

ANEXO N° 1

EL CICLO DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA

La psicóloga norteamericana Leonor Walker en 1978 estableció la teoría que explica la dinámica cíclica de la violencia conyugal y la razón por la cual muchas mujeres se quedan atrapadas en dicha relación violenta de pareja. Este ciclo está compuesto por tres fases distintas que varían en tiempo e intensidad para cada pareja, y es denominado por la autora como “Ciclo de la Violencia”:

Detectar la violencia, física y/o emocional, que sufre otra persona es generalmente más fácil si nos preocupamos de observar y escuchar. Todos los seres humanos expresamos los sufrimientos, temores o problemas de algún modo. Muchas víctimas no delatarán a su agresor abiertamente por temor a represalias o a empeorar la situación, es el caso de mujeres y niños que además dependen de él. Otras, como los ancianos o los discapacitados, pueden no contar con la capacidad de expresión para denunciar lo que les sucede, sin embargo existen varios indicadores o señales que permiten detectar una posible situación de violencia intrafamiliar.

Fase uno: Acumulación de tensiones.

Fase dos: Explosión o Incidente Agudo.

Fase tres: Respiro de calma y cariño o Tregua Amorosa.

1. Acumulación de tensiones:

Durante esta fase ocurren incidentes menores de agresión que van creando un clima de temor e inseguridad en la mujer, a partir de que su marido o compañero se enoja por cualquier cosa, le grita o la amenaza. En general el comportamiento de la mujer es de negación y racionalización de lo ocurrido que se expresa en la justificación del comportamiento de su pareja, no se defiende, se muestra pasiva y casi convencida de que no existe salida por lo tanto no realiza ningún esfuerzo para cambiar su situación. Su estado emocional es tan precario que puede llevarla a frecuentes estados depresivos y de ansiedad que la incapacitan para valorar lo que está sucediendo porque su energía está puesta en evitar un daño mayor.

2. Incidente agudo:

Las tensiones son descargadas a través de golpes, empujones, o maltrato psicológico excesivo. En esta fase ambos operan con una pérdida de control y con gran nivel de destructividad de parte del hombre hacia la mujer, donde el primero comienza por querer enseñarle una lección a su mujer, sin intención de causarle daño y se detiene solamente cuando piensa que ella aprendió la lección. Ella es golpeada y experimenta incertidumbre acerca de lo que sobrevendrá; enfrenta de forma anticipada la casi certeza de que será golpeada gravemente por lo que cualquier acto o palabra que ella realice para tratar de detener el incidente agudo y como una forma de salir de la angustia que sobreviene ante lo incierto de la relación, tiene efecto de provocación sobre la agresividad del hombre.

Esta disociación va acompañada de un sentimiento de incredulidad sobre lo que está sucediendo, el miedo le provoca un colapso emocional que la lleva a paralizarse por lo menos las primeras 24 horas dejando pasar varios días antes de decidirse a buscar ayuda. Ante lo impredecible del momento, a veces suele darse un distanciamiento de la pareja que puede llevar a la mujer a buscar ayuda profesional, irse de la casa, aislarse más o en algunos casos cometer homicidio o suicidarse. En algunos casos es su misma pareja quien le cura las lesiones o la lleva al hospital reportando ambos la causa de las lesiones como un “accidente doméstico”.

3. Tregua amorosa:

Viene inmediatamente después de terminar el incidente de violencia aguda, al que sigue un período de relativa calma. El comportamiento de parte del hombre es extremadamente cariñoso, amable, con muestras de arrepentimiento, pide perdón, promete no volver a golpearla bajo la condición de que la mujer no provoque su enojo. Con estos gestos inusuales de cariño el hombre da muestras de que ha ido demasiado lejos, pretende compensar a la mujer y convencer a las personas enteradas de lo sucedido que su arrepentimiento es sincero. Esta fase generalmente se acorta o desaparece con el tiempo en que se agudizan los episodios violentos. Así mismo en este momento es cuando la mujer abandona cualquier iniciativa que haya considerado tomar para poner límite a la situación violenta en que vive.

La ambivalencia afectiva de su pareja provoca en la mujer un profundo estado de confusión y distorsión de la realidad. Muestra apego a las vivencias de amor, se siente culpable si ésta crisis la lleva al rompimiento del matrimonio, se percibe a sí misma como la responsable del bienestar emocional de su pareja.

Para Leonore Walker el patrón cíclico de la violencia se aplica a muchas, aunque no a todas las mujeres que sufren maltrato y agrega que el período de tiempo en que ocurre el incidente agudo de violencia varía en cada relación de pareja y a veces dentro de una misma relación determinada.

La teoría del Ciclo de la Violencia ayuda a explicar por qué muchas mujeres aguantan violencia durante muchos años; muestra que la violencia generalmente no es constante en la relación de pareja puesto que va acompañada frecuentemente por actitudes de arrepentimiento y cariño que contrastan marcadamente con el lado violento del hombre.

Por su parte las mujeres, deseosas del fin de la violencia en su vida conyugal sin necesidad de dejar la relación, caen fácilmente en la fantasía de creerse amadas por su pareja y que éste nunca más volverá a golpearlas.

Es hasta que el ciclo de violencia se repite en numerosas ocasiones, que la mujer comienza a perder la confianza en las promesas amorosas de su marido; es en este momento cuando ella logra reconocer el carácter abusivo y degradante de la relación de pareja y cuando se plantea la posibilidad de buscar ayuda para romper el ciclo de violencia.

ANEXO N° 2

LAS ETAPAS DE LA VIOLENCIA DE PAREJA

Otra investigadora estadounidense, Karen Landenburger²⁰, enfocó sus estudios hacia las mujeres que habían sufrido maltrato conyugal para entender el proceso de estas al entrar y eventualmente salir de las relaciones abusivas. Ella identificó cuatro etapas que caracterizan las experiencias de mujeres en diferentes momentos como un proceso gradual de sentirse atrapada en una relación violenta, las etapas que señala son:

Primera Etapa: de Entrega

Segunda Etapa: de Aguante

Tercera Etapa: de Desenganche

Cuarta Etapa: de Recuperación.

Etapa de Entrega:

Al momento de formar pareja una mujer busca una relación positiva y significativa. Ella proyecta en su compañero cualidades que ella desea tenga él. Si él la maltrata, tiende a justificar sus actos, y a creer que él terminará el abuso si ella logra satisfacerlo.

Etapa de Aguante:

La mujer se resigna a la violencia. Posiblemente trata de fijarse en los aspectos más positivos de la relación, para minimizar o negar el abuso. Modifica su propio comportamiento como un esfuerzo por alcanzar algún nivel de control sobre la situación (Por ejemplo saliendo temprano del trabajo, evitando visitar amigas o evitando hacer algo que podría ser motivo de enojo en su pareja.) En parte se siente culpable por el abuso y trata de esconder su situación a las demás personas. Se siente atrapada en la relación y sin posibilidad de salir.

Etapa de Desenganche:

La mujer comienza a darse cuenta de su condición de mujer maltratada. Una vez que logra poner nombre a su experiencia puede buscar ayuda. Ahora puede estar desesperada por salir, pero puede temer por su vida o la de sus hijos e hijas. Su miedo y su enojo puede impulsarla a querer salir de la relación. Esto es un proceso que puede requerir varios intentos antes de conseguirlo exitosamente. La mujer comienza a reconocer actitudes y comportamientos de su pareja como actos de violencia, y en consecuencia puede mostrarse rechazante hacia cualquier actitud de éste (positiva o negativa), y mostrarse intolerante a cualquier acercamiento que venga de él.

Etapa de Recuperación:

El trauma de la mujer no termina con salir de la relación. Normalmente pasa por un proceso de duelo por la pérdida de la relación y una búsqueda de sentido de su vida. Trata de entender lo que su compañero le hizo, y por otro lado busca explicaciones sobre las razones que le hicieron quedarse en la relación todo ese tiempo sin arribar a una clara conclusión.

La importancia de esta conceptualización es que indica que la misma mujer posee distintas formas de reconocer la violencia y cuenta con sus propias posibilidades de salir, según el momento en que se encuentra en su relación de pareja. Según esta autora es en la etapa de aguante que ocurre con mayor frecuencia las experiencias que describe Walker como el ciclo de la violencia.