

Crónica: Silencio a gritos

Kátheryn Salazar Zeledón

*Estudiante de la Escuela de Ciencias de la Comunicación Colectiva

Nunca me había puesto a pensar acerca de las dimensiones sociales de la pregunta “¿Pero porque le pegó?” o de afirmaciones como “si la tratan mal por algo es”. Es doloroso percibir la falta de sensibilidad y conocimiento que existe respecto al tema de violencia de pareja. Es común escuchar muchas conclusiones respecto del tema, que terminan responsabilizando y culpabilizando a la mujer por la violencia que recibe. Pero el motivo por el que una mujer mantiene una relación con una persona agresiva trasciende lo evidente: existen razones sociales, religiosas e incluso económicas que obstaculizan que estas mujeres rompan con el ciclo de violencia.

Sin embargo, por mi experiencia, considero que el daño psicológico que produce los agresores es lo que ocasiona que las mujeres se mantengan en este tipo de relación. Este relato surge con el propósito de que las lectoras que son víctimas de violencia de pareja descubran que tienen la capacidad de cambiar sus vidas y que la impotencia que sienten puede ser superada por el poder de una decisión.

Para empezar les voy a contar mi historia que empezó, al igual que la de muchas mujeres, cuando los celos de mi ex novio se salieron de control. Estábamos en una fiesta y él se molestó porque por un momento estuve a solas con un amigo. Enojada fui tras él para explicarle que solo estábamos eligiendo la música. Él un poco ebrio empezó a gritar “usted es una zorra, es una puta que se quiere acostar con todos mis amigos” e indignada lo abofeteé. Como en cámara lenta levantó su mano y su puño se dirigió hacia mi cara. El escándalo de la pelea atrajo a un amigo y una amiga quienes me sacaron del lugar. Luego nos dirigimos hacia mi casa; callados y nunca se volvió a hablar del tema.

Según un estudio realizado en el 2013 por la Organización Mundial de la Salud, las mujeres jóvenes, tienen más riesgo de ser objeto de violencia física o sexual. Asimismo, un informe de violencia de género en España, del mismo año, concluyó que el chantaje, la presión y la violencia psicológica son las formas en las que los jóvenes establecen relaciones abusivas. Al analizar cómo se daban los procesos de violencia, determinaron que las nuevas tecnologías juegan un papel importante, ya que son utilizadas por los jóvenes como herramientas de control sobre sus parejas. Los celos

como expresión de amor han sido y son la justificación de potenciales agresores para invadir la privacidad de sus parejas. Es así como empiezan a dominar el espacio personal de su compañera.

Leyendo entre líneas

La violencia psicológica es más difícil de reconocer de lo que pensamos. Muchas veces empieza con comentarios hirientes que se ocultan bajo el ingenio del sarcasmo; es así como las risas y las burlas enmascaran la humillación de la que la pareja es presa. Esta situación, que puede ser cotidiana en muchas relaciones, es una forma sutil de agresión que en muchas ocasiones evoluciona a formas más graves. Las palabras son el pincel con el que el agresor crea su obra; una mujer sumisa, insegura y dependiente, tan dañada psicológicamente que se le dificulta salir del ciclo de violencia.

Es por eso que, al igual que otras mujeres, para mí fueron imperceptibles las primeras conductas agresivas de mi ex novio. Su sarcasmo y burlas eran constantes. Sin embargo, cuando expresaba que me sentía humillada terminaba siendo tachada de dramática. Con el tiempo dejé de darle importancia a sus palabras; aunque sin saberlo me estaban afectando. Los días de noviazgo se convirtieron en meses y el sarcasmo, aunque era menor, era más hiriente. Para ese momento de la relación mi ex novio se sentía con la autoridad de cuestionar todo sobre mí. Lo que vestía, mi manera de ser o decir las cosas y el momento en que lo decía fueron motivo de cuestionamientos y discusiones en muchas ocasiones.

Sin embargo, cuando escuchaba críticas negativas respecto de él, me ponía a la defensiva. Ante mí el hecho de que fuera un niño y joven maltratado, justificaba muchos de sus comportamientos. Para mí él era la víctima y mi papel como su novia era apoyarlo y ser paciente. Recuerdo que lo que me gusto de él era su sentido del humor, me hacía reír como nadie más. Sin embargo, con el tiempo reía menos y lloraba más. Pero aunque todo iba mal, sentía la obligación de hacer que las cosas funcionaran. En mi caso, mis creencias religiosas mediaron mucho para que me mantuviera en la relación, ya que él era el hombre con el que compartí algo que era sagrado para mí y eso me unía a él de una manera que se siente pero no se explica.

Comentarios como “con ese escote con razón tiene tantos amigos” empezaron a calar en mi mente más de lo que percibí. Para cuando los meses de noviazgo culminaron en años, sus palabras me habían hecho una especie de lavado mental que terminaron por destrozar el autoestima de la que de por sí ya era una joven insegura. Sin embargo, sería completamente falso decir que él hizo todo solo, porque distintos factores sociales habían abonado el terreno para que sus palabras germinaran en mí.

Entre el mito y el silencio

Existen muchos mitos alrededor de quienes son las agredidas y quienes los agresores. Algunos creen que la violencia de pareja es cosa de gente con bajo estatus social y nivel educativo. Para continuar les voy a relatar la experiencia de Lucía que, al igual que las demás mujeres de este relato, mantendrá el anonimato. Lucía es la jefa en su unidad de trabajo y mensualmente recibe un salario de siete cifras, pero ni sus títulos universitarios o su holgado salario detuvieron las agresiones de su marido. Mes a mes este señor la trata con completa indiferencia y sin embargo el sueldo de su esposa. Él es quien toma todas las decisiones en esa casa, mientras sus hijas y esposa acatan sus órdenes de forma sumisa.

Por otro lado tenemos el caso de Dana, una mujer profesional que ve cómo su salario desaparece en la medida en la que las deudas de su marido aumentan. Su esposo es un hombre muy violento, prepotente, machista y autoritario. Cuando él le habla a su familia se puede ver como los ojos de uno de sus hijos emana odio. Es así como la cotidianidad de las peleas y las ocasionales situaciones violentas se han vuelto parte de la dinámica de ambas familias. Mientras las personas de su entorno han optado por mantenerse al margen.

Estas dos situaciones son el ejemplo de que la violencia de pareja no tiene distinción de raza, edad, clase social o nivel educativo. Según información del Centro Feminista de Información y Acción CEFEMINA, el concepto de círculo de violencia es el punto de partida para analizar los obstáculos que las mujeres enfrentan para salir de la agresión. Existen obstáculos sociales y estructurales, como falta de respuestas institucionales, presiones religiosas a favor de la reconciliación, además del peso de los mandatos sociales para

que la mujer ceda en sus proyectos personales ante el agresor. Es así como el sistema facilita que se dé la naturalización de la agresión masculina que culmina con la validación social de la agresión.

Para Tatiana Ballester, quien además de ser sobreviviente de violencia, es Promotora Social y facilitadora de grupos de autoayuda en CEFEMINA, la educación y la crianza validan muchos estereotipos románticos que contribuyen al dominio del hombre sobre su pareja. Por ejemplo, la idea del hombre como jefe de hogar o príncipe azul, ocasiona que la mujer se pierda así mismas en el ideal romántico de “todo por amor”. Asimismo, dependiendo del lugar donde nos posicionamos podemos ver los diferentes guiones o roles que se le asignan a la mujer. Si nos posicionamos desde la religión podemos escuchar frases que lo que buscan es reproducir mitos respecto a la obligación de la mujer en la pareja. “Hasta que la muerte nos separe” o “esta es la cruz que me toca cargar” son algunas de ellas. La frase “como voy a dejar a mis hijos sin papá” es otra representación de ideales que pesan dentro de la sociedad y que se vuelven obstáculos para que la mujer rompa con el ciclo de violencia.

Maltrato Psicológico

Para la OMS el maltrato psicológico contempla los insultos; hacer sentir mal a otra persona sobre ella misma; ser humillada; intimidada o amenazada. El matrimonio de Isa contemplaba todas esas situaciones. Aunque fuera de la casa su marido era considerado servicial y muy amable, dentro del hogar el machismo era su característica distintiva. Sin embargo, luego de que el hombre se hizo de una amante, la relación de ambos se complicó aún más. Él empezó a tratar a Isa con desprecio y asco; incluso, aun viviendo en la misma casa, se jactaba de haber encontrado una mujer mejor que ella. Con el tiempo, Isa se cansó de la situación, estaba deprimida y decidió que dormir en otra habitación era la solución inmediata. No faltaron las personas que la juzgaran por faltar a sus deberes maritales, pero Isa no estaba dispuesta a seguir tolerando la infidelidad.

Ella quería dejarlo, pero la culpa de dejar a su hijo e hija sin padre se lo impedía. Pasaron los meses y su marido trató de convencerla de normalizar las cosas en el hogar. Hasta la disculpó por incumplir

con sus deberes de esposa y le dijo que regresara a la habitación. Él sentía que era perfectamente normal tener una amante, no entendía porque su esposa estaba tan molesta. Esto ocasionó que Isa recapacitara, se dio cuenta que lo mejor para sus hijos era crecer en un hogar sin agresión ni modelos negativos de conducta. Además, estaba cansada de que la desvalorizaran, de ser agredida y de ser infeliz. Así que ante los ojos escépticos de las personas que la conocían; Isa empezó los trámites de divorcio. A sus 50 años Isa rompió el ciclo de violencia.

Mujer, no fuente de placer

La violencia sexual es otro tipo de maltrato, el cual se define como obligar a la pareja a realizar actos sexuales en contra de su voluntad. Esta es la experiencia de Lorena. Al inicio su novio la presionaba para que le hiciera sexo oral. Al parecer ambos tenían conceptos diferentes de lo que era un noviazgo. Para él si no tenían sexo ella tenía que satisfacerlo de alguna manera. Lorena cuenta que accedió para complacerlo. Sin estar satisfecho trató de penetrarla a la fuerza. Al sentirse incómoda habló con él esperando que fuera comprensivo y se detuviera. Pero después de que la situación se repitiera y él hiciera más intentos, algunos fallidos y otros no, ella terminó por aceptar y tuvieron relaciones coitales.

Esto paso cuando ella tenía 17 años. Sin embargo, después de que el noviazgo terminó esa relación había marcado su vida sexual. Aún, en relaciones sexuales consensuales, ciertas posturas le recuerdan esos momentos y entonces el sexo deja de ser placentero. A sus 22 años admite que cuando tiene una pareja ejecuta una serie de tareas sexuales de manera mecánica. No sabe cómo vincularse con los hombres sin convertirse en objeto sexual.

La violencia sexual entre parejas es un tema lleno de tabúes, por lo que es complicado abordarlo. Es por esto que el tema normalmente no trasciende del plano íntimo. Lo que sí es claro es que este tipo de relaciones puede ocasionar alteraciones en el desarrollo sano de la vida sexual de la agredida. Para Tatiana Ballestero, el control sobre el cuerpo de la mujer pasa por el sistema patriarcal en el que vivimos. Es decir, un sistema de relaciones sociales y políticas en el que se da una distribución desigual del poder entre hombres y mujeres. En este sistema

el cuerpo de la mujer se concibe como un objeto que los agresores tratan de poseer por medios violentos. Asimismo, las mujeres son criadas bajo la premisa de que tienen la responsabilidad de satisfacer las necesidades sexuales de su pareja.

¿Pareja o verdugo?

Ahora, refiriéndonos a los agresores, una característica de estos es que hacen sentir a su pareja culpable de todos los problemas de la relación. Cuando la mujer trata de conversar y hacerle ver la situación, él evita la responsabilidad de todo. Este tipo de hombres, en vez de enfrentar las situaciones culpabilizan a su pareja y la hacen sentir mal por lo que lo que ellos u otros hicieron. Se puede decir que los hombres agresores son de mentalidad machista y dominante, que no miran a la mujer como una igual. Sin embargo, por la naturalización del machismo, en la sociedad estos hombres pasan desapercibidos y es en la intimidad del hogar en donde tratan de ejercer el dominio sobre su pareja.

Las causas de los comportamientos agresivos de los hombres han sido adjudicadas a cuestiones biológicas, adicciones, problemas económicos y a la imitación de modelos masculinos violentos. Para Ballestero, el sistema social promueve valores y estereotipos respecto a los roles de género, que han ocasionado que socialmente sea aceptable la agresividad como parte del proceso de socialización del hombre.

Esto se puede ejemplificar con lo que sucedió en el cumpleaños de Andrea. Ella estaba feliz con sus amigos cuando su novio llamó. Velozmente un amigo de la pareja tomó el teléfono y dijo "diay mae apurese que a su novia la tienen prensada dos maes". Andrea agarró rápidamente el teléfono mientras se reía, pero lo que empezó hablando lo terminó llorando. Nadie entendió por qué se desquitó con ella, ya que ella no había hecho la broma. Lo que más entristeció a Andrea fue escuchar a su novio decir que lo sucedido le había quitado las ganas de ir a la fiesta.

Cuando Andrea se tranquilizó terminó justificando la reacción de su novio, ya que consideró que la broma fue muy fuerte y no era acorde al sentido del humor de él. Luego de un par de llamadas y lágrimas más, Andrea estaba feliz. Su novio se había tranquilizado y venía de camino para cele-

brar su cumpleaños. Ella dijo que era la primera vez que reaccionaba así. Sin embargo, el tiempo pasó y otra situación similar se dio en público. En esa ocasión Andrea solo dijo que era un evento aislado.

Sin embargo, esa es la historia de muchas mujeres que viven en relaciones llenas de eventos aislados, que no concientizan que están en relaciones llenas de agresión por el simple hecho de que no han recibido daños físicos. La OMS definió que los hombres que infligen maltratos psíquicos tienen comportamiento dominante: limitan el contacto de su pareja con otras personas; insisten en saber dónde está en todo momento; la ignoran o tratan con indiferencia; se enojan con ella si habla con otros hombres; la acusan constantemente de serle infiel y hasta controlan su acceso a la atención médica. Asimismo, definen la violencia física como actos violentos en donde el hombre golpea a su pareja; la empuja; le jala el cabello; la abofetea; le arroja objetos; la estrangula; quema o amenaza con un arma.

Flor, a sus 70 años nos podría contar muchas historias. Sin embargo, varias incluyen a su marido pateándola y golpeándola ¿Han escuchado que algunas mujeres agredidas utilizan la expresión me siento como un trapo? Pues algunas mujeres usan esa expresión literalmente para describir el acto en el que su pareja las tira contra las paredes y las arrastra por el piso. No les sé decir por qué Flor aguantó tantos años esa situación; lo que les puedo comentar es que cada vez que se habla de divorcio en esa familia aparece cierta religión y el divorcio deja de ser tema.

Pero ¿Por qué una mujer aguanta la violencia física? Muchas veces para cuando se da este tipo de violencia, la mujer ya ha sido víctima de agresión psicológica y se siente desvalorizada y reprimida. En el 2013, la Universidad Nacional y la Universidad de Costa Rica, realizaron una encuesta a 800 personas acerca de las Percepciones sobre la Violencia contra las Mujeres. La cual reveló que un 40% de los ticos conoce a una mujer que es víctima de violencia, pero prefieren mantenerse al margen. Por lo general, las personas consideran que la violencia que se produce dentro de casa es un asunto de la familia y no debe salir de ahí.

Soy sobreviviente

Luego de pensar mucho acerca de por qué las mujeres permanecen en este tipo de relaciones, me di cuenta de que en mi caso sentía una falsa sensación de seguridad. Además, ambos habíamos generado una especie de codependencia enfermiza y no podía imaginar qué hacer con mi vida sin él.

Yo sentía tanta vergüenza, me daba horror que alguien supiera lo que había pasado. No podía creerlo y traté de olvidar. Aunque mi pelo cubrió todo rastro de lo ocurrido, el dolor que sentía cada vez que movía la mandíbula me recordó por una semana lo que había sucedido. A los días decidí llamar a una línea de ayuda, pero al escuchar la voz fría del que me interrogaba decidí colgar. En parte sentía que estaba haciendo un drama por lo sucedido. Después de todo nunca me había pegado de esa manera. Esto sin contar los empujones, "puñetazos flojos" y otros pormenores que se dieron durante los años de noviazgo.

Al siguiente día de la fiesta, la llamada de mi ex novio no se hizo esperar. Se disculpó por haberme empujado. Dijo que no recordaba bien lo que paso, pero cuando le explique no aceptó lo sucedido. Busqué datos de centros de ayuda para hombres violentos y se los pasé. Aunque le dije que ya no debíamos estar juntos, de mi boca no salió una proclamación absoluta de ruptura. Para la gente seguíamos siendo novios y nada había pasado, pero entre nosotros nada estaba claro. Él empezó a cambiar, a darme regalos y con el tiempo la relación era tan linda como cuando empezamos.

Sin embargo, una madrugada desperté y lo primero que pensé fue "¿Hasta cuándo va a durar esta paz?", estaba segura que esa tranquilidad tenía una fecha límite. Me acordé de todas las veces que le pedí a Dios "que hoy este de buen humor" y en ese momento decidí terminar la relación. Él parecía escéptico por mi decisión, al igual que todos a mí alrededor. Estoy segura de que no lo hubiera logrado sin el apoyo incondicional de mi madre. Que aunque no sabía nada de lo que pasaba, se dio cuenta de que algo no estaba bien, y sin preguntar ni presionar me dio el apoyo que necesitaba.

Obtener ayuda de quienes nos rodean muchas veces no es fácil. Según Tatiana Ballesteros de CEFEMINA, un alto porcentaje de las mujeres que

acuden a los grupos de apoyo logran salir de los ciclos de violencia. Es por esto que si usted conoce a una mujer que vive violencia de pareja recuerde que su intervención es valiosa. Algunas de las acciones que puede tomar es escucharla, informarla, respaldarla, animarla y respetarla. Ante todo, es importante tratar de que la mujer comprenda que no es culpable de la violencia que recibe.

Sí, eres merecedora

Aunque la relación había terminado las secuelas de cuatro años de agresiones me condujeron a una crisis nerviosa de la que casi no logro salir. Sentía que era una versión desgastada de mí, tonta, fea, inútil y sin valor. Me culpaba por haberme quedado tantos años en esa relación. La tristeza, la ira, la culpa y la desesperanza parecían ser lo único que me quedaba. Pero en donde solo hubo fragmentos desfigurados de una persona, hoy se mantiene en pie una mujer que ante todo se respeta y se ama.

Estoy convencida que si todas dejáramos de llorar en silencio nos daríamos cuenta que somos muchas. Con este relato trato de hacerles ver a las lectoras que los límites del amor y la comprensión llegan hasta donde empiezan las ofensas y los golpes; porque antes de pensarnos en pareja somos personas, y absolutamente nada justifica la violencia.

Durante el proceso de recuperación aprendí que soy merecedora, que merecemos ser feliz y sentirnos amadas. Me di cuenta que somos fuertes y que sin importar lo que pase podemos cambiar nuestro futuro, tenemos el poder de cambiar nuestras vidas con una decisión. Me costó mucho, pero comprendí que nadie puede determinar nuestro valor como mujeres y que sin importar los errores que hayamos cometido merecemos respeto. En el camino entendí que la soledad no es tan aterradora como pensamos, que la paz y el silencio dan más alegría que un mal compañero.