

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

### **La violencia psicológica en las relaciones de pareja. Una problemática actual**

#### **Psychological violence in intimate relationships. A current problem**

Lic. Liubal Noa Salvazán<sup>1</sup>, Dra. Yoasmy Creagh Alminán<sup>2</sup>, Dra. Yodalia Durán Durán.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Licenciado en Psicología. Máster en Sexualidad. Profesor Auxiliar. Facultad de Ciencias Médicas. Guantánamo. Cuba

<sup>2</sup> Especialista de II Grado en Oftalmología. Máster en Longevidad Satisfactoria. Asistente. Hospital General Docente "Dr. Agostinho Neto". Guantánamo. Cuba

<sup>3</sup> Especialista de I Grado en Psiquiatría. Máster en Longevidad Satisfactoria. Instructor. Hospital "III Congreso", San Antonio del Sur. Guantánamo. Cuba

---

### **RESUMEN**

Se realiza una revisión bibliográfica sobre la violencia psicológica en las relaciones de parejas heterosexuales, con el objetivo de valorar el comportamiento de este fenómeno en la actualidad. Se hace énfasis en las características que la diferencian de las otras formas de violencia hacia las mujeres. Se constata que la violencia psicológica está presente en las relaciones de pareja sin que las personas sean conscientes de su presencia, naturalizándola y atribuyendo muchas de sus manifestaciones a comportamientos propios de la cultura patriarcal, lo cual garantiza su permanencia y la transmisión de patrones comportamentales anacrónicos a la hora de resolver conflictos en el marco de las relaciones de pareja a las presentes y futuras generaciones. Estos temas, sirven de análisis y discusión para los profesores y estudiantes que pertenecen a la Cátedra de Sexualidad de la Facultad de Ciencias Médicas Guantánamo.

**Palabras clave:** violencia psicológica; violencia física y sexual; género; estigma; equidad de género

---

## ABSTRACT

A literature review of psychological violence in the relationships of heterosexual couples, in order to assess the behavior of this phenomenon is performed today. Emphasis on the characteristics that differentiate it, from other forms of violence against women is done. It is found that psychological violence is present in relationships without making people aware of their presence, naturalizing and attributing many of his own behavior, manifestations of patriarchal culture, ensuring their stay and the transmission of behavioral patterns anachronistic when resolving conflicts within intimate relationships of the present and future generations. These themes serve as analysis and discussion for teachers and students belonging to the Department of Sexuality, Faculty of Medical Sciences Guantanamo.

**Keywords:** psychological; physical and sexual violence; gender; stigma; gender equity

---

## INTRODUCCIÓN

El término violencia se relaciona con la palabra violación, la cual proviene del latín *violare*, y ésta a su vez de *vis*, que significa fuerza.

El acto de violencia acompaña al ser humano desde que por primera vez se justificó, emplear la fuerza y el poder, en aras de doblegar voluntades.

La violencia en las relaciones de pareja acompaña al ser humano desde tiempos inmemoriales, sin embargo, las investigaciones científicas acerca del fenómeno, comenzaron a divulgarse, sobre todo a partir de la década del 70, observándolo como causa y consecuencia de los conflictos que se generan en la convivencia de esta sui generis relación.

Los años setenta del siglo pasado, marcaron un hito, en cuanto a denuncia y lucha de las mujeres en países de Europa y los Estados Unidos, principalmente por lograr un espacio digno dentro de la familia y la sociedad, estos movimientos sociales se propagaron, paulatinamente, a muchas partes del mundo, lo que trajo consigo, que a mediados de esos años, se comenzara a discutir sobre el tema en diferentes foros internacionales:

“1975, en Naciones Unidas se proclamó la década de la mujer. 1980, se celebró la II Conferencia Internacional del Decenio de las Naciones

Unidas sobre la Mujer en Copenhague, la cual se tituló "Desmitificar la violencia como fenómeno del espacio privado".

1985, en la Conferencia Internacional del Fin del Decenio de la Mujer, celebrado en Nairobi, se trató a la violencia como un obstáculo para la paz y un fenómeno social.

En 1993, en la II Conferencia Mundial de Derechos Humanos de Viena, se analiza: violencia contra las mujeres y niñas como una violación de los derechos humanos.

En este mismo año, la Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU), declaró el 25 de noviembre, como Día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer.

En 1995, la Asamblea General de Naciones Unidas, urgió a los Estados, a la vigilancia de las legislaciones nacionales, en lo que concierne a castigar la violencia contra las mujeres".

## **DESARROLLO**

Por lo general, cuando se habla y se piensa en la violencia, las personas se representan solo el daño físico, la agresión verbal alarmante o la conducta extrema que no pasa desapercibida, obviando que estas manifestaciones, difícilmente dejan de tener una integración armónica con la violencia psicológica.

El tema de la violencia psicológica, a pesar de poseer una prevalencia elevada, todavía no es suficientemente estudiado, separada del resto de las expresiones de violencia en ese marco de relación.

Por su carácter subjetivo la violencia psicológica adopta variadas formas de manifestación. Estas maneras han cambiado con el transcurso del tiempo, lo que trae consigo variedad en sus apreciaciones teóricas.

"El estudio de la violencia psicológica se agrava porque existe un componente subjetivo e intersubjetivo muy poderoso que dificulta "objetivar" hasta qué punto, la violencia que sobre ella siente la víctima, es intencionalmente causada por su agresor o no.

Igualmente, no todo agresor o grupo de agresores tiene plena conciencia de su intencionalidad de dañar a otro".

Esta definición reconoce lo difícil del estudio de la violencia psicológica al existir en el espacio subjetivo e intersubjetivo, con lo cual coinciden los autores, ya que cada pareja posee sus normas, patrones y estilos de comportamientos individuales e interpersonales, que hacen que lo que pueda ser indicador de violencia psicológica para uno de sus miembros o para ambos, no lo sea para otras personas que conforman, igualmente otras parejas. Los patrones culturales también permiten que la acción violenta se haga invisible, se naturalice y, justo por ello, se perciba como normal.

Según los criterios de N. Acosta, citado por Wert N.: "La violencia psicológica es toda omisión o acción que cause daño, dolor, perturbación emocional, alteración psíquica o daño en la autoestima de la persona a la cual va dirigida".

Tal definición, llama la atención sobre un elemento importante, ya analizado en la definición anterior, y es justamente, el componente subjetivo e intersubjetivo de la violencia psicológica. Aquí nuevamente se observa cómo las acciones que no causan dolor, daño, perturbación emocional, si bien pueden considerarse como elementos de la citada violencia, no constituyen por si solos marcadores para determinar que una persona sea víctima de este tipo de violencia. Es necesario, por tanto, descubrir los indicadores específicos de esta modalidad de violencia para cada pareja y cada uno de sus miembros.

Ana Martos Rubio, señala: "La violencia psicológica no es una forma de conducta establecida, sino un conjunto heterogéneo de comportamientos, en los cuales se produce una forma de agresión psicológica. Puede ser intencionada o no intencionada. Es decir, el agresor puede tener conciencia de que está haciendo daño a su víctima o no tenerla".

Para esta autora, la violencia psicológica implica una coerción, aunque no haya uso de la fuerza física, es un anuncio de ésta última e incluso muchas veces deja secuelas, más, porque el anuncio es la amenaza suspendida en la víctima, la cual desconoce qué acciones va a recibir.

López, citado por Fuentes, Vasallo y otros, plantea que "la violencia psicológica conlleva al control, la desvalorización y el sufrimiento, se manifiesta en la exigencia a la obediencia, en la culpabilización sin motivo real, en limitaciones y restricciones, en la omisión e indiferencia; incluye expresiones verbales como ofensas, humillaciones, menosprecio".

La doctora Iliana Artiles de León observa, que el "abuso emocional o psicológico es toda acción u omisión cometida contra una persona para

dañar su integridad emocional, la concepción y el valor de sí misma o la posibilidad de desarrollar todo su potencial como ser humano. Se evidencia cuando alguien amenaza, humilla, aísla o descuida a otra persona, pero también cuando la critica, cela y ridiculiza”.

Para Héctor Machado, Citado por Molina Martínez, “es toda conducta que ocasione daño emocional, disminuya la autoestima, perjudique o perturbe el sano desarrollo, ya sea, en forma abierta o encubierta; incluye, conductas ejercidas en deshonra, descrédito o menosprecio al valor personal o a la dignidad. Tratos humillantes, vigilancia constante, aislamiento o amenaza de alejamiento, manifestar actitudes de rechazo, humillar, avergonzar, hacer sentir insegura y mal a una persona, deteriorando su imagen y su propio valor, dañar su estado de ánimo, disminuyendo la capacidad para tomar decisiones y vivir con gusto”.

La doctora Dunia Ferrer, plantea: “La violencia psicológica es el conjunto heterogéneo de manifestaciones conductuales, aprendidas y utilizadas de forma consciente o no, en los marcos de una estructura relacional jerarquizadas (real o simbólica) para mantener el poder mediante la producción de un daño a la integridad psicológica de otros, usando como vía la comunicación; pudiendo estar determinada la diferencia de poder culturalmente obtenida mediante acciones interpersonales de control de la relación; adoptando habitualmente la forma de roles que se complementan y apareciendo de modo permanente o cíclico”.

De manera general se observa, que las distintas definiciones giran alrededor del impacto negativo que se produce en la esfera emocional de las personas cuando son víctimas de la violencia psicológica, no obstante, esta última definición, incluye de manera explícita, el poderoso papel del aprendizaje cultural de tales comportamientos que encuentran en la relación interpersonal de pareja, espacios conductuales que pueden funcionar de manera “asintomática”, durante un periodo de tiempo determinado.

La violencia psicológica, según Ana Martos, puede agruparse por sus características, en las siguientes categorías:

“Maltrato psicológico activo: Es un trato degradante continuado que ataca a la dignidad de la persona. Son los más difíciles de detectar, porque la víctima muchas veces no llega a tomar conciencia de que lo es.

Maltrato psicológico pasivo: Es la falta de atención hacia la víctima cuando ésta depende del agresor; la cual puede llegar al abandono emocional.

De esta clasificación se desprenden variadas formas de expresión, como son:

**Acoso psicológico:** se ejerce sobre una persona, con una estrategia, una metodología y un objetivo, para conseguir el derrumbamiento y la destrucción moral de la víctima. Acosar psicológicamente a una persona es perseguirla con críticas, amenazas, injurias, calumnias y acciones, que pongan cerco a la actividad de esa persona, de forma que socaven su seguridad, su autoafirmación y su autoestima e introduzcan en su mente, malestar, preocupación, angustia, inseguridad, duda y culpabilidad.

La segunda condición imprescindible para que se produzca el acoso psicológico, es la complicidad implícita o el consentimiento del resto del grupo.

Según la relación víctima-verdugo, el acoso psicológico puede clasificarse en:

- Acoso psicológico vertical:

El acosador se halla en una posición de poder superior a la de su víctima, ya se trate de poder social, económico, laboral, jerárquico, y otros. Se trata de una situación en la que el acosador es superior al acosado.

- Acoso psicológico horizontal:

El acosador se halla en la misma posición de poder que su víctima y se trata de acoso entre iguales. Es una situación en que el acosador se vale de su fuerza física o moral para hostigar a otra persona de su mismo nivel jerárquico o social, con la aquiescencia del entorno.

- Acoso afectivo:

Es una conducta en la que el acosador depende emocionalmente de su víctima hasta el punto de hacerle la vida imposible. El acosador, con sus manifestaciones continuas y exageradas de afecto, le roba a su víctima la intimidad, tranquilidad, tiempo para realizar sus tareas o para llevar a cabo sus actividades, porque la interrumpe constantemente con sus demandas y, apenas la "deja respirar" entre petición y petición, pero siempre con mimos, con arrumacos y con caricias inoportunas y agobiantes.

Si la víctima rechaza someterse a esta forma de acoso, el verdugo se queja, llora, implora, se desespera, amenaza con retirarle su afecto o "cometer una tontería", pudiendo llegar, a intentos de suicidio o explosiones, realmente espectaculares, que justifica diciendo, que todo lo hace por cariño. Esto supone añadir el chantaje afectivo a la estrategia de acoso, donde aparecen:

**Intimidación:** conducta en la cual existe una víctima indefensa, que se produce de forma repetida y durante un periodo de tiempo de más de 1 mes, donde predomina la agresión verbal y el chantaje emocional.

**La manipulación mental:** esta forma de violencia supone el desconocimiento del valor de la víctima como ser humano, en lo que concierne a su libertad, a su autonomía, a su derecho a tomar decisiones propias acerca de su propia vida y de sus propios valores.

La manipulación mental puede comprender el chantaje afectivo. Las tácticas de manipulación incluyen amenazas y críticas, que generan miedo, la culpa o vergüenza, encaminados a movilizar a la víctima en la dirección que desea el manipulador.

**La agresión insospechada:** es una forma de violencia psicológica tan sutil y elaborada, que se disimula y oculta entre las fibras del tejido social. La agresión insospechada es la que muchos agresores ejercen disfrazándola de protección, de atención, de buenas intenciones y de buenos deseos. Los agresores rodean de atenciones, mimos y cuidados a la víctima, pero no les permiten desarrollarse como personas autónomas ni ejercer su derecho a la libertad, no les permiten escapar del entorno artificial que han fabricado para ellas.

También se consideran manifestaciones de violencia psicológica, a las siguientes consideraciones:

**El aislamiento:** control abusivo de la vida de la otra mediante vigilancia de sus actos y movimientos, escucha de sus conversaciones, impedimentos para cultivar amistades, limitaciones de su vida social.

**Desprecio:** tratar al otro como inferior, tomar decisiones importantes que atañen a ambos sin consultar al otro(a).

**Abuso económico:** control abusivo de finanzas, recompensas, impedirle trabajar, aunque sea necesario para el sostén de la familia; que el sueldo de la mujer se utilice en función de beneficios domésticos comunes y el del hombre tenga autonomía para satisfacer necesidades personales; que antes (o después) del divorcio, el hombre aporte una suma monetaria que resulte simbólica a la hora de satisfacer las necesidades reales de los hijos, aunque sea lo legislado o cuando no aporta nada.

A la violencia psicológica se les debe prestar mucho interés, ya que, ella es antesala a los otros tipos de violencia que ocurren en el marco de la relación de pareja; es prácticamente imposible concebir la existencia de la violencia física y sexual, sin que estén presentes los elementos de la

psicológica, esta colorea, tiñe con un colorido tal a las otras modalidades, que la hacen perdurables en las mentes, en la espiritualidad de las personas que la sufren y de las que están a su alrededor. Al igual que el alcohol es una modalidad de violencia portera, pues abre las "puertas" a los otros tipos de violencia en la relación de pareja.

En la actualidad, la violencia psicológica es un tema que va tomando cada día más fuerza en distintos espacios sociales, pero es preciso que "atterrice" en los círculos familiares, donde, quizás, más afecte su manifestación.

No se considera que esté aumentando su prevalencia, como afirman voces alarmistas, se puede plantear que hoy son más conocidas esas conductas y de ahí que se deba luchar por lograr un impacto en las conciencias individuales y colectivas. No se concibe que exista tan bajo número de denuncias de actos de violencia psicológica en las relaciones de pareja.

La violencia psicológica se puede prevenir. Tal planteamiento no se hace ilusionado en actos de buena fe; constituye una afirmación fundamentada en la voluntad, la regulación personalógica, la dignidad y en la ética de los seres pensantes que somos.

Los conocimientos profesionales tienen la misión en el socialismo de llegar a las grandes masas, a modificar actitudes, a desarrollar comportamientos auto-críticos y auto-responsables, acordes a los principios de este sistema social, solo así se puede construir una sociedad más justa y humana.

## **CONSIDERACIONES FINALES**

Este tipo de violencia es dañina de muchas formas y aún no se puede determinar, a ciencia exacta, cuánto afecta la salud psicológica, física y sexual de las mujeres que la sufren. Esta realidad presenta un gran reto e insatisfacción en el estudio del fenómeno, porque todavía, pese a la alta participación social femenina, continúa siendo víctima de violencia psicológica.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Alfonso Rodríguez A. sexualidad, salud sexual y determinantes sociales de la salud: notas para el debate. Revista sexología y sociedad. Año 16 No. 42; 2010.
2. Artiles I. Violencia de género: obstáculo para su prevención y atención. Revista sexología y sociedad. Año 12 No.32; 2006.
3. Álvarez Roca M. La mujer maltratada, aproximación a su estudio en la comunidad 30 de noviembre. En CD-RUM V Congreso Cubano Educación, Orientación y Terapia Sexual. Ciudad de La Habana; 2010.
4. Casales Fernández J. Conocimientos básicos de psicología social. Ciudad de La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2009.
5. Colectivo de autores. Educación de la sexualidad y prevención de la ITS y el VIH/sida desde los enfoques de género, de derechos y sociocultural. La Habana. Ministerio de Educación; 2011.
6. Colectivo de autores. La construcción de la sexualidad y los géneros en tiempos de cambio. España: Editorial Política; 2010.
7. Colectivo de autores. Violencia de género en las familias. La Habana. Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS): Editorial Publicaciones Acuario, centro Félix Valera; 2012.
8. Clavijo Portieles A. Crisis, familia y psicoterapia. Ciudad de La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2011.
9. Ferrer Lozano D. Alternativa de intervención desde las competencias comunicativas para minimizar la violencia psicológica en parejas rurales y suburbanas. Tesis de doctorado: Universidad Central de Las Villas; 2009.
10. Ferrer Lozano D., González Ibarra M., Vasallo Barrueta N. Entrenamiento socio-psicológico para minimizar la expresión de la violencia psicológica en parejas. Revista sexología y sociedad. Año 16 No.43; 2010.
11. Fuentes M., Vasallo N., Álvarez L. y Pañellas D. Psicología social. Selección de lecturas. Parte 1, 2,3. La Habana: Editorial Félix Valera; 2005.
12. Gutiérrez Baró E. Pensamientos, ideas, mitos y realidades. Ciudad de La Habana: Editorial Científico – Técnica; 2010.
13. González A., Castellanos B. Sexualidad y géneros. Alternativas para su educación ante los retos del siglo XXI. La Habana: Editorial Científico-técnica; 2003.
14. Izquierdo Domínguez M. La violencia psicológica en parejas. Una alternativa para enfrentarla. En CD-RUM V Congreso Cubano Educación, Orientación y Terapia Sexual; 2010.
15. Lamoglia E. La violencia está en casa. Agresión doméstica. México: Editorial Grijalbo; 2005.

16. Martos Rubio A. No puedo más Las mil caras del maltrato psicológico. Electronic Version. Revisado el 20 de diciembre del 2007. Obtenido en <http://mobbingopinion.bpweb.net>; 2002.
17. Martínez Gómez C. Salud familiar. Ciudad de La Habana. Editorial Científico- Técnica; 2012.
18. Martín G. J. La homofobia interiorizada. La peor mentira es la que no se conoce: revisado el 18 de febrero de 2013. Obtenido en <http://www.cascaraamarga.es/homofobia interiorizada>; 2012.
19. Mok Olmo Y., Olmo Palma I. "Buscando armonía en casa". Programa de intervención comunitaria para trabajar la violencia en hombres. En CD-RUM V Congreso Cubano Educación, Orientación y Terapia Sexual. Ciudad de La Habana; 2010.
20. Molina Martínez O., Martínez García A., Hernández C. Comportamiento de la violencia psicológica contra un grupo de mujeres en las relaciones de pareja. En CD-RUM V Congreso Cubano Educación, Orientación y Terapia Sexual. Ciudad de La Habana; 2010.
21. Pérez González E. Derecho penal y criminología. Ciudad de La Habana: Editorial ONBC; 2013.
22. Ravelo A. Sexo, amor y erotismo. Ciudad de La Habana: Editorial de la mujer; 2011.
23. Ravelo A. Trapitos al sol. Cómo hablar de sexualidad con adolescentes. La Habana: Editorial José Martí; 2012.
24. Sierra Socorro J. Educación Cívica. Ciudad de La Habana: Editorial Pueblo y Educación; 2010.
25. Wert Coello, N. y otros. Abuso sexual en adolescentes y agentes socializadores: una propuesta de intervención psicológica. Memorias V Congreso Cubano Educación, Orientación y Terapia Sexual. Ciudad de La Habana; 2010.

**Recibido:** 3 de septiembre de 2014

**Aprobado:** 29 de octubre de 2014

**Lic. Liubal Noa Salvazán.** Facultad de Ciencias Médicas. Guantánamo. Cuba. **Email:** [liubal@infosol.gtm.sld.cu](mailto:liubal@infosol.gtm.sld.cu)