi voz temblaba, apreté mis manos frías, como también mi estómago y mi corazón empezó a latir más rápido,...;sentí que se me quería salir!, en realidad la que quería salir de la capilla, con rapidez, era yo, sin embargo, un nuevo pensamiento en mí floreció, como *vocecita interna se instaló*; yo me decía “*valor mujer, no pasa nada...*”. Enseguida respiré, caminé hacia el altar y tenía la sensación de pisar en el aire, no sentía el piso, mis piernas temblaban, como si empezaran a enseñarse a sostenerse, eran mis nervios que me calibraban, pero no dejaba de respirar profundo, era mi centro, hasta que conseguí aterrizar, sentir mis piernas y apropiarme de mi cuerpo; fue cuando empecé a compartir, mirando a mi familia y decirles cuánto hay que reconocer y hablar al respecto. Me sentí desnuda, expuesta, tocando una fibra sensible, delgada y vulnerable en nosotros. *Qué momento de tensión y al mismo tiempo de descanso*, como de quien siente *la piedra en el zapato*, y le lastima, decide tomarla entre sus manos, la toca, respira, la revira, se emociona y la reconoce.

Partiendo de las anteriores motivaciones, me di a la tarea de consultar algunos documentos que hablaran sobre el abuso: me ha llamado la atención encontrarme con lenguajes que han caído en lo común al referirlo como sinónimo de violencia o aquel que forma parte de ella, sin mediar definición alguna. A manera de ejemplo tenemos abuso físico y violencia física,

abuso emocional y violencia emocional, violencia sexual y abuso sexual, etc. Al respecto encontré que, para empezar, algunos autores mencionan que no resulta claro definir el concepto de violencia. Es complejo llegar a una aproximación científica porque nos metemos en asuntos de apreciaciones, subjetividades etc., donde ponemos en juego una enorme diversidad de interpretaciones o creencias para evaluar lo que pensamos, percibimos, sentimos y hacemos. A partir de esas interpretaciones sobre nuestra experiencia es que “sabemos” o tenemos “duda” de lo que pasa.

Por eso se ha dicho que el acto de violencia se puede definir de varias maneras, según quién lo haga y con qué propósito. Tomando en cuenta este dato, vamos a partir del aporte que hace la Organización Panamericana de la Salud (OPS) para la Organización Mundial de la Salud (OMS), la cual ha considerado **la violencia** como *un problema de salud pública*, y la define como *el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, 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* (Informe mundial sobre violencia y salud. Organización Panamericana de la Salud para la Organización Mundial de la Salud. Washington, D. C. 2003). La definición hace referencia a *actos violentos* ejercida en tres grandes sistemas:

1) Violencia dirigida contra uno mismo: el daño o castigo impuesto por uno mismo; comportamiento suicida; autolesiones, la automutilación, plantearse quitarse la vida, preparar su estrategia y la consumación del acto.

2) Violencia interpersonal: el daño o castigo impuesto por otro individuo o grupo pequeño de individuos. Se refiere al acto de violencia entre los miembros de la familia; papá, mamá, hermanos, hijos (de diferentes edades), tíos, parientes, abuelos, de pareja o compañeros sentimentales. El acto violento puede acontecer en el hogar, como en otros lugares. En este mismo grupo podemos incluir el acto de violencia ejercido en la comunidad, es decir fuera del hogar y se refiere a extraños, amistades, conocidos esporádicos, vecinos, amigos de escuela, barrio, colonia.

3) Violencia colectiva. El daño o castigo impuesto por grupos sociales más grandes; es el uso instrumental de la violencia, con el objeto de lograr objetivos políticos, económicos o sociales. Ejemplo de ello tenemos los conflictos armados dentro de los Estados o entre ellos; genocidio, represión, diferentes violaciones a los derechos humanos como terrorismo y crimen organizado.

Cabe señalar, que los actos violentos ejercidos en los tres sistemas están inter-relacionados. Sin embargo para su comprensión se cataloga de esta forma. Sólo reflexionemos en la posible experiencia de vida de quien ejerce la violencia colectiva, es probable que antes viviera la violencia interpersonal, como también el que vive su autodestrucción es muy probable que en el seno familiar ya experimentara una serie de actos destructivos o agresivos.

De hecho, la misma Organización Panamericana de la Salud (OPS), aclara que *no hay una propia raíz para explicar el origen de la violencia*. Sin embargo, bajo su modelo ecológico intenta dar a conocer la naturaleza polifacética de la violencia; la combinación e interacción de los tres sistemas de actos de violencia mencionados anteriormente.

Humberto Madera (Doctor en Ciencias del Comportamiento, fundador del Colegio de Psicólogos Jurídicos y Criminólogos de Jalisco), ofrece un aporte que considero importante: nos dice que la violencia y la agresividad son *mecanismos naturales de*

*supervivencia*. Sin embargo nuestro cerebro funciona de tal forma que emite una señal que disminuye la furia para *detener la agresividad*. La mayor parte de los actos violentos son cometidos por personas con "cerebros perfectamente normales"; para él, la violencia es un asunto de educación, de información y formación que tienen las personas en el ámbito familiar y social, donde los factores psicológicos y de percepción son relevantes para retomar su historia personal y el ambiente en el que se desarrollan lo que *construye su capacidad de ubicar sus emociones y formarse su criterio de lo que está bien y lo que está mal*. Esto quiere decir que tenemos la *capacidad de parar* el acto violento de una manera consciente y reflexiva, y no sólo dejarse llevar por el mecanismo natural del cuerpo, como cuando llora, grita y se intimida al momento de ser violentado. Y por otra parte es posible que la persona pueda retomar las experiencias donde ha recibido o ejercido, según se trate, actos violentos.

Otro autor de renombre, Rogelio Marcial Vázquez (Doctor en Ciencias Sociales por El Colegio de Jalisco. Profesor- Investigador del Departamento de Estudios de la Comunicación Social de la Universidad de Guadalajara), hace un estudio sobre violencia en parejas jóvenes y menciona que el fenómeno de la violencia se debe *extender a entenderse como proceso*, y no como una visión estática, donde la atención está en la víctima y victimario, "él malo y ella buena", o viceversa, del mismo género o no, pero hay alguien que resulta el bueno y el malo. Él la llama "la dinámica de la dicotomía moralizante", que partiendo de ella, se deja de lado el análisis de todo el proceso que se fue construyendo socialmente a través del tiempo y que desembocó en una situación de daño. Dejar de ver la violencia como proceso, implica dejar de ver lo complejo y *multicausal* que resulta ser, además de que se deja de ver el círculo vicioso que se va generando de los actos violentos, hasta el grado de adoptarlos como estilos de vida y justificarlos como actos "normales".

El hombre, según Kant, es un "*animal de costumbres*" y, evidentemente, podemos afirmar que el abuso es una "costumbre" que adquirimos como parte de nuestro ser social. Cada sociedad conforma a sus miembros, de una manera diferente a lo que otra sociedad lo hace. Sin embargo, tenemos similitudes respecto de otras sociedades y culturas, sin importar la distancia y el tiempo que nos separa.

Para tratar de explicar esta forma de ser de los seres humanos, vamos a recurrir a un postulado que desde la antropología filosófica explica: *todo lo que hacemos nos hace*. Es decir, cada una de las acciones que como personas nos dedicamos a repetir, nos van conformando como la persona en la que nos vamos construyendo. Los seres humanos somos una construcción tanto social como personal y de nuestro entorno que se refuerza o se modifica con los actos o las acciones que constantemente repetimos. Cada acción, entre más constante se lleve a cabo, nos define como la persona que nos *construimos*. Es verdad que una sola acción aislada no nos define, sin embargo nos da elementos para ser o no de una determinada manera. Los seres humanos tenemos, a diferencia de otros seres, elementos propios y únicos que no se encuentran en ningún otro: conciencia, voluntad y sobre todo responsabilidad.

Para tratar de explicar el abuso y al mismo tiempo hacer una diferencia respecto a la violencia, nos vamos a referir a él desde el "*maltrato*" que se ejerce con más frecuencia de la que se cree en nuestra interacción con los demás. Una diferencia que existe entre la violencia y el abuso, es que en la primera hay una intención o voluntad de hacer daño, en la segunda no la hay, sin embargo, se genera daño. Han escuchado la frase "todo te sale mal,

por tu culpa, no sabes hacerlo, fíjate bien, hazlo rápido, deberías ser o hacerlo como él o ella, etc.”, agréguele los diversos tonos de voz, gestos, chasquear los dedos, intimidaciones corporales de quien las dice, sin olvidar los probables pellizcos y empujones. Sigamos sumando, ¿quiénes serán los personajes que lo hacen?: la mamá, el papá, la pareja, los novios, los hijos, los hermanos, los tíos, maestros, profesores, obreros, profesionistas, religiosos, amigos, compañeros de escuela, desconocidos, vecinos, etc. Ahora ¿dónde lo ejercen?: en la casa, oficina, escuela, calle, colonia, templo, fiesta, reuniones, convivencias, vacaciones, etc. ¿En qué momento?: a la hora de comer, dando clases, manejando camino al colegio, saliendo de casa, mientras se hacen las compras. Y por último ¿con qué frecuencia?: una vez al día, una semana, unos meses, un año, muchos años. Al terminar este ejercicio, dígame: ¿cuál es su imagen, escena, recuerdo o pensamiento y cuál es su sentir inmediato?

*El maltrato* tiene que ver con la dificultad personal de educar y comunicarse con los otros de una manera funcional o satisfactoria, generando daño en la integridad de las personas, sea cual sea su edad y profesión, vocación o relación.

El abuso cumple con dos criterios básicos para identificarlo: 1) coerción: hacer presión, uso de la fuerza para doblegar, controlar y dominar al otro para su conveniencia. 2) asimetría de edad, generalmente el agresor debe ser significativamente mayor que la víctima, aunque no necesariamente mayor de edad en el momento que se está ejerciendo el abuso. La persona mayor, va subiendo tonalidades, gestos, golpes y fuerza...se “*enogran*”, dirían los niños refiriéndose a *ogros verdes de enojo*.

El grado de daño dependerá de la *intensidad, frecuencia y severidad* con que se vive el abuso... *y no se hable*. Cuando no se atiende éste proceso de abuso, es muy probable que la persona dé paso al siguiente escalón... *la violencia*.

Al abuso al igual que la violencia, hay que identificarlo como un proceso, porque son fenómenos complejos y multi-causales. Así tenemos el abuso físico, emocional, sexual, laboral, social etc., por mencionar los más conocidos. Sin embargo, existen más con sus peculiaridades, personaje, historia, daño y situación. Dependerá de cada persona darse a la tarea de aprender a conocerlo y atenderlo, según se quiera.

La *buena nueva* es que en la actualidad existen personas que han creado sus métodos de intervenir para la re-educación del tema y con una visión en vías de la humanización: formar, informar y acompañar en el proceso. Ante una actividad o acto de abuso, la persona es afectada en toda su integridad, estamos hablando de su cuerpo y mente íntimamente conectados, es decir, todo lo que hacen, piensan y sienten influye sobre su bienestar físico y salud. La toma de conciencia de nuestras emociones nos permite avanzar en saber quiénes somos, aunque aquello que sintamos pueda ser desagradable, porque ahí también estará la respuesta.

Existen varias formas o métodos de abordaje, uno de ellos es *el Método Guía de Autoconocimiento; las 4 R* (Registrar, Reconocer, Responder y Relatar) a través de juegos didácticos, que facilitan el proceso de re-significar la experiencia de abuso. ¿Quién puede aprender este método guía? el niño, el joven, el adulto, los integrantes de una familia, los amigos, los novios, los esposos, los que estén a cargo de grupos, los que lo necesiten. En Centro San Camilo A.C, el 24 de septiembre, se impartirá el taller el abuso, utilizando éste método de autoconocimiento. ¡Ven!, aquí te espero para compartir y re-significar nuestra vida.