



[Portada](#)

[Galerías de Fotos*](#)

[Mi país*](#)

[Mapa del sitio*](#)

[5 Héroe*s*](#)

[Contáctanos*](#)

[Amigos*](#)

[¿Quiénes somos?](#)



[Vida Estudiantil](#)

[Sexualidad y](#)

[Salud](#)

[Deporte](#)

[Así Somos](#)

[Arte](#)

[Ciencia y](#)

[Tecnología](#)

[Tiempo Libre](#)

[Humor](#)

[Moda](#)

[Tus canciones](#)

[Por el mundo](#)

[Rollo Joven](#)



[Jornada internacional por la liberación de los Cinco](#)



[IX Congreso de la UJC](#)



Lo que preferimos dejar debajo de la cama

¿Somos violentos o excesivamente intolerantes? ¿Es nuestra sociedad armónica en todos sus niveles?

Por [IWC](#)

Niño asustado.

La violencia, sea explosiva o velada, está presente en nuestra vida cotidiana. Aunque tenemos que reconocer que nos ha acompañado siempre, cual condición inherente a la especie humana, cobra mayor relevancia en el mundo de hoy, pues nunca antes se había evidenciado tan claramente el aumento de la agresividad hacia el prójimo.

La violencia, sea simbólica o física, parte del ejercicio del poder entre distintos aspectos definitivos como la identidad, edad, pertenencia a una clase y el origen racial o étnico.

Aclarado este punto ya podemos hacernos interrogantes: ¿Es violenta nuestra sociedad actual? ¿Se considera a Cuba una nación violenta? ¿Hay manifestaciones diarias de esa conducta?

(Tomada de www.trabajadores.cu)

En un mundo cada vez más convulso y agresivo, la Isla, en cuanto a manifestaciones violentas explícitas (entiéndase por esto golpes, asaltos y agresiones directas) mantiene un índice bastante bajo, lo cual nos convierte en una nación considerada tranquila y con un alto estándar de seguridad ciudadana. ¿Pero esto es todo? ¿Solo con eso podemos considerar si somos o no, los cubanos en la actualidad, seres violentos o intolerantes? Primeramente deberíamos comprender:

¿Qué constituye la VIOLENCIA?

Hasta hace relativamente poco tiempo habíamos creído que la agresión física era la única forma de violencia. Sin embargo, la psicología moderna nos ha dado una nueva visión del ser humano y de sus necesidades psicológicas. Ahora sabemos que el fenómeno puede manifestarse más sutilmente de otras maneras, que también hacen daño a nuestros semejantes: las denominadas psicológica o verbal, y la patrimonial.

Atentar sistemáticamente contra la autoestima de una persona mediante críticas, desprecio, abandono o insultos; destruir su ropa, documentos o recuerdos, también son formas de violencia. No cabe duda de que a veces los golpes al espíritu son mucho más dañinos que los golpes a la piel. Las víctimas de este tipo de violencia, por lo general, continúan sufriendo calladamente y por eso no reciben la ayuda necesaria.

Una persona golpeada puede mostrar sus heridas. Sin embargo, la que es lastimada sistemáticamente en la psiquis no tiene heridas físicas que mostrar. Como este tipo de abuso ocurre mayormente en la privacidad del hogar, suele pasar inadvertido.

Desde un punto de vista evolutivo, la violencia es una respuesta de supervivencia genéticamente determinada ante fenómenos como el hambre, la sed, los depredadores, entre otros. Evolutivamente —explican los expertos—, quienes mejor se han enfrentado a los peligros a través de su agresividad, han sido seleccionados naturalmente. De aquí que muchos investigadores consideran que los seres humanos podrían estar genéticamente predeterminados para la violencia. Entonces surge otra interrogante: ¿por qué no todos somos violentos?



Edición de papel

[Editora Abril](#)
[Pionero](#)
[Zunzún](#)
[Juventud Técnica](#)
[Alma Máter](#)
[Caimán Barbudo](#)

El punto de vista psicológico responde a la pregunta anterior. Aunque existen numerosas teorías psicológicas sobre el tema, todas tienen una serie de puntos en común, y una de ellas es que el ser violento tiene un problema psicológico o psiquiátrico que le hace sentir más vulnerable, inseguro y con baja autoestima, por lo cual siente la necesidad de compensarlo mediante la violencia, enfrentándose con quien o quienes lo rodean.

A partir de ahí muchas terapias buscan las causas de la violencia en la infancia y en los problemas que experimentó la persona al crecer, asumiendo que si convivió con este tipo de comportamiento en el hogar tendrá más posibilidades de asumir el mismo patrón.

También se ha explicado ese tipo de conducta como una expresión de la ira o enojo; de hecho, se ha creado una forma de tratamiento que permite a las personas "sacar lo que tienen dentro" golpeando almohadas y objetos similares, y gritando para expresar libremente esa emoción. Este tipo de tratamiento se conoce como "control de la ira", y nos puede hacer plantearnos una cuestión: ¿el hecho de animar a una persona violenta a que golpee un objeto controlado reduce su agresividad o la aumenta, al reforzar sus manifestaciones agresivas y generalizar su respuesta a la vida real? Cuestionamientos aparte, esta teoría supone que el hombre debe aprender a expresar la cólera adecuadamente.

Otra explicación psicológica es la que parte de la teoría de sistemas, que supone que es la pareja la que está dañada, y no solo el individuo. Trata de esclarecer de qué manera ambas partes de una pareja participan como responsables de la violencia que existe entre ellos. Esta interpretación ve al individuo en compañía como un sistema con cierto equilibrio que, cuando se rompe por influencia de una o ambas partes, crea el potencial para la violencia.

La posición psiquiátrica sugiere, por su parte, que el hombre tiene una enfermedad mental grave y por eso es violento. Sus normas de razonamiento están fuera de las regulaciones sociales y, por tanto, se creería que es un psicópata o sociópata. Sin embargo, esta teoría puede suscitar una pregunta: si la violencia es fruto de una enfermedad mental, ¿por qué es selectiva? Por ejemplo, las personas que son violentas en el hogar no tienen por qué serlo necesariamente en su trabajo o con sus amigos.

Para dar una explicación a por qué la violencia en muchos sujetos es selectiva, o lo que es lo mismo, no se reproduce en todos los contextos de su vida, hemos de remitirnos a otro nivel: el sociocultural: Según una importante teoría social existe una división dicotómica que se establece en muchos ámbitos: mujer-hombre; jefe-trabajador; policía-ciudadano; profesor-alumno..., de forma que analiza esta división artificialmente creada entre los hombres, que ha supuesto la creencia (y asunción), desde casi el principio de la humanidad, de la superioridad de unos sobre otros.

Con la lupa en la mano

La célula de toda sociedad es la familia. La educación que hemos recibido, las ideas heredadas, la conformación de nuestro carácter, todo ello no es más que un reflejo del entorno social que nos rodea. La relación de pareja implica roles que asumimos en gran medida de forma atávica, es decir, porque así lo hemos aprendido desde siempre.

Pero, ¿qué tipo de violencia se puede ejercer en una relación de pareja?

Primeramente, hablemos de la violencia FÍSICA, que es una invasión del espacio físico de la persona y puede hacerse de dos maneras: una es el contacto directo con el cuerpo mediante golpes y empujones; la otra, es limitar sus movimientos encerrando, provocando lesiones, forzándola a tener relaciones sexuales y hasta produciendo la muerte.

De esta manera, la violencia física tiene un impacto directo en el cuerpo de la víctima, aunque el espacio emocional es el que más sufre, a excepción lógicamente de la agresión que produce la muerte. Cabría aclarar que la violencia física es el último recurso que la persona utiliza, ya que por lo general antes ya ha intentado controlar a su pareja de otras formas más sutiles, como la violencia emocional y verbal.

La SEXUAL o DE GÉNERO es una forma de violencia que está muy generalizada y se encuentra dentro del ámbito de la violencia física, aunque invade todos los espacios. Por su severidad la ubicamos en una categoría diferente. En primer lugar, la violencia sexual se ejerce al imponer ideas y actos sexuales. El hombre (que es quien mayormente la ejerce) quiere que su pareja compita por su atención y buenos tratos: es muy común que trate mejor a personas que no viven con él que a su propia pareja.

Pareja en la cama.



La violencia sexual o de género es una de las más severas y generalizadas.
(Tomada de www.lifeisalemon.net)

Otra forma de violencia sexual se realiza mediante la fuerza física. Hay personas que piensan que por tener una relación tienen derecho a hacer sexualmente lo que quieran y cuando

quieran; para efectuar esta violación el hombre usa diferentes métodos, desde “convencer” con dinero hasta valerse de amenazas y golpes para llevar a cabo su propósito.

La violencia VERBAL requiere el uso de palabras (o ruidos vocales) para afectar y dañar a la pareja, hacerle creer que está equivocada o hablar en falso de ella en público. Existen tres formas de ejercer este tipo de violencia: cosificar, degradar y amenazar.

Amenazar: Consiste en la forma más usual de ejercer la violencia verbal, prometiendo ejercer violencia si intenta “oponerse”.

Degradar: Es un tipo de violencia que disminuye el valor de la persona por medio de frases como “eres una estúpida” o “siempre te portas como una niña”... También se puede ejercer más sutilmente (sin que sea por ello menos doloroso) con frases como “no te preocupes si te sale mal: ya sé que no lo puedes hacer mejor”. Este tipo de violencia verbal es muy doloroso, porque no es muy visible, pero afecta emocionalmente y de manera muy profunda.

Cosificar: Consiste en hacer sentir como un objeto sin valor a la persona, poniéndole sobrenombres o dirigiéndose a ella de manera despectiva; por ejemplo: “¡Anormal, ven aquí!”, etcétera.

Todas estas son formas directas de violencia, pero las hay también indirectas; por ejemplo, susurrar para que no se entienda lo que se dice, hacer ruido para que no oiga la televisión, entre otras. Todas tienen como objetivo degradar a la pareja, quitarle su humanidad, menospreciarla, restringir sus actividades y especialmente negar su propia realidad y herirla emocionalmente. Finalmente, esta es una clase de violencia muy utilizada, porque adopta muchas vías y, además, es fácil de encubrir.

La violencia EMOCIONAL tiene como objetivo destruir los sentimientos y la autoestima de la persona, la hace dudar de su propia realidad y limita sus recursos para sobrevivir. Es tremendamente dañina, porque hace que el individuo maltratado se sienta constantemente presionado sin poder definir de dónde viene esa presión; de esta forma, constituye una forma de tortura que mantiene desequilibrada a la víctima, pues cree ser la causa de la imposición a que está sometida.

En cuanto a sus manifestaciones, se lleva a cabo mediante actos que atacan los sentimientos o las emociones de la persona: estos actos son persistentes y muy difíciles de reconocer, pues están aún más encubiertos que la violencia verbal; de esta forma, generalmente se ejerce mediante actitudes físicas que implican invalidación, crítica, juicio y descalificación.

Algunos ejemplos de violencia emocional son los siguientes: evitar que la persona tenga contactos sociales mediante argumentos, descartar sus ideas (por ejemplo, si uno aportó una idea sobre cómo hacer algo, el otro lo desecha inmediatamente diciendo: “Disculpa, pero tú no sabes nada de este tema”).

La forma más impactante de violencia emocional a la que se recurre es esperar a que la pareja gaste sus recursos, mientras que la otra parte no asume ninguna responsabilidad. La ausencia como pareja es la parte que resulta emocionalmente más dolorosa, pues cuanto más uno trata de entender y de apoyar para participar de manera cooperativa, el otro se aleja más.

Entonces, ¿somos o no somos violentos?

Los tipos de violencia son empleados de forma progresiva. La violencia emocional desequilibra a la persona, que empieza a dudar de su habilidad para procesar la información que recibe y por lo tanto la deja expuesta a ser controlada. Este tipo de violencia funciona al imponer las ideas de una persona sobre la otra. Si el individuo rehúsa dejarse controlar por medios supuestamente sutiles, el agresor avanza y comienza a emplear métodos más claros, como la violencia verbal. Si aun así la persona no se deja controlar y se opone abiertamente, entonces el agresor emplea el último recurso: la violencia física.

El cubano, con todo su andamiaje de “latino de sangre caliente”, arrastra consigo una herencia que, por creencias populares, es asociada con la genética y no con un tipo de comportamiento aprendido de generación en generación, y que le impone un carácter activo, pasional y, por lo tanto, de poco razonamiento.

A pesar de eso, la violencia física en Cuba no reporta altos índices de incidencia. Está presente, por desgracia, pero no es una manifestación cotidiana del cubano. Mucho tienen que ver los logros educacionales y el nivel cultural que se ha ido adquiriendo con los años de Revolución y, también, en muy buena medida, la labor de la Federación de Mujeres Cubanas y la política en general del país, que han dado un espacio de desarrollo e igualdad (al menos nominal) a las féminas.

Sin embargo, la violencia de tipo emocional y la verbal se han convertido en algo común. No es raro tropezarse en el recorrido de una calle, o a la salida de una escuela, de innumerables muestras de ellas. Mucho tienen que ver los patrones que se han transmitido en estos últimos años y cómo muchos valores puros (como la honestidad o la amistad) han cedido lugar a la preponderancia de valores materiales.

Los medios de comunicación y la educación en Cuba también continúan siendo sexistas. Los rasgos patriarcales siguen vivos. El macho tiene que ser bien macho, y la mujer, aunque trabaje en la calle, debe asumir su rol de ama de casa. Aunque mucho se ha avanzado en estos últimos tiempos respecto a la aceptación de la diferencia, continuamos siendo intolerantes, pues, constantemente repetimos comentarios despectivos hacia personas con otros gustos o simplemente otra inclinación sexual.

Con recelo se observan las nuevas tendencias de la juventud, desgraciadamente influenciada por un pésimo punto de vista desde el cual se cosifica a la mujer y que, como clímax, pregona el abuso y superioridad masculina; así ocurre en la mayoría de los videos clips relacionados con el reggeaton, género que, por demás, goza de la mayor popularidad entre la juventud en la actualidad.

Mucho terreno hay que andar. Pues aunque la que hasta hace muy poco fue considerada la única fuente de violencia, es decir la física, no está generalizada en Cuba (aunque tampoco sea raro toparse con ella), el resto de las expresiones sí están presentes en la vida cotidiana e, incluso, en términos alarmantes de la comunicación cotidiana.

A modo de final

El debate sobre el origen innato o aprendido de la agresividad destructiva en el ser humano seguramente no terminará nunca. En todo caso, ya sea que se acoja una hipótesis o la otra, lo que sí puede afirmarse con certeza es que el hombre ha sido persistente en su lucha por la destrucción. Además de aprender a reconocer la violencia en sus formas más sutiles, pasar de la pasividad a la denuncia y educar en la tolerancia y la equidad, poco puede avanzarse en la erradicación de ese mal si no se vencen las falsas creencias que le acompañan.

Los mitos surgen de la gente y con el tiempo se van convirtiendo en leyes no escritas. También impiden ver claramente los motivos reales que amparan el abuso: "que las mujeres son masoquistas y les gusta el maltrato, que los abusadores son hombres con trastornos o actúan así por culpa del alcohol", son solo algunas de esas convicciones.

También se cree "que los más pobres y menos educados son los más violentos". Absolutizar, como siempre, conduce al error. Si la violencia fuera exclusiva de "personas con trastornos" sería mucho más fácil de erradicar.

¿No cree usted lo mismo?

Artículos relacionados

[Perfil del maltratador](#)

[No es solo lo que se dice, sino la forma en que se dice](#)

[¿Por qué muchas mujeres permanecen en una relación de violencia?](#)

[El rol del hombre y el rol de la mujer](#)

[Violencia contra los animales](#)

[Subir](#)