

1

El peligroso riesgo de la dependencia emocional

No siempre es fácil romper la vinculación, aun cuando sea a un maltratador. Lo saben bien algunas mujeres que por temor a qué acontecerá con sus hijos, aceptación de un riesgo vital percibido, dependencia económica, y/o indefensión aprendida no ponen fin a una relación deteriorada e inaceptable.

Y junto a ello los varones maltratadores a su vez se resisten con frecuencia a dar por concluida una relación que pasó del afecto y el placer, con expectativas altas de futuro en un proyecto de vida compartido, a una decepción y frustración al quebrarse esas perspectivas, que no solo generan ira, odio y resentimiento, sino que a veces se manifiestan en conductas de violencia sistémica. Las **“causas” que llevan a pasar del amor al odio** son ilimitadas. Nos cabe enseñar que es mejor echarse a un lado antes de recrearse en el sórdido rencor. Miren, la distancia del amor al odio es más corta de lo que se imaginan. Acontece como con la pasta dentífrica: es muy fácil sacarla del tubo, pero muy difícil volverla a introducir.

Busquemos explicar algo tan paradójico y abominable como es que se pase del amor al odio en un espacio temporal breve, y dentro de una relación de pareja estable.

Muchos varones resentidos, despechados, obsesionados, que en su fuero interno consideran que la libertad conquistada por las mujeres atenta contra la esencia de su identidad, cuando dan el paso como agresores se empeñan en ofuscarse, matar, y en ocasiones están dispuestos a morir.

El agresor tiene una bajísima capacidad para aceptar frustración; dependencia emocional obsesiva; sentimiento de que su vida se prolonga en la de ella.

Estamos ante una violencia por compensación. – La inseguridad personal, la falta de autonomía, se descarga con quien está próxima, desde un posicionamiento de dominio.

Reseñable en relación a los agresores, que además de en un número importante ser irascibles, consumir alcohol u otras drogas, tener baja autoestima (aunque se muestren arrogantes), no pocos han ejercido violencia a parejas anteriores.

Los estudios nos demuestran que la dependencia emocional, cursa ocasionalmente en las víctimas con síntomas como asunción de derrota y resignación, ansiedad y angustia, bloqueo y pasividad, pesimismo y depresión, miedo continuado ante una realidad negativa, en gran medida incontrolable, esperanza de que remita la violencia o aceptación de la misma, para que no siga en aumento. Terrible vivencia incapacitante, que además no es entendida por todos los que no están dentro de ese infierno, ni alcanzan a atisbar tal sufrimiento por quien no encuentra recursos para dejar atrás un castigo tan aberrante, injusto y puntualmente imprevisible, siempre inevitable.

Las víctimas suelen ser de ingresos económicos medio-bajos, o bajos. Vulnerables por dependencia económica o emocional. Indefensión aprendida; dependencia emocional, profundicen en estos conceptos, para entender a la víctima, para ayudarla desde el exterior, aun cuando pareciera no lo desea. **La población inmigrante en España, es del 16% y el número de víctimas mortales el 37%. El machismo en el varón y la indefensión en la mujer inmigrante, resulta ocasionalmente letal (reseñable el consumo abusivo de alcohol en los varones).** La población inmigrante presenta una mayor vulnerabilidad ante creencias y actitudes tolerantes con la violencia contra las mujeres.

La VG dentro de la **comunidad gitana** es tabú. El pueblo gitano solo reconoce la violencia física, no la psicológica u otras formas de violencia. Ellos tienen su propia "ley gitana", por lo que la denuncia a los juzgados ordinarios sería el último recurso. Ya existen diferentes protocolos adaptados a la población gitana. Los hombres gitanos tienen que formar parte de la solución.

Hablemos de los celos, son un mecanismo que persigue el control de la otra persona y, en parte, muestran el miedo, la inseguridad, la dependencia del que los ejerce. Para un déspota, cualquier palabra, silencio o gesto puede significar una provocación.

El maltratador infunde un profundo temor a la víctima. Pues esa es su realidad, vivir aterrorizada, sentir el hogar como un zulo, ser masacrada emocionalmente por alguien que transmite que te quiere y que mereces esa violencia aleccionadora.

«Era oír moverse la cortina de la puerta y me daba un vuelco el corazón, porque sabía en qué estado venía y lo que iba a ocurrir. Aguanté durante 25 años, yo me decía que él iba a cambiar, pero no lo hizo.» (Mujer adulta)

Ahora vamos a centrarnos en la empíricamente demostrada importancia de la dependencia emocional del varón, en la dinámica de la violencia contra la pareja. De hecho **muchas veces el varón que maltrata y recurre a la violencia no desea romper la relación con la que entiende su mujer, sino subyugarla y tenerla bajo control**. Son varones con temor a ser abandonados, a que su narcisismo se quiebre, anticipan horror al vacío desde un apego patológico, pensar que su pareja les puede abandonar les muestra su verdadera vulnerabilidad, ellos que han instituido el poder tiránico en el denominado hogar.

Señalar que **el apego inseguro (ambivalente)** en la infancia influye y muy negativamente en la personalidad de la mayoría de maltratadores; y también en las víctimas al generarles una **dependencia** que revierte en una tolerancia al maltrato.

Hablamos de varones posesivos, que se proponen controlar, que acaparan a la pareja a quien aíslan del grupo familiar y de amigos.

No olvidemos que la interiorización de roles de género tradicionales, basados en la dominación patriarcal sigue presente en varones españoles y venidos de otros países. Son muchos los que consideran la independencia de la mujer, como un ataque a los derechos lógicos y naturales de los varones.

Destaquemos la influencia de las actitudes sexistas hacia la mujer, la concepción del sentimiento indiscutible de propiedad, y el ejercicio de inquisidor como necesario.

Añádase en no pocos hombres, analfabetismo emocional, escasa sensibilidad y poca capacidad para ponerse en el lugar de la otra, déficit de empatía, rigidez o distorsión cognitiva, baja autoestima y alta suspicacia. A lo que puede agregarse factores psicopatológicos que van desde trastornos de personalidad a consumos abusivos de alcohol u otras drogas. **El agresor utiliza las drogas para no responsabilizarse de sus conductas**, que sabe delictivas. Las sustancias psicoactivas no causan la violencia de género, pero potencian las conductas violentas.

Lo reseñado, junto a una dependencia emocional extrema, conduce a estar continuamente supervisando a ellas y con la denominada por autores como Buttell “visión en túnel”.

Descartemos apriorismos erróneos, **los varones maltratadores no presentan signos psicopatológicos específicos, pero sí son muy celosos**.

En un 55%, la violencia va en aumento y el final puede ser previsible, pero el resto no lo es, pues se trata de una descompensación extrema con una violencia explosiva.

Enrique Echeburúa señala un aspecto sumamente relevante. – Un nivel de estudios más alto, y un trabajo más estable pueden inhibir, al menos parcialmente, el establecimiento de conductas violentas con la pareja.

Se calcula que un 9% de la población sufre dependencia emocional severa, donde se observa una gran asimetría de roles. Es cierto que hay personas más vulnerables psicológicamente para quedar atrapadas en un círculo de dependencia, subordinación, sumisión.

El miedo, la impotencia, la indefensión aprendida, el percibirse dominada puede o no impedir a la mujer sentir rabia e indignación y actuar en consecuencia. En la relación de desequilibrio afectivo-emocional la mujer busca señales verbales y no verbales en el maltratador que le abran una ventana a la esperanza de que algún día sucederá lo que “debería ser”, generando **disonancias perceptivas que inducen a malinterpretar los mensajes de alerta** y ayuda que llegan del exterior.

«No olvido el día en que una vecina me preguntó por qué no le denunciaba. Le contesté que no quería que mis hijos tuvieran a su padre preso. Me dijo que entonces yo prefería que su madre estuviera bajo tierra en el cementerio. Me hizo pensar mucho» (Mujer adulta)

La violencia cuando se cronifica cursa en un apego paradójico, como medio para preservar la relación, para contentar a la pareja, perdonándole las agresiones. Todo lo antedicho da explicación a la cancelación de los procesos legales (denuncias), al incumplimiento de órdenes judiciales, de alejamiento respecto a la pareja.

“‘Femicidio’ o ‘feminicidio’ son expresiones utilizadas para denominar las muertes violentas de mujeres por razón de género, es decir, que han motivado su ‘condición’ de mujeres” (ONU MUJERES, 2016).

El 45% de quienes cometen feminicidio no son fácilmente detectables, pues no tienen las características de los psicópatas (5%); ni cuentan con antecedentes penales o policiales (20%); y tampoco son parte del 30% de inestables emocionales. Su conducta busca ser explicada desde una situación que desborda su capacidad de afrontamiento.

Entre la población maltratadora no hay significativamente más enfermos mentales que en la población general. No son los genes los que marcan la desigualdad. El poder es por lo que se ejerce el maltrato, no por el sexo ni el amor.

SOLO EL 6% DE LOS MALTRATADORES PRESENTA UNA PATOLOGÍA PSÍQUICA

Considerar de forma genérica a los maltratadores como enfermos mentales supone atribuir su comportamiento a causas exógenas.

Un factor de riesgo estructural es el de la construcción social del varón ideal como dominante, fuerte, independiente y agresivo.

La violencia contra la pareja es (sin tratamiento) crónica. Si se produce una separación o divorcio y el hombre violento se vuelve a emparejar, se puede predecir que reincidirá en sus conductas de maltrato, de donde se infiere que el problema no es su pareja, sino él.

El agresor y como señalábamos, generalmente celoso, muestra así creencias erróneas acerca de las relaciones, y del propio concepto del amor. Además tiende a la intermitencia entre el buen y el mal trato. Hay que enseñar lo que es una fusión saludable para saber encontrarse, para confiar, para vivir la intimidad. Y al tiempo hay que enseñar la fusión-separación como dos vivencias, más que posibles, probables, de la experiencia amorosa.

La violencia de género desde el yo interno del agresor es un instrumento para anular la personalidad de “su” mujer, conformar un nuevo ser, una nueva identidad subordinada, sometida a sus apetencias y deseos.

La violencia de género, ¡qué nadie lo dude!, es una violencia por convicción. Es un proceso que siempre va en aumento, nunca en decremento.

La percepción de la falta de control de la situación y la dependencia emocional, son factores más significativos para explicar la continuidad de la relación con el agresor, que las variables socioeconómicas. Cuando la “**inversión afectiva**” ha sido y es muy fuerte, y a la vez muy fantaseada, resulta muy difícil reconocer que ha sido un error, que la persona de la que nos hemos enamorado no es en absoluto como la soñábamos.

El maltrato, la violencia, conllevan en la víctima desregulación, deterioro, que puede permanecer como una severa secuela una vez finalizada la relación. Desterremos el lacerante calificativo de, personalidad masoquista.

La obsesión, el pensamiento tóxico recurrente, la culpabilización de todo a la mujer, la desesperanza, cristaliza en el maltratador en un deseo irrefrenable de venganza, sin importar que su futuro sea la cárcel o la propia muerte. Este purulento proceso cognitivo puede mostrarse con explosiones violentas intermitentes, pero también puede

ser silencioso, inobservable, salvo por consumos abusivos de alcohol u otras drogas (ocasionalmente fármacos), y por un pertinaz ensimismamiento.

MÁS DE LA MITAD DE LAS MUJERES QUE MUEREN VIOLENTAMENTE EN ESPAÑA (52,5%) SON ASESINADAS POR SUS PAREJAS O EXPAREJAS VARONES

Los datos nacionales e internacionales muestran que el homicidio de la pareja que involucra a un perpetrador masculino y una víctima femenina es el tipo más común de homicidio doméstico en todo el mundo (Belfrage y Rying, 2004), así como el tipo más prevalente de homicidio-suicidio (Liem y Nieuwbeertpah, 2010).

En su estudio, Salari y Sillito (2016) encontraron que los casos con estructura claramente homicida se caracterizaron por un historial conocido de violencia doméstica, intervención policial previa, víctimas más frecuentemente aisladas y temerosas del perpetrador y agresores jóvenes o de mediana edad (Blanco e Ibáñez, 2018).

El momento de máximo riesgo vital es cuando la mujer decide separarse, y se multiplica si el varón ha demostrado violencia, si consume drogas, si muestra alteraciones psicopatológicas (pensamientos obsesivos de posesión; celos; impulsividad extrema; dependencia – emocional; ideación paranoide; trastorno grave de la personalidad), añádase situación social complicada (por ejemplo, estar en paro, al punto de faltas de expectativas y repensar “no tengo nada que perder”).

Un tercio de las víctimas se encuentran en trámites de separación o recientemente separadas. Un dato más que significativo. También es muy alto el riesgo para los hijos en este momento.

El varón en los procesos de separación, puede instalarse en el deseo de venganza, más si detecta o anticipa alejamiento de los hijos, pérdida del hogar, quiebra de la calidad de vida por pago de pensión. El riesgo se incrementa si se percibe humillado (por engaño o abandono), hace culpable a su pareja y puede llegar a matar a los propios hijos, utilizándolos como víctimas instrumentales, sabedor de que la mujer no se recuperará jamás, además busca trasladar que lo acontecido es en última instancia responsabilidad de ella.

Antes de cometer el crimen muchos tienen sensación de acoso, de pérdida de los pilares esenciales, de señalamiento social (les importa y mucho lo que los demás puedan pensar de ellos).

Apreciamos en los agresores incapacidad para gestionar o tolerar la frustración de sus expectativas. La impredecibilidad de las agresiones tiene como efecto en la víctima la respuesta de indefensión aprendida. El agresor mantiene un estado de confinamien-

to, reinterpreta el origen de la violencia entendiendo el maltrato como la respuesta apropiada a la provocación de la víctima, busca convertirla en culpable. La situación provoca debilidad cognitiva, confusión mental y emocional; así resulta fácil inducir la deconstrucción de la identidad de la víctima. El agresor busca disociar a “su presa”, induciendo dudas sobre sus pensamientos, incluso sentimientos (recordemos la obra teatral Luz de Gas de Hamilton). El momento esencial de protección a la víctima es cuando la mujer toma la decisión de romper la relación. Y es que el maltratador comprueba que su imposición coercitiva salta por los aires, ese instante del proceso es particularmente de riesgo pues el maltratador intentará desarrollar otras estrategias violentas sintiéndose intensa y profundamente fracasado.

El estado de terror psicológico que provoca la violencia de género puede inhibir la respuesta de huida, las múltiples alteraciones psicológicas entorpecen el pensamiento y la acción. El miedo permanente resulta devastador y se convierte en paralizante cuando deviene en pánico. La mujer víctima de maltrato habitual presenta un cuadro de estrés cronicado.

El proceso de confinamiento, paradójicamente, induce sentimientos de culpa en la víctima, tanto por haber elegido a la pareja no adecuada, no identificar antes el maltrato, no haber abandonado antes la relación, o incluso no conseguir proteger a los hijos. Desarrolla culpabilidad secundaria inducida por el maltratador, haciéndose en gran medida responsable de la conducta de él. Culpabilidad reactiva por responder a la violencia de él. Culpabilidad social, introyectando el reproche cívico por haberse involucrado en la relación. El confinamiento urdido por el maltratador resulta demoleedor, pues es una experiencia muy difícil de comunicar, y no se produce con un extraño, sino con la persona amada con la que se había proyectado el futuro, y deviene en interrogante de la vulnerabilidad de relaciones futuras.

Se asesina de cerca, a golpes y puñaladas, con inusitada brutalidad, desde la sorpresa, generando total indefensión en la víctima. Ocasionalmente apreciamos desde el ámbito forense, un auténtico furor homicida.

Los femicidios aumentan con la convivencia, en los fines de semana y en los meses vacacionales de verano y Navidades.

No se detecta en los estudios longitudinales efecto contagio (cosa bien distinta es que los medios de comunicación señalen hechos similares en fechas próximas).

En casos de asesinato por violencia de género, se aprecia en un importante número de familiares de la víctima gran dificultad para concienciarse respecto a la situación de maltrato que, más que posible, probablemente padeció, la víctima.

Hay un sordo rumor de “la mujer se lo ha buscado” por no abandonar la relación, o por no denunciar lo inasumible. La estúpida falacia de que quien asesina a su mujer “no estaría en sus cabales” es una cobarde mentira, usada para descontextualizar la

tragedia de la responsabilidad ciudadana. Hablar de enfermedad mental es tan injusto como impresentable. Es la técnica de balones fuera.

¡Enfréntese a quien lo dice con la verdad! No nos convirtamos en espejo de lo abyecto.

La violencia de género es una patología social. Hemos normalizado que una chica tenga que pedirle a su amiga que la acompañe a recoger sus cosas a casa de su exnovio porque le tiene miedo.

El número de agresores suicidas aumenta, muy posiblemente porque cada vez hay más mujeres que deciden dejar de ser controladas. Cuando todo está bien pensado, es difícil creer que se trate de un cuadro psicótico.

“Síndrome de Medea”, así denominado cuando se mata a la descendencia por venganza y para hacer daño a la pareja o expareja, pura maldad.

El agresor llega hasta el asesinato porque en muchas ocasiones la mujer quiere ser libre.

En la clínica apreciamos en algunos agresores dificultades de abstracción cognitiva, desequilibrios afectivos, desórdenes de personalidad.

Indicadores de riesgo: Amor a primera vista. Olvido de la propia vida. Expectativas mágicas, como ser perfectamente ajustables cual reloj suizo. Vivir en simbiosis. Amor exclusivo, incondicional, eterno.

¡Cuidado! **Los agresores que vulneran repetidamente las órdenes de protección son quienes generan más riesgo para sus exparejas**, y los más propensos a emplear una violencia extrema, que puede incluso llegar al asesinato. Continuar con una relación abusiva después de ser emitida una orden de protección aumenta el riesgo de sufrir violencia crónica.

Los asesinos de pareja, se suicidan en un 20% de los casos, y lo intentan en otro 10%, lo hacen con el instrumento con el que han matado (no con uno menos doloroso). Es un suicidio evitativo, para no tener que vivir con lo realizado, para no dar explicaciones, para eludir la sanción penal. Las personalidades dependientes y narcisistas, unen al odio y la ira, la desesperación.

Cuando un hombre mata y se suicida, no lo duden, yo no diría que lo había previsto, pero sí que lo había anticipado. Su vida no tiene sentido, está quebrado por el desamor y angustiado por el vacío existencial en el que se encuentra, su salida es la violencia contra la otra persona y contra sí mismo. Llegó a un punto de desesperanza, de total descontrol. No es un descontrol buscado, pero tampoco atajado. (Esta no es una justificación de lo injustificable es la búsqueda de una explicación).