

LA VIDA IMPORTA: LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

La violencia doméstica es un azote oculto que afecta a nuestras familias y comunidades. Sus víctimas mantienen el asunto en privado, por varias razones: temor, vergüenza, esfuerzos bien intencionados por preservar la familia. Los agresores, si es que alguna vez reconocen su problema, es improbable que accedan a tratarlo. Alcanza a mucha gente y no conoce fronteras de raza, clases sociales, etnia, credo religioso o edad (la mayoría de las víctimas son agredidas por primera vez en su adolescencia). Las estadísticas indican que una de cada cuatro mujeres sufre violencia doméstica en algún momento de su vida, y que tres de cada cuatro estadounidenses conoce a alguna víctima, aunque la mayoría de los casos no son informados a las autoridades. La gran mayoría de las víctimas son mujeres, mientras se estima que 15% son hombres.

Se recurre usualmente a la violencia doméstica y el abuso emocional en una relación con el fin de controlar a la víctima. Pueden ser personas casadas, que viven juntas o “que salen”. El abuso emocional incluye insultos personales, jalones, impedir el contacto con familiares o amigos; retener el dinero, evitar que el compañero trabaje; amenazar con daño físico o causarlo (golpear, empujar), agresión sexual, acechar e intimidar. En su encíclica *El Evangelio de la Vida* el beato Juan Pablo II resaltó la gravedad del asunto: “En la raíz de cada violencia contra el prójimo se cede a la lógica del maligno, es decir, de aquél que “era homicida desde el principio” (Juan 8, 44)”. El Pontífice también delineó la importancia de la familia como comunidad primaria de vida y amor en la cual los niños se nutren. Cuán vital es, entonces, entender la forma de mantener a los miembros de la familia a salvo de la violencia en sus hogares, y cómo sanar y reunificar a aquellas familias donde ha sucedido la violencia, cuando sea posible.

La persona lastimada

Las personas que sufren violencia doméstica frecuentemente son catalogadas de “víctimas” o, si la situación ha sido resuelta, entonces se denominan “sobrevivientes”; pero, es más importante recordar que son Hijos de Dios, con una dignidad inherente, merecedores de nuestro amor y respeto. Esto es especialmente cierto porque como personas abusadas, frecuentemente están abrumadas por sentimientos de vergüenza, temor y depresión, y han perdido de vista el hecho esencial de su dignidad y su valía para ser amadas. A veces suelen también tomar decisiones que hacen que un observador (familiar o amigo) cuestione

su sano juicio, o llegue a sentirse frustrado porque permanezcan en una situación a todas luces peligrosa e irrecuperable.



Se acepta comúnmente que la violencia doméstica en vez de manifestarse como incidente aislado, constituye un patrón de conducta de parte de alguien dirigido a establecer y mantener el poder y el control sobre otra persona. Este patrón es descrito como un “ciclo de violencia” cuya severidad se incrementa con cada episodio. Cada “ciclo” comienza por “echarle un gancho”: el agresor crea una situación en la cual la víctima no tiene otra opción que no sea reaccionar de forma que, en la mente de aquel, justifica la agresión. Tras el episodio de violencia, el agresor teme ser considerado responsable, y así puede que pida disculpas o presente excusas o prometa no volver a hacerlo jamás; o tal vez recurra a dádivas para lidiar con sus sentimientos de culpa o evitar que la víctima lo delate. A continuación, sin embargo, el agresor podría tratar de justificar el incidente como la culpa de la víctima, o reanudar “su vida cotidiana” como si nada hubiese ocurrido. El agresor espera que la víctima participará en el encubrimiento. Finalmente, el agresor proyecta tanto el pasado como el futuro de una manera que lleva al agresor a “echar otro gancho” que cree el próximo episodio de violencia.

Algunas víctimas de abuso doméstico tienen una tendencia a “normalizar” el comportamiento violento sobre la base de experiencias habidas en su familia de origen, en las cuales se debatieron con su sentido de autoestima, fijación de límites o dependencia emocional. A pesar de que la familia de origen era disfuncional, su insano equilibrio es la única cosa que la persona recuerda. Consecuentemente, la persona puede sentirse culpable por haber sopesado el traicionar al agresor, o teme ser juzgada o privada de afecto si revela el caso o intenta separarse. Estas

personas se beneficiarían de consejos que los ayuden a reafirmar su dignidad inherente, a comprender la existencia de patrones disfuncionales en sus anteriores y actuales relaciones, y las asista en el proceso de establecer un hogar y relaciones sanas.

¿Quiénes son los agresores? ¿Hay esperanza?

Aunque se han identificado ciertas características comunes, no puede decirse que haya un “agresor típico”. En público, ellos pueden aparentar ser amistosos y amantes de su familia, mientras ocultan de la vista ajena la violencia y sus consecuencias. La violencia no ocurre al azar, o únicamente a causa del estrés o el uso de drogas; los agresores recurren a la violencia para obtener lo que quieren. Dicho esto, es importante reconocer que los agresores no “nacieron así” sino que tienen su propia historia de problemas de desarrollo y familiares (frecuentemente el haber sido abusados) los cuales ayudarían a explicar cómo aprendieron a ser agresivos. Ya que los agresores frecuentemente carecen de suficiente autoestima, no asumen la responsabilidad de sus acciones y en lugar de ello tratan de culpar a la víctima. Por tanto, la persona que perpetra violencia necesita ayuda y curación.

Antes de que pueda recuperarse y asumir patrones de unión y comunicación, el agresor debe darse cuenta de que necesita asistencia psicológica. Es difícil para una persona el buscar ayuda si está, como ocurre a menudo, abrumada por la vergüenza, el temor de ser juzgada y arrastra una que otra dificultad psicológica (por ejemplo, adicciones). Una vez reconocido el problema, hay razones para tener esperanza: los psicoterapeutas pueden ayudar a estas personas con su forma de pensar, el perdón, la estabilidad emocional y las capacidades de relación. Estas capacidades, como por ejemplo la de la empatía, deben desarrollarse primero con amigos cercanos y familiares (inicialmente, no la víctima), de manera que el agresor pueda conocer formas sanas de manejar sus emociones y decepciones. Aunque este trabajo puede ser largo y doloroso, a medida que el perpetrador va descubriendo y reafirmando su propia dignidad y valía, se ensancha su capacidad para acercarse a la persona ofendida e intentar la reconciliación.

Papel de los amigos y familiares

Pese a que este problema tiende a estar oculto, los amigos, colegas, y la familia extendida pueden jugar un papel clave en fomentar la paz. Las víctimas por lo general buscan ayuda solo cuando se incrementa el riesgo de violencia. Un paso importante hacia evitar o detener la violencia es reconocer ciertos factores de

riesgo, como los celos, la hipersensibilidad y la posesividad, o comportamientos de querer controlar, explosivos o amenazantes. Si considera que alguien conocido se halla en una situación problemática o perturbadora, llame a una línea directa en busca de asistencia, o anime a la propia persona a hacerlo (911, la línea de emergencia local o la Línea Directa de Violencia Doméstica Nacional: 1-800-799-7233/TTY 1-800-787-3224). Los estudios muestran que acceder a los refugios de violencia doméstica reduce substancialmente la incidencia y la severidad de los futuros casos de violencia. Mientras se recuperan del maltrato, las víctimas necesitan orientación en planificar su seguridad. Consultar con asesores legales puede ayudarlos a entender cómo informar y solicitar protección adicional.

En resumen, la gravedad y las dificultades que conlleva para las familias el ser afectadas por la violencia doméstica es severa. A pesar de que la lucha hacia la curación y la recuperación puede ser difícil, nuestra fe nos da razones para tener esperanza. En su mensaje para el Ángelus de la *Jornada Mundial de la Paz* del 1º de enero de 1997, el Papa Juan Pablo II, centrado en este tema, tan exigente como de vital importancia, expresó: “Ofrece el perdón, recibe la paz”... Sé muy bien que es difícil perdonar y que, a veces, parece imposible, pero es el único camino, pues toda venganza y toda violencia engendran otras venganzas y otras violencias. Resulta, ciertamente, menos difícil perdonar cuando se tiene conciencia de que Dios no se cansa de amarnos y perdonarnos... No olvidemos nunca que todo pasa y que sólo ***lo eterno puede colmar el corazón***”.

El doctor Frank J. Moncher es Psicólogo de la diócesis de Arlington, Virginia, y director ejecutivo de Integración y capacitación de la Oficina Diocesana de Caridades Católicas de Arlington.

Traducción: Marina A. Herrera, Ph.D.



Secretariat of Pro-Life Activities
United States Conference of Catholic Bishops
3211 Fourth Street NE • Washington, DC 20017-1194
Tel: (202) 541-3070 • Fax: (202) 541-3054
Website: www.usccb.org/prolife

Modelo son para ilustración. © Veer Images. Todos los derechos están reservados.
Copyright © 2013, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, D.C.