

El maltrato psicológico en la pareja

Macarena Blázquez Alonso
Juan Manuel Moreno Manso

La sociedad occidental está sujeta a constantes cambios sociales que inciden en la relación de pareja. De hecho, hoy cohabitan diversos patrones que configuran este tipo relación: noviazgo, matrimonio, parejas de hecho, parejas homosexuales, sujetos divorciados que conviven de nuevo con su excónyuge, etc. (Salazar, Torres y Rincón, 2005).

Podemos decir, partiendo del modelo tradicional de pareja compuesto por hombre y mujer, que existe violencia en el seno de la misma cuando se crea entre ambos una situación de abuso de poder en que la persona más fuerte y con más recursos, habitualmente el hombre, trata de controlar a su pareja, arremetiendo física, psicológica, sexualmente contra ella, a la vez que la percibe como vulnerable e indefensa y la convierte en fuente de desahogo de sus frustraciones cotidianas (Dutton y Golant, 1997). De esta manera, todo parece indicar que el maltrato físico es el tipo de maltrato más evidente y el que es más fácil de identificar, por eso suele ser al que se da más importancia, tanto en el ámbito personal como en el social. Otra razón puede ser debida a la menor importancia que se le da a la violencia psicológica al considerarla objeto de menor repercusión en la salud del individuo que la soporta (Castellano, García, Lago y Ramírez, 1999).

Aunque el abuso físico puede ocurrir sin abuso emocional, lo más frecuente es que el maltratador comience con maltrato psicológico y acabe con maltrato físico. No obstante, no siempre es así necesariamente, y a veces nunca llegan a dar el paso al maltrato físico y continúan con el abuso emocional durante años (Loring, 1994). Cuando el abuso emocional va acompañado de agresión física, es habitual que éste describa el patrón cíclico de violencia que formuló Walker en su Teoría del ciclo de la violencia conyugal (1984).

De cualquier forma, algunos trabajos apuntan que en los casos de violencia física en la pareja, las manifestaciones de maltrato emocional son previas, ocasionándose graves consecuencias en la salud del que la sufre (Follingstad, Rutledge, Berg, Hause, Polek, 1990) y con un impacto psicológico igual o mayor al provocado por las agresiones físicas (Henning y Klesges, 2003; Marshall, 1992; Sackett y Saunders, 1999; Street y Arias, 2001). Asimismo Walker (1979) y Follingstad *et al.* (1990) hallaron que la mayoría de víctimas estudiadas juzgaban la humillación, la ridiculización y los ataques verbales como más desagradables que la violencia física experimentada, lo que también se recoge así en un informe de la OMS (1998) que indica que el peor aspecto de los malos tratos no es la violencia misma, sino la "tortura mental" y el "vivir con miedo y aterrorizados".

Por otra parte, si apenas se ha concedido importancia al estudio del maltrato emocional en las relaciones de pareja, cuando se trata de analizar la presencia de indicadores de esta forma de abuso en las relaciones de noviazgo, la información es aún más escasa.

Un estudio realizado por Deal y Wampler (1986), con una muestra de 410 universitarios (295 mujeres, 115 hombres) reveló que el 47% experimentaron alguna violencia en sus relaciones de noviazgo. La mayoría de las experiencias eran recíprocas, llegando a alcanzar tasas similares de violencia entre hombres y mujeres en el curso de sus relaciones de noviazgo (Laner y Thompson, 1982).

Un inconveniente de estos estudios es que en los mismos, no se delimita la prevalencia de los diferentes tipos de violencia. Un ligero avance, lo supone la

investigación de McKinney (1986). Autor que a partir de una muestra de 163 universitarios (78 hombres y 85 mujeres) concluyó que el 38% de las mujeres y el 47% de los hombres declaraban ser víctimas de abusos psíquicos en sus relaciones de noviazgo. Stets y Pirog-Good (1987), a partir de una muestra de 505 universitarios, encontraron que los celos eran un factor determinante que explicaba la violencia en el noviazgo por parte de las mujeres.

Muñoz-Rivas, Graña, O'Leary y González (2007) han analizado la presencia de comportamientos violentos de carácter psicológico y físico en las relaciones de noviazgo en estudiantes universitarios. Los resultados destacan la alta prevalencia de ambos tipos de agresión en las relaciones interpersonales, encontrando diferencias importantes en cuanto a su tipología entre sexos. Así, la violencia de carácter psicológico (analizada por la presencia de agresiones verbales y comportamientos coercitivos y celosos) y la agresión física resultaron ser significativamente superiores en el caso de las mujeres, aunque las consecuencias para la salud derivadas de la misma son más negativas para ellas.

Asimismo, en algunos estudios se ha investigado la relación entre la hostilidad y el estilo de afrontamiento, llegando a concluir la existencia de correlación entre ambos, es decir, entre ser víctima de agresiones verbales crónicas, de maltrato físico / psíquico o de abuso económico y utilizar mecanismos de afrontamiento pasivos y de evitación, encontrando que las víctimas de estos tipos de violencia, mostraban mayores tasa de agresividad en la escala de hostilidad y eran más propensas a tener este tipo de estilo de afrontamiento pasivos en lugar de utilizar estrategias activas de afrontamiento frente a los problemas (Comijs, Jonker, Van Tilburg y Smit, 1999). Los estudios de Birchler (1973), Gottman (1979) y Cáceres (1992, 2007) ponen de manifiesto que las parejas con tasas elevadas de conflictividad se comunican de manera diferente de las parejas armoniosas. Estas diferencias tienen que ver con lo que dicen, pero, especialmente, con cómo lo dicen, las secuencias que siguen, y el grado de ensamblaje fisiológico que se produce entre ellos en la medida en que se continua la discusión. Estos hallazgos, de modo indirecto corroboran estudios anteriores (Marshall, 1999) donde se concluye que la violencia psicológica en la pareja abarca tanto conductas que parecen obvias, como la amenaza o la humillación como otras más sutiles tales a la desconsideración de las emociones de la otra persona.

- Una violencia que no se ve

La conducta violenta en la pareja supone el uso de la fuerza para resolver conflictos interpersonales en un contexto de desequilibrio de poder permanente o momentáneo (Corsi y Dohmen, 1995). Nos encontramos ante un tipo de violencia "invisible" (Asensi, 2008; Bonino, 1998) que puede entenderse como cualquier conducta, física o verbal, activa o pasiva, que atenta contra la integridad emocional de la víctima, en un proceso continuo y sistemático (Loring, 1994) a fin de producir en ella intimidación, desvalorización, sentimientos de culpa o sufrimiento (López, 2001; McAllister, 2000; Villavicencio y Sebastián, 1999).

Algunos autores, afirman que en las relaciones interpersonales la conducta violenta es usada para causar daño a otra persona como sinónimo de abuso de poder. Sin embargo, en la violencia emocional no hay registro del daño por parte de la persona abusada, porque en la mayoría de los casos el abuso se fundamenta en el amor (Ravazzola, 1997). Matthews (1984), con una muestra de 351 universitarios, 123 hombres y 228 mujeres, reveló que 79 personas, el 22.8% de la muestra, narraron al menos un incidente de violencia en el noviazgo. Las personas de ambos sexos admitieron su responsabilidad conjunta en el comportamiento violento, y ambos sexos, tanto en su papel de receptores o de emisores de agresiones interpretaron la violencia como una manifestación de "amor".

En el contexto de la violencia de género, datos del Instituto de la Mujer (2002), señalan que el maltrato psicológico es la forma de maltrato más común entre la mujeres que se auto clasifican como maltratadas, seguido del maltrato sexual, estructural, físico y económico. A su vez, nos encontramos con que la violencia psicológica puede ser inherente a la violencia física, anteceder a la misma, o bien se puede dar al margen de estas agresiones. En cualquiera de estos casos, el abuso emocional es más difícil de identificar y evaluar que el resto (McAllister, 2000; Walker, 1979), por lo que se sugiere que su severidad sea estimada en función tanto de la frecuencia con la que se da como del impacto subjetivo que supone para la víctima (Walker, 1979). No obstante, se han desarrollado varios instrumentos para medirla y existen diversos estudios que demuestran que sus consecuencias son al menos tan perniciosas como las del maltrato físico (O'Leary, 1999). Algunos ejemplos de este tipo de maltrato son: las humillaciones, descalificaciones o ridiculizaciones, tanto en público como en privado, aislamiento social y económico, amenazas de maltrato a ella o a sus seres queridos, destrucción o daño a propiedades valoradas por la víctima (objetos o animales), amenazas repetidas de divorcio o abandono, etc. También lo son la negación de la violencia y la atribución de responsabilidad absoluta a la víctima en los episodios de maltrato, así como todos aquellos comportamientos y actitudes en los que se produce cualquier forma de agresión psicológica.

Taverniers (2001) recogió un amplio listado de conductas indicadoras de maltrato psicológico y las categorizó en función del grado de evidencia de las mismas llevado a la práctica. Algunos estudios han considerado como categorías distintas al maltrato emocional las siguientes: el maltrato económico o financiero, que alude al control absoluto de los recursos económicos de la víctima; el maltrato estructural, que se refiere a diferencias y relaciones de poder que generan y legitiman la desigualdad; el maltrato espiritual, que alude a la destrucción de las creencias culturales o religiosas de la víctima o a obligarla a que acepte un sistema de creencias determinado (Instituto de la Mujer, 2000); y el maltrato social, que se refiere al aislamiento de la víctima, privación de sus relación sociales y humillación en éstas (Instituto de la Mujer, 2002). Sin embargo, se prefiere considerar estos tipos de maltrato, como subcategorías del maltrato psicológico, ya que apuntan al control de la pareja a través de la creación de un fuerte sentimiento de desvalorización e indefensión.

Actualmente, Asensi (2008) reafirma la pertenencia del maltrato económico o financiero al maltrato emocional como una forma de monopolizar a la víctima, y engloba los indicadores señalados por Taverniers (2001) en los siguientes apartados:

1. Abuso verbal:

- Rebajar.
- Insultar.
- Ridiculizar.
- Humillar.
- Utilizar juegos mentales e ironías para confundir.
- Poner en tela de juicio la cordura de la víctima.

2. Abuso económico:

- Control abusivo de finanzas, recompensas o castigos monetarios.
- Impedirle trabajar aunque sea necesario para el sostén de la familia.
- Haciéndole pedir dinero.

- Solicitando justificación de los gastos.
- Dándole un presupuesto límite.
- Haciendo la compra para que ella no controle el presupuesto, etc.

3. Aislamiento:

- Control abusivo de la vida del otro, mediante vigilancia de sus actos y movimientos.
- Escucha de sus conversaciones.
- Impedimento de cultivar amistades.
- Restringir las relaciones con familiares, etc.

4. Intimidación:

- Asustar con miradas, gestos o gritos.
- Arrojar objetos o destrozar la propiedad.
- Mostrar armas.
- Cambios bruscos y desconcertantes de ánimo.
- El agresor se irrita con facilidad por cosas nimias, manteniendo a la víctima en un estado de alerta constante.

5. Amenazas con:

- Herir.
- Matar.
- Suicidarse.
- Llevarse a los niños.
- Hacer daño a los animales domésticos.
- Irse.
- Echar al otro de casa.

6. Desprecio y abuso emocional:

- Tratar al otro como inferior.
- Tomar las decisiones importantes sin consultarle.
- Utilización de los hijos.
- Se la denigra intelectualmente, como madre, como mujer y como persona.

7. Negación, minimización y culpabilización.

En cualquiera de sus modalidades, lo que caracteriza fundamentalmente al abuso emocional es su carácter sistemático y continuo (Loring, 1994), de manera que, aún

cuando no existe violencia física, provoca consecuencias muy graves desde el punto de vista de la salud mental de las víctimas. Como en el caso del trastorno de estrés postraumático, que puede ser diagnosticado en personas que han sufrido “exclusivamente” maltrato psicológico crónico (Echeburúa y Corral, 1996). En un estudio con 50 mujeres víctimas de maltrato físico o psicológico severo, el 38% cumplía criterios para el diagnóstico de depresión mayor, con tasas de depresión significativamente más altas para aquellas mujeres que vivieron maltrato psicológico, que para las que padecieron maltrato físico (O’Leary, 1999).

En 1999, el Instituto Andaluz de Criminología de la Universidad de Sevilla, realizó un estudio epidemiológico sobre la violencia en la pareja, tomando como base para realizar una encuesta: la Canadian Violence Against Women Survey (Johnson, 1996), la Revised Conflict Tactic Scale (CTS2) (Strauss, Hamby, Boney-McCoy y Sugarman, 1996) y la National Family Violence Survey 2 (NFVS2) (Strauss y Gelles, 1990). La investigación se realizó con una muestra de 2015 mujeres, de las que 284 (14%) se identificaron a sí mismas como víctimas de abuso. La aplicación del CTS2 reveló que la forma de abuso de mayor incidencia era el maltrato psicológico (en un 57,73% de las mujeres, siendo el severo en el 15,21 de las mismas). A continuación se situaba el maltrato físico, en un 8,05% de las víctimas.

No obstante, a pesar de la evidencia de estos datos que señalan al abuso emocional como la cara más corrosiva del maltrato en la pareja, y que la utilización de estrategias de abuso psicológico es susceptible de producirse, en alguna medida, en cualquier relación de interacción continuada entre dos o más personas, nos encontramos ante una realidad sesgada que sigue concediendo primacía al estudio del maltrato físico en la pareja en detrimento del maltrato psicológico. De esta forma, las opciones de interpretación del origen del mismo resultan bastante limitadas quedando reducidas al terreno del paradigma sociocultural, vigente en la actualidad y altamente explicativo en el fenómeno de la violencia de género. Dicho modelo constituye una crítica a la cultura patriarcal en que vivimos y sostiene que la violencia conyugal es una consecuencia de la adquisición de la identidad de género, en la que los varones son socializados para dominar y agredir a los débiles y a las mujeres (Baca, 1998; Callirgos, 1996). Argumento que, como es obvio, no resulta aplicable al terreno de las emociones (Blázquez, Moreno y García-Baamonde, 2008) ya que, a la hora de experimentar la realidad, tanto el hombre como la mujer tienen la misma capacidad de atender contra el otro en la pareja. La evidencia clínica muestra que una vez iniciado el conflicto, y a medida que va en aumento, el sexo del agresor no resulta un factor determinante a la hora de acometer malos tratos psicológicos muy agudos y dañinos (Steinmetz, 1980, 1981).

Por último, nos gustaría destacar en esta dirección la necesidad de poner en marcha estudios que favorezcan el conocimiento de aspectos tales a la prevalencia de indicadores y/o manifestaciones de violencia psicológica en las relaciones de pareja, los factores de riesgo que favorecen la aparición y el mantenimiento del maltrato emocional, así como de poner en marcha iniciativas dirigidas a prevenir las formas de violencia psicológica que desencadenan el maltrato físico futuro en las relaciones de pareja. Para ello, es importante empezar a identificar la amplia gama de síntomas psicológicos y comportamentales consecuentes a la violencia en la pareja que se encuentran asociados a las distintas dimensiones que forman parte de la Inteligencia emocional (Blázquez y Moreno, 2008).

Por este motivo, consideramos de vital importancia la integración en el ámbito educativo, dentro del contexto de la Educación Secundaria, actuaciones dirigidas a prevenir la conflictividad en las relaciones de pareja a través de la implementación de programas basados en el entrenamiento de competencias comprendidas en la Inteligencia Emocional (Blázquez y Moreno, 2008) que permitan introducir cambios de

actitud y comportamientos del alumnado en relación a la pareja. Sólo así, se facilitará la protección de conductas de riesgo y la potenciación de hábitos saludables en lo relativo a la convivencia en pareja, la planificación de medidas preventivas al respecto y se proporcionará la metodología pertinente con vistas a reducir las dificultades e impedimentos que ocasiona el abuso emocional en la pareja.

- Referencias bibliográficas.

Arias, I. y Johnson, P. (1989). Evaluación de la agresión física en las parejas íntimas. *Journal of Interpersonal Violence*, 4, 298-307.

Asensi, L.(2008). La prueba pericial psicológica en asuntos de violencia de género. *Revista Internauta de Práctica Jurídica*, 21,15-29.

Baca, M. (1998). Los costos de las prácticas excluyentes en las políticas de las mujeres, en M. Navarro & C. R. Stimpson (comps.). *¿Qué son los estudios de mujeres?*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Birchler, G. R. (1973). Differential patterns of instrumental affiliative behavior as a function of degree of marital distress and level of intimacy (Tesis Doctoral). *Dissertation Abstracts International*, 33, 14499B-4500B.

Blázquez, M. y Moreno, J. M. (2008). Análisis de la inteligencia emocional en la violencia de género. *Revista electrónica de Investigación Psicoeducativa*. 15, 6 (2), 475-500.

Blázquez, M., Moreno, J. M. y García-Baamonde, M. E. (2008).El maltrato psicológico en los modelos teóricos explicativos de la violencia de género. *Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología/ Universidad de Buenos Aires (UBA)*, 13 (2).

Blázquez, M. y Moreno, J. M. (2008). *Maltrato psicológico en la pareja. Educación y Prevención emocional*. Madrid: EOS.

Bonino, L. (1998). *Micromachismos, la violencia invisible*. Madrid: Cecom.

Cáceres, J. (2002). Análisis cuantitativo y cualitativo de la violencia doméstica en la pareja. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de enlace*, 60, 57-67.

Cáceres, J. (2007) Violencia doméstica: Lo que revela la investigación básica con parejas. *Papeles del Psicólogo*. 28 (1).

Castellano, I., García, M. J., Lago, M. J. Y Ramírez, L. (1999). La violencia en parejas universitarias. *Boletín Criminológico*, 42, 1-4.

Comijs,H.C., Jonker,C., Van Tilburg, W. y Smit, J.H. (1999). Hostility and coping capacity as risk factors of elder mistreatment. *Soc.Psychiatry.Epidemiol.*, 34, 48-52.

Corsi, J. y Dohmen, M. (1995). *Violencia masculina en la pareja: una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención*. Barcelona: Paidós.

Deal, J. E. y Wampler, K. S. (1986). Dating violence: The primacy of previous experience. *Journal of Social and Personal Relationships*, 3, 457-471.

Dutton, D.G. y Golant, S.K. (1997). *El golpeador. Un perfil psicológico*. Buenos Aires: Paidós.

Echeburúa E. y Corral, P. (1996). *Manual de violencia familiar*. Madrid: Siglo XXI.

Follingstad, D.R., Rutledge, L.L., Berg, B.J., Hause, E.S. y Polek, D.S.(1990). The role of emotional abuse in physically abusive relationships. *Journal of Family Violence*, 5 (2):107-120.

- Gottman, J. (1979). *Marital Interaction: Experimental Investigations*. New York: Academic Press.
- Henning, K R. y Klesges, L.M. (2003). Impact of intimate partner violence on unmet need for mental health care. *American Journal of Public Health* 93, 1089–1097
- Instituto de la mujer. (2000). *Encuesta: La violencia contra las mujeres*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- Instituto de la mujer (2002). *Macroencuesta Violencia contra las mujeres*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- Johnson, H.(1996). *Dangerous domains. Violence against women in Canada*. Canada: International Thomson Publishing Corp.
- Laner, M. R. y Thompson, J. (1982). Abuse and aggression in courting couples. *Deviant Behavior*, 3, 229-244.
- López, P. (2001). *Representación de género en los informativos de radio y televisión*. Madrid: Instituto de la Mujer y RTVE.
- Loring, M.T. (1994). *Emotional Abuse*. New York: Lexington Books, Imprint of Macmillan, Inc., pg. 45.
- Marshall, L. (1992). Development of Severity of Violence Against Women Scales. *Journal of family violence*,7 (2).
- Matthews, W. J. (1984). Violence in college couples. *College Student Journal*, 18, 150-158.
- McAllister, M. (2000). Domestic violence: A life-Span approach to assessment and intervention. *Lippincott's Primary Care Practice*, 4 (2), 174-189.
- McKinney, K. (1986). Measures of verbal, physical and sexual dating violence by gender. *Free Inquiry in Creative Sociology*, 14, 55-60.
- Muñoz-Rivas, M., Graña, J. L., O'Leary, K. D. Y González, P. (2007). Physical and psychological aggression in dating relationships in Spanish university students. *Psicothema*. 19 (1),102-7.
- O'Leary, K.D. (1999). Psychological abuse: A variable deserving critical attention in domestic violence. *Violence and Victims*, 14, 1-21.
- Organización Mundial de la Salud. (1998). (Informe de la OMS (1998). http://www5.who.int/violence_injury_prevention/main.cfm?p=0000000682
- Ravazzola, M. C. (1997). *Historias Infames. Los Maltratos en las Relaciones*. Argentina: Piados.
- Sackett, L. A y Saunders, D. G. (1999). The impact of different forms of psychological abuse on battered women. *Violence and Victims*, 14, 105-117.
- Salazar, T., Torres, I. y Rincón, V. (2005). Violencia en la pareja. *Capítulo Criminológico*. 33 (1)
- Steinmetz, S. (1980). Mujeres y violencia: víctimas y culpables. *American Journal of Psychotherapy*, 34, 334-350.
- Steinmetz, S. (1981). *Comparación transcultural del maltrato conyugal*. *Journal of Sociology and Social Welfare*, 8, 404-414.

- Stets, J. E., y Pirog-Good, M. A. (1987). Violence in dating relationships. *Social Psychology Quarterly*, 50, 237-246.
- Straus, M. Y Gelles, R. (1990): «The National Family Violence Surveys». En: *Physical Violence in American Families*. Straus y Gelles. U.S.A: Editorial Transaction Publishers.
- Straus, M.A., Hamby, S.L., Boney-McCoy, S., y Sugarman, D.B. (1996). The Revised Conflict Tactics Scales (CTS2): Development and preliminary psychometric data. *Journal of Family Issues*, 17 (3), 283-316.
- Street A. y Arias I. (2001). Psychological abuse and posttraumatic stress disorder in battered women: examining the roles of shame and guilty. *Violence Victims*, 16 (1), 65-78.
- Taverniers, K. (2001). Abuso emocional en parejas heterosexuales. *Revista Argentina de Sexualidad Humana*, 15 (1), 28-34.
- Villavicencio, P. y Sebastián, J. (1999) *Violencia doméstica: su impacto en la salud física y mental de las mujeres*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Madrid: Instituto de la Mujer.
- Walker, L. (1979). *Battered women*. 20. New York: Harper y Row Publishers.
- Walker, L. (1984). *The battered woman syndrome*. New York: Springer.