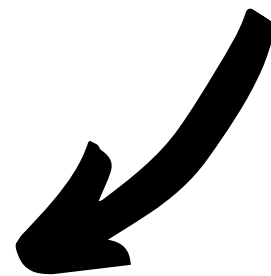


~~FORMA~~



CION

ACOMPañAMIENTO
TERAPEUTICO
EN VIOLENCIAS
MACHISTAS



APUNTES MODULO 2

ORGANIZAN





DE QUE VAMOS
A HABLAR

PARA EMPEZAR

En este módulo exploraremos cuáles son las consecuencias de haber recibido violencia machista y aprenderemos a elaborar un recorrido terapéutico adecuado según el momento en que se encuentre la persona a la que acompañamos.

Empezaremos con el establecimiento de bases comunes y seguiremos con las especificaciones para el trabajo con supervivientes de maltrato continuado.



CONTENIDOS

- Definiciones para establecer un marco común
- Consecuencias de la violencia. Evaluar el daño
- Diferentes momentos del proceso terapéutico
- Objetivos de la terapia con supervivientes



ALGUNOS CONCEPTOS PARA ESTABLECER UN MARCO COMUN



Actualmente en occidente vivimos en un sistema social capitalista y patriarcal que implica una socialización diferenciada para hombres y mujeres, cosa que nos lleva a una desigualdad estructural que denominamos machismo

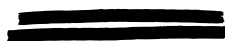
El machismo se refiere a todas aquellas acciones que contribuyen al menoscabo sistemático de la dignidad, la estima y la integridad física y mental de las mujeres, niñas y personas con una identidad de género y/o sexualidad distinta a la normativa. Es un tipo de violencia estructural, ya que se encuentra presente en todas las sociedades y todos los espacios sociales, aunque se da en distintos niveles y mediante diferentes mecanismos dependiendo de diversas cuestiones de raza, clase y pertenencia a determinado grupo étnico.

Tiene su origen histórico en la familia, cuya jefatura ejerce el padre y se proyecta a todo el orden social. Esta situación se mantiene a través de regímenes, hábitos, costumbres, prácticas cotidianas, ideas, prejuicios, leyes e instituciones sociales, religiosas y políticas que definen y difunden una serie de roles a través de los cuáles se vigila, se apropia y se controla los cuerpos de las mujeres, a quienes no se les permite gozar de una completa igualdad de oportunidades y derechos.



ENTONCES, QUE ~~ENTENDEMOS~~ PATRIARCADO

Sistema de dominio institucionalizado que mantiene la subordinación e invisibilización de las mujeres y todo aquello considerado como 'femenino', con respecto a los varones y lo 'masculino', creando así una situación de desigualdad estructural basada en la pertenencia a determinado 'sexo biológico'.



1 DE COERCIÓN

Son aquellos que mantienen normas muy rígidas respecto a los papeles que deben desempeñar hombres y mujeres y cuya desobediencia puede ser castigada incluso con la muerte.

2 DE CONSENTIMIENTO

Se dan en sociedades menos autoritarias. En este caso no se encarcelará ni matará a quienes no cumplan con el rol sexual asignado, sino que será la propia persona quien busque cumplir con el "mandato de género". Este "deseo", asumido como libre y propio, se conforma a través del modelo de feminidad normativa que circula en los medios de comunicación y cuyo papel en la nueva configuración del patriarcado es fundamental.

Es decir, por medio de los discursos sociales, las personas buscan asumir los roles de género y hay discriminación o sensaciones de culpa cuando no se llevan a cabo.

DOS TIPOS DE PATRIARCADO



ALGUNAS CONSECUENCIAS del patriarcado

Cosificación

Violencia de género

Uso diferenciado del tiempo

Abuso sexual

Sexismo en el lenguaje

Techo de cristal

Invisibilización de las mujeres

Hipersexualización de mujeres y niñas

Homofobia, transfobia, bifobia,...

Heterosexualidad obligatoria

Mitos del amor romántico



— SEGUN LA LEY

Tipos de violencia machista

- física
- psicológica
- sexual
- obstétrica
- económica
- digital
- de segundo orden
- vicaria

''' POR ÁMBITOS

- en la pareja
- en la familia
- en el trabajo
- otros ámbitos personales
- ámbito social o comunitario
- ámbito institucional



ACOMPañAMIENTO A SUPERVIVIENTES DE RELACIONES DE MALTRATO

DEFINICIÓN DE MALTRATO

El maltrato es la acción y efecto de maltratar (tratar mal a una persona, menoscabar, echar a perder). El concepto está vinculado a una forma de agresión en el marco de una relación entre dos o más personas. En todas las formas de maltrato hay una desigualdad en lo referente al poder, implica continuidad temporal y puede producirse por imposición, inducción u omisión.

CARACTERÍSTICAS

- Continuum en la relación
- Agresiones intermitentes pero constantes
- Dependencia del agresor
- Abuso de poder
- Voluntariedad
- Vulneración de los DDHH
- Daño psicológico

ESTRATEGIAS DE MALTRATO



Son estrategias porque son voluntarias. Son conductas de relación para anular las respuestas contrarias de la persona sometida. Son actos libres y voluntarios, dirigidos a que la persona sometida no pueda salir de la relación. Se contemplan también en las relaciones de maltrato infantil.

- Actos violentos
- Modulación de la violencia en el tiempo y el espacio
- Destrucción de la identidad
 - intimidación
 - degradación
 - cosificación
 - sobrecarga de responsabilidades
 - privación
 - distorsión de la realidad subjetiva

ESTRATEGIAS DE MALTRATO EXPLICADAS

MODULACION DE LA VIOLENCIA EN EL TIEMPO Y EN EL ESPACIO

- Impredictibilidad
- Ciclo de la violencia:



INTIMIDACION

- Amenazar (con echar de casa, con destruir el patrimonio, con quitar los/as hijos/as, con incrementar el maltrato, de muerte, de secuestro, de suicidio...).
- Agredir físicamente: Empujar, zarandear, abofetear, perseguir, golpear con objetos, dar patadas, escupir, pellizcar, tirar del pelo, morder, agarrar del cuello, quemar, provocar abortos...
- Agredir sexualmente/Violar.
- Utilizar gestos, miradas, posturas o tonos de voz amenazantes.
- Gritar y/o hacer ostentación del tamaño físico.
- Acosar telefónicamente, perseguir, vigilar...
- Destrozar enseres.
- Crear desorden, ensuciar a propósito, desparramar la basura...
- Atacar a los animales domésticos.
- Conducir de manera temeraria, poniendo en riesgo su seguridad.
- Ocupar la cama con elementos que la atemorizan (armas, material pornográfico...)

DEGRADACION

- Tratar a la mujer como inferior, estúpida o inútil.
- Insultar ("puta", "tonta", "bruja", "mentirosa", "mantenida", "loca"...).
- Realizar observaciones mordaces sobre su imagen y apariencia física.
- Buscar errores y fallos constantemente.
- Evidenciar defectos y debilidades.
- Criticar repetidamente su falta de habilidad como pareja, compañera sexual, madre, trabajadora ("Ni siquiera sirves para...")
- Descalificar sus habilidades, estrategias y recursos.
- Ridiculizar sus metas, normas y actitudes.
- Despreciar todo lo que para ella es importante y valioso en la vida.
- Ridiculizar todo lo que hace o dice.
- No expresar nunca reconocimiento de sus cualidades y aciertos.
- Sabotear sus éxitos y logros.
- Manifestar burla y desprecio hacia la familia de origen.
- Humillar y desacreditar públicamente.
- Desautorizar delante de terceros.
- Seducir a otras mujeres en su presencia

COSIFICACION

- Ignorar su presencia y/o lo que ella le dice.
- Negarle la palabra como forma de castigo.
- Tomar decisiones de manera unilateral, sin respetar su opinión o sin contar con ella.
- Invadir espacios privados e íntimos.
- Espiar continuamente lo que hace.
- Destruir o dañar objetos con valor afectivo (fotos, cartas, recuerdos...).
- Privar de necesidades básicas (alimento, aseo, sueño, cuidados médicos...).
- Descuidar en situaciones críticas (durante el embarazo, en enfermedades o lesiones...).
- Imponer las relaciones sexuales
- o la penetración.
- Obligar a prácticas sexuales no deseadas (desagradables, dolorosas...).
- Mostrar desconsideración durante las relaciones sexuales.
- Exigir el modo en que debe ir
- vestida, peinada o maquillada.
- Imponer que libros tiene que leer o que música debe escuchar.
- Establecer conductas prohibidas.
- Exigirle obediencia.

SOBRECARGA DE RESPONSABILIDADES

- Actuar como si fuera el dueño de la casa.
- Tratar a la mujer como si tuviera que estar siempre disponible y a su servicio.
- Revisar las tareas domésticas y exigir su estricto cumplimiento.
- Crear un tiempo de descanso o diversión a costa de la sobrecarga de la mujer.
- Definir como "impostergables" actividades que en realidad no lo son y que le alejan del hogar. Imponer tiempos y espacios.
- Exigir que adivine sus pensamientos, deseos o necesidades...
- Realizar demandas triviales para polarizar su atención en él.
- No participar en las tareas del cuidado de hijos e hijas.
- Mostrarse celoso y competitivo con los hijos e hijas.
- Negarle su derecho a ser atendida y cuidada.
- Culpar de cualquier problema o conflicto familiar.

PRIVACION

- Decidir dónde puede y dónde no puede ir.
- Impedir que le acompañe a actos sociales o
- exigir que acuda cuando él quiere.
- Prohibir las relaciones familiares y sociales.
- Sabotear o generar situaciones incómodas para que las demás personas se alejen.
- Desconectar el teléfono o internet cuando él se va.
- Ocultar información sobre los ingresos o la situación económica.
- Denegar el acceso a los bienes comunes (cuentas bancarias, tarjetas de crédito...).
- Entregar asignaciones insuficientes
- mantenimiento de las necesidades familiares
- Interferir en las decisiones de trabajo y/o formación profesional.
- Obligar a rendir cuentas detalladas de todos los gastos realizados.
- Endeudarse sin su conocimiento y/o su consentimiento.
- Llevar a procedimientos costosos para ella, destruir los bienes comunes, declararse insolvente, no pagar la manutención a sus hijos e hijas.

DISTORSION DE LA REALIDAD

- Usar la Ilusión de alternativas.
- Utilizar un lenguaje vago, impreciso y confuso ("perverso").
- Convertir aspectos triviales y sin importancia en razones profundas.
- Tergiversar conversaciones y acuerdos.
- Manipular a través del malhumor.
- Elogiar y humillar alternativamente.
- Realizar pequeñas concesiones que luego ser
- Mantener una imagen social opuesta a la que tiene en el ámbito privado.
- Apelar a la superioridad de su lógica o razón.
- Monopolizar la definición de "seriedad".
- Hacer acusaciones de infidelidad o paternidad dudosa.
- Trasladar o cambiar objetos.
- Manipular el estado físico (alterar el sueño y el reposo, inducir a tomar tranquilizantes...).

ESTRATEGIAS DEFENSIVAS del agresor



MINIMIZACIÓN.

Restar importancia y/o gravedad a los hechos, distanciándose del daño causado, argumentando que estos no han sido tan graves.



FUNDAMENTACIÓN.

Argumentar para que parezca que es correcto lo que hizo.



RACIONALIZACIÓN.

Explicar coherentemente motivaciones, conductas y hechos.



DESVIACIÓN DEL PROBLEMA.

Achacar su violencia a circunstancias externas y ajenas a sí mismo.



NEGACIÓN

abierta de la violencia, utilizándolo como defensa para restar credibilidad al relato de la víctima.



OLVIDO.

Asegurar no recordar lo ocurrido.



CHANTAJE EMOCIONAL.

“ESTRATEGIA DE ARREPENTIMIENTO”

Inducir sentimientos de lástima o pena.



ALGUNAS CONSECUENCIAS

Para las supervivientes

ACTOS

- Lesiones, traumatismos...
- Enfermedades causadas por las lesiones.
lesión
- Homicidio
- Suicidio
- Generación de pánico en la víctima.

COSIFICACION

- Deconstrucción de su identidad personal ("Silenciar el yo").
- Pérdida de su autonomía, individualidad y libertad personal.
- Obstaculización de su desarrollo personal.

DEGRADACION

- Incompetencia para afrontar la vida.
- Dependencia del maltratador.
- Desaprobación de sí misma.
- Merecedora de desprecio y rechazo (del maltrato).
- Desequilibrio emocional generado (o potenciado) por la situación de maltrato

DISTORSION

- Cuestionamiento de la validez de su visión del mundo.
- Sensación de confusión e irrealidad. La duda.
- Desestabilización psicológica.
- Credibilidad nula ante la sociedad.

MODULACION

- Hipervigilancia
- Indefensión aprendida
- Estado constante de alerta
- Ansiedad

INTIMIDACION

- Estado de alerta constante ante agresiones impredecibles, incontrolables e inevitables.
- Atrapada (sin posibilidad de escape).
- Hiperactivación del Eje III (Endocrino) de la respuesta fisiológica de estrés.
- Desarrollo de trastornos de ansiedad.

SOBRECARGA

- Maternalización de la relación.
- Sobreesfuerzo que impide su propio desarrollo vital
- Espacio privado nulo.
- "Proyecto de vida dañado".

PRIVACION

- Separación de cualquier otro referente externo al propio maltratador:
Confinamiento mental.
- Inseguridad respecto al futuro.
- Incapacidad para cambiar las circunstancias vitales.
- Dificultad para buscar ayuda y apoyo.
- Tensión cotidiana que agota.



TRASTORNO ^{POR} ESTRES POSTRAUMÁTICO COMPLEJO

“Una historia de sometimiento a un control totalitario en un periodo de tiempo prolongado (de meses a años).

Los ejemplos incluyen rehenes, prisioneros y prisioneras de guerra, supervivientes de campos de concentración y de sectas religiosas. Los ejemplos también incluyen personas sometidas a sistemas totalitarios en la vida sexual doméstica incluyendo supervivientes de malos tratos, abusos físicos o sexuales en la infancia y la explotación sexual organizada.

SIN TO MA S



- Alteraciones en la regulación emocional y de los impulsos.
- Alteraciones en la conciencia.
- Alteraciones de la percepción de sí misma.
- Alteraciones en la percepción del agresor.
- Alteraciones en las relaciones interpersonales.
- Alteraciones en los propios sistemas de ideales, significados y proyectos.



SINDROME **DE LA** MUJER MALTRATADA

Conjunto de lesiones físicas y psicológicas resultantes de las agresiones repetidas llevadas a cabo por el hombre sobre su cónyuge o mujer a la que estuviese o haya estado unido por análogas relaciones de afectividad”.

- autoestima destruida
- vergüenza/culpa
- dependencia emocional
- identidad personal anulada
- dignidad quebrada
- tristeza/depresión
- miedo/ansiedad
- trastornos psicofisiológicos
- indefensión (desesperanza)
- aislamiento social
- confusión y sensación de irrealidad
- indignación/ira



SIN TO MA S

FASES ^{DE LA} RECUPERACIÓN

ATENCIÓN EN CRISIS

01

Intervención proactiva.

Acogida.

Valoración del riesgo. Plan de huida.

Evaluación psicológica.

Intervención psicológica

→ SEGURIDAD 02

Ponerle nombre al problema.

Reestablecer el control.

Establecer un entorno seguro.

TRABAJO DE TRAUMA

03

Reconstruir la historia del trauma.

Transformar el recuerdo traumático.

Llorar la pérdida traumática.



RECONEXION CON LA VIDA

Aprendiendo a luchar.

Reconciliarse con una misma.

Reconectarse con el mundo.

04



OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN

- Desvelar la violencia ejercida contra ella.
- Abordar las secuelas psicológicas producidas por la violencia física, psicológica o sexual vivida: El trastorno por estrés postraumático complejo.
- Reforzar su autoestima.
- Eliminar errores de atribución causal y la culpa.
- Fomentar conductas de independencia y autonomía.
- Recuperar su dignidad y su identidad personal.
- Mejorar su estado de ánimo (Tristeza o depresión).
- Eliminar los trastornos específicos relacionados con la ansiedad y el estrés: Trastornos psicofisiológicos, crisis de ansiedad, estrés postraumático...
- Romper el aislamiento familiar, social y laboral.
- Dotar de las habilidades necesarias para hacer frente a un proceso de separación.
- Abordar la dependencia emocional del maltratador.
- Aprender a controlar el miedo y la incertidumbre ante los peligros y riesgos reales.
- Afrontar el proceso judicial (civil y penal).
- Enfrentar las creencias y los valores que mantienen a la mujer en una situación de maltrato.
- Deconstruir y recomponer el significado o el ideal del amor. (Cuestionar la unidireccionalidad del mandato del cuidado).
- Reforzar su capacidad para defenderse y para tomar decisiones adecuadas en caso de agresión.
- Modificar las relaciones materno-filiales distorsionadas por la situación de violencia vivida.
- Cuando fuese preciso, apoyos de compensación de tipo laboral o económico ante la carencia de recursos.

TRABAJO DE ROLES

CORINNA BÜNGER BAUMGARTNER (2011) : THE DARK SIDE OF THE MOON TRAUMA TRANSFORMATION AND FACILITATOR DEVELOPMENT

En una situación de violencia están presentes de alguna manera los siguientes roles. Trabajar con la persona superviviente para que pueda sentir la energía de cada uno de ellos la ayuda en el proceso de integración

ROL VICTIMA

Suele ser el rol con el que la superviviente se identifica más en el nivel intrapersonal, pero podría no ser así. Por ejemplo, en nuestra sociedad hay un estigma muy fuerte relacionado con ser víctima de una agresión sexual, se ve cómo frágil, a la que hay que cuidar, sucia o “pobrecita”, entre otros. Reconocerse en este rol implica también conectar con el dolor o emociones que de primeras pueden ser desagradables

ROL AGRESOR

En el nivel intrapersonal es el rol con el cual la superviviente menos se identifica. Aun así, este se expresa a través de síntomas o perturbaciones. Este rol, mientras no sea integrado, será proyectado en su exterior, relaciones, etc. a través de dobles señales y causará mucho malestar. Es necesario apoyar a la superviviente para que pueda reapropiarse del poder de esta energía.

La energía del agresor se queda congelada como reacción al trauma y ya no está disponible. Descongelar esta energía y hacerla útil es uno de los objetivos centrales de la transformación del trauma, y una de las tareas más delicadas. Si no se integra, esta energía permanecerá en el ámbito de lo secundario (lo que la persona no tiene acceso) y causará muchas irritaciones, no sólo para la propia superviviente del trauma sino también en sus relaciones. Este puede ser el proceso más importante de todo el proceso de transformación, es difícil, pero cuando una pueda sentirse lo suficientemente segura para trabajar en este rol, podría ser el momento.

A nivel intrapersonal, este rol se suele dar en relación con una misma, es decir, nos autoagredimos sin darnos cuenta, reproducimos la dinámica externa en nosotras mismas.



ROL ESPECTADOR

En el nivel intrapersonal es cuando la superviviente habla de la agresión con distancia, como si lo viera desde fuera. Por un lado, se separa del dolor, por otro, esta desconexión imposibilita la autocompasión, hecho que reafirma el trauma. Ella experimenta el desapego en sí misma y lo experimenta en relación con los demás. La gente puede no creerla, o puede creerla, pero no es capaz de sentir con ella, la gente puede no querer escuchar nada, etc. Se podría decir que este rol se crea por disociación. El proceso de este rol tiende a transformarse en testigo. Se puede manifestar a través de una actitud fría hacia una misma o hacia las demás. Podría también manifestarse como apatía o impotencia.

ROL TESTIGO

Es la parte que escucha, tiene compasión y comparte la carga emocional, así como la responsabilidad del compromiso de transformación del trauma. Está involucrada, pero tiene la capacidad de distanciarse temporalmente. Respeta el proceso de la superviviente y confía en su poder interno para salirse.

ROL PROTECTOR

Es el rol ausente en la escena del trauma, nadie pudo protegerla del daño. Si la experiencia es generalizada la superviviente puede llegar a desconfiar mucho de la gente, "porque nunca nadie la protege"

Este rol es uno de los que hay que alimentar en el nivel intrapersonal, en el proceso de transformación del trauma. Está estrechamente relacionado con recuperar la seguridad, la búsqueda de recursos internos y externos para hacer frente a los desafíos de la vida y las relaciones, y así poder conectar con la confianza de nuevo.

Darse cuenta del poder propio, y de la fuerza que le ha ayudado a sobrevivir, conecta a la persona con su lugar mítico

A menudo darse cuenta de que se ha sobrevivido comporta darse cuenta que este poder interno ya estaba en nosotros.