

## **LA INTERDEPENDENCIA, PRECURSORA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO. UNA PERSPECTIVA CLÍNICA**

---

### **ABSTRACT**

***Desde la clínica pretendemos dar un nuevo enfoque al análisis y tratamiento de las Relaciones de Interdependencia. Relaciones que son las precursoras de la Violencia de Género dentro de las parejas. Relaciones, con un funcionamiento similar al de las adicciones en las que se desarrollan determinados mecanismos retroalimentadores que es preciso desvelar y orientar a las personas que los ejercen hacia el cambio.***

*From the Clinic Practice, what we want is to give a new view to the research and the therapy of de Interdependece Relationships. These Relationships are the precursors of the Gender Violence inside the couples. Relationships with a similar operation to the addictions in witch are developed some mechanisms of feedback that we must show and guide the people placed inside, through the change.*

### **1. Una de las raíces de la violencia de género**

El fenómeno de la dependencia de las mujeres y sus implicaciones es un hecho que nos ha intrigado durante muchos años.: la tan habitual baja autoestima, la necesidad de refuerzo de sus opiniones o decisiones, la inseguridad en los discursos tanto en los ámbitos domésticos como en los más públicos... De forma añadida, las mujeres siempre se han llevado la etiqueta de la inseguridad o la indecisión, incluso de la debilidad pero, cuando se observa con una mirada pretendidamente más objetiva encontramos que día a día las mujeres toman decisiones durísimas sin vacilar, que son portadoras del sufrimiento de muchos miembros de la familia, de todas las edades, que aguantan estoicamente los golpes más terribles de la vida: enfermedades, muerte, sufrimiento psicológico, enfermedades mentales, frustración de expectativas propias y ajenas, no reconocimiento de su trabajo subterráneo en el ámbito laboral, necesidad de demostrar su valía constantemente y en todos los ámbitos públicos, la frustración de la comunicación indirecta, de la necesidad de la persuasión ya que la asertividad en las mujeres está penalizada, etc.

Nos intrigaba, entonces cómo se establecían esas relaciones de dependencia, de sus padres y madres, de sus hijos e hijas, de sus jefes, de sus amigas, y como no, de sus parejas que tanto daño llegaban a hacer y que, en última instancia, tantas muertes llegaban a causar en todos los países, especialmente en los que las mujeres iban teniendo cada vez un papel más activo en la vida pública. Cómo era posible que se siguiesen estableciendo relaciones de dependencia en los años de más libertad femenina y cómo estas relaciones se arrastraban hasta el punto de causar la muerte a tantas y tantas mujeres en este mundo.

De un primer momento de injusta culpabilización de las mujeres insertas en dichas relaciones, nos fuimos dando cuenta que esas relaciones no se podían explicar de una manera

unidireccional, ni siquiera lineal, que para su correcta explicación, se necesitaba una forma circular, más sistémica, más compleja que aludiera a los aspectos más internos de mujeres y hombres, que buscara su raíz afectiva y cognitiva. Para ello teníamos uno de los mayores laboratorios humanos que se podía encontrar, la práctica de la Psicología Clínica. Decidimos llamarlas RELACIONES DE INTERDEPENDENCIA ya que explicaban mejor las cadenas que en ellas se iban forjando.

Y lo cierto es que la dependencia, no se entiende sino como interdependencia. Es decir, la dependencia siempre es bidireccional y se retroalimenta, es un sistema en el que los dos o más elementos del mismo tienen que interactuar para mantener la vigencia del sistema, sino la dependencia se rompería.

Tengamos siempre en el horizonte de nuestra disertación las consecuencias altamente negativas que pueden traer y que traen a menudo las relaciones de interdependencia como es el maltrato tanto psicológico como físico.

Cualquier persona que haya trabajado con mujeres víctimas de malos tratos sabe que los lazos que atan esas relaciones son sumamente resistentes al cambio, que casi nunca la dependencia económica en exclusiva, explica la continuidad de unas relaciones que comenzaron a ser dañinas muchos años atrás y que no es sólo el miedo a una agresión lo que hace que las mujeres vuelvan, una y otra vez a *perdonar* los malos tratos recibidos.

La violencia de género, un problema social del que cada vez hay más conciencia (o más noticias) y del que, sin embargo, a menudo, desde los mass media, se obvian las profundas raíces políticas, sociales, y personales en las que está arraigado.

## **2. Las Relaciones de Interdependencia**

*El explicar este tipo de relaciones, nos puede ayudar a entender el origen de muchos malestares, sobrecargas y relaciones defensivo-agresivas que al estar ignoradas su producción interactiva, suelen atribuirse a “problemas femeninos” culpabilizando a las mujeres e inocentizando a los varones. (Bonino, L., 1991)*

Sabemos que el ser mujer está definido por ser-para-los-otros, por lo que recae sobre las mujeres la responsabilidad del establecimiento y mantenimiento de las relaciones con lo que, los “fracasos” a este nivel conllevan una fuerte autoinculpación y culpabilización por parte del otro miembro de la pareja. Por parte de los hombres, en su búsqueda de la reafirmación de su identidad masculina, asentada fuertemente en la creencia de superioridad, mantener bajo dominio a la mujer permite también mantener controlados diversos sentimientos que la mujer provoca, tales como temor, envidia, agresión o dependencia, dicho de otra forma, sentimiento de vulnerabilidad. (Ver Jonasdottir, 1993) En este intercambio de inseguridades, para mantener la distribución de poder vigente y ante amenazas a ésta, se pueden encontrar diversas formas de violencia, desde la más dramática como es la violencia física hasta otras más simbólicas y sutiles mucho más difíciles de detectar para las cuales debemos afinar nuestros sentidos. Los mecanismos sutiles que

mantienen la interdependencia pertenecen al plano de lo simbólico como ya desvelaba Pierre Bourdieu (1998).

Para comenzar, nos parece necesario intentar acordar una definición de lo que, en clínica podemos llamar Relaciones de Interdependencia:

Llamamos Relaciones de Interdependencia al establecimiento de uniones, normalmente díadas, patológicas en las que se instaura una simbiosis entre las dos personas que la conforman que no las deja desarrollarse como lo que en este contexto sociocultural llamaríamos una persona sana e integrada.

Las relaciones de interdependencia se dan a menudo, entre personas inseguras y con baja autoestima. Personas con muy poca asertividad, que no saben defender sus derechos y necesidades sin hacer daño al otro o sin renunciar a los mismos. Tienen un frágil autoconcepto, se definen en función de la otra persona, por lo que cualquier cambio en la relación les supone un cambio en su autoconcepto. Es lógico entonces, que eviten cambios a toda costa ya que su sentimiento de inseguridad es muy alto.

A veces, sin embargo, establecen relaciones de interdependencia personas que, hasta ese momento no habían tenido ninguna de esas características. Esto se explicaría desde el hecho de que las relaciones de interdependencia tienen un mecanismo muy parecido al de las adicciones y, como en éstas, hay personas muy predispuestas a presentar adicciones y otras no tanto pero que una vez iniciadas en el consumo de la sustancia se comportan de igual manera que las primeras.

En las relaciones de interdependencia, se establecen mecanismos de control de la otra persona para eliminar posibles abandonos o simplemente el alejamiento. Los mecanismos de control más utilizados los detallaremos en el punto 3.

Cuando se establece la interdependencia, la díada se aísla del resto del entorno encerrándose en una especie de burbuja alejando a otras personas de su espacio con un pensamiento paranoide de: "no nos entienden" o "quieren hacernos daño". Cada uno de los elementos basa su seguridad personal en el otro, bien porque el otro decide por los dos o bien porque se siente indispensable y poderoso para el primero.

En el caso de parejas la mujer suele ser la portadora de los sentimientos de debilidad o incluso de patologías del hombre.

A menudo, cursan con problemas sexuales: frigidez, vaginismo o anorgasmia en las mujeres y eyaculación precoz o impotencia en los hombres (Ver Vallejo, 1980). Cómo se viven estos problemas, también es bien diferente. A ambos les cuesta pedir ayuda para solucionarlos pero cómo van apareciendo en terapia difiere mucho. En principio, cuando una pareja tiene problemas, es la mujer la que pide ayuda, inicialmente por problemas personales. A lo largo de las sesiones aparece su problema como algo menor y con sentimiento de culpa de no poder solucionarlo sola o de no proporcionar suficiente placer a su pareja. Los hombres lo ocultan casi siempre, lo viven con vergüenza puesto que hace tambalearse su autoconcepto de varón seguro y sin problemas sexuales. Les cuesta mucho pedir ayuda, normalmente no la piden y lo minimizan

haciendo alusión a circunstancias coyunturales (estrés laboral, por ejemplo). Ambos cónyuges toleran la falta de calidad en las relaciones y que eludan la responsabilidad de pedir ayuda.

Las relaciones de interdependencia no tienen porqué ser relaciones de pareja, aunque es más claro en éstas. También se pueden dar en relaciones paterno-filiales, relaciones de amistad, contextos laborales etc.

Son relaciones con alta tensión emocional tanto en sus fases de fusión como de fisión. Después de los conflictos se pasa por la llamada *fase de luna de miel* que parece compensar el mal trago anterior con lo que, con este refuerzo intermitente se afianzan los lazos entre ambos.

### **3. Mecanismos de establecimiento y mantenimiento de la Interdependencia**

Detallaremos a continuación algunos mecanismos de imposición de poder, manifiestos o sutiles, que tienden a darse en un género u otro o en ambos a la vez que mantienen y retroalimentan la interdependencia.

- **Intercambio de inseguridades:** en las Relaciones de Interdependencia, bien por fallas individuales en la estructura de personalidad de alguno de los cónyuges, bien por las características propias de la relación, la inseguridad respecto al otro o a la misma relación es algo casi constante. En las mujeres tienden a expresarse en forma de inhibición o persuasión para solicitar sus deseos o poner límites a la otra persona, en los hombres, con en el mecanismo de la sobrecompensación, mostrándose exageradamente seguros, sin admitir nunca ninguna debilidad y defendiendo sus posturas de una forma agresiva verbal y/o física. A menudo la inseguridad de uno, suscita la del otro, estallando así el conflicto. Se trata del mecanismo de defensa de la proyección (Ver Benjamín, 1996).
- **Empleo de mecanismos de hipercontrol mutuo:** a través de llamadas, sms, presencia en el messenger.. A menudo, disfrazada de preocupación por el otro los dos miembros de la díada establecen de forma obsesiva estrategias de control del otro: dónde está, con quién está, cuanto tiempo le dedica...Por ejemplo, solicitar que cuando la persona llegue a casa, se lo haga saber por medio de una llamada. A menudo lo que se busca es saber cuándo y en qué condiciones llega la persona a casa. Utilizándose también estos mecanismos como argumentos para el chantaje emocional que se explica a continuación
- **Chantaje afectivo:** es la expresión manifiesta o implícita de *si no haces lo que yo te pido... serás afectivamente castigado*. Lo que marca el poder de este mecanismo es precisamente el que la demanda suele ser sutil, ambigua, sobredimensionada u oculta detrás de otra demanda más aceptable, a la cual no se le puede imputar una mala intencionalidad. Por ejemplo, solicitar al partener su acompañamiento a una actividad alegando que es importante para uno mismo cuando lo que en realidad se pretende es que no esté en otra actividad acompañado de otra persona que al que ejerce este mecanismo le resulte amenazante.

- **Intimidación y amenazas:** las más manifiestas suelen ser expresadas por los hombres. Son frases tan propias del inconsciente colectivo como: “si te vas con otra persona, te mato o me mato”
- **Insistencia invasiva:** consiste en pedir algo de forma reiterada, mantenida a lo largo del tiempo, en cada una de las situaciones que se presentan propicias para lograr el cambio en la otra persona por agotamiento.
- **Control del dinero:** indudablemente, en la díada, el que controla el dinero es el que ostenta el mayor poder. No debemos confundir el administrar el dinero con controlarlo, ya que a menudo, las mujeres lo administran dentro de unos parámetros que imponen los hombres que serían el verdadero poder en la sombra.
- **Uso expansivo del espacio físico:** normalmente la persona que más poder detenta en la díada, ocupa más espacio físico. Es muy habitual ver cómo en grupos de hombres y mujeres los hombres ocupan más espacio físico, tienen un tono de voz más alto y tienden a acaparar más atención de los interlocutores. Las mujeres a menudo se callan porque creen que sus opiniones no están lo suficientemente contrastadas o que pueden suscitar conflictos (Ver Flora Davis, 1976).
- **Abuso de la capacidad femenina de cuidado:** es un mecanismo muy habitual en las familias clásicas o con valores tradicionales. Son las mujeres las encargadas del cuidado de las personas dependientes de las familias. Se acusa una alta resistencia por parte de los varones a asumir un reparto equitativo de esas tareas y por parte de algunas mujeres, especialmente las de más edad, de delegar esas responsabilidades ya que son las que les autodefinen o las que justifican su “utilidad” como seres sociales.
- **Maniobras de desautorización en público:** es habitual el desautorizar a la otra persona, especialmente en público con frases como: “tú cállate que no sabes”, actitudes burlescas o hacer alusión a lo personal cuando de lo que se está hablando es de algo general.
- **Invisibilización :** no hay mayor ausencia de poder que la pura no presencia de las mujeres en la mayoría de los ámbitos de decisión o, si están presentes, su silencio más elocuente: Gobiernos y Ministerios, Consejos de empresas, Banca, Plataformas de decisión en la Academia, Consejos Superiores Judiciales etc.
- **Paternalismo/ Maternalismo:** consiste en excluir al otro o la otra de algunos ámbitos con la excusa de la protección. Por ejemplo, en las familias a los hombres se les tiende a excluir de las tareas domésticas, a las mujeres de decisiones económicas o judiciales importantes.
- **Silencio pasivo-agresivo:** a menudo, cuando no se manifiesta o no se puede manifestar el desacuerdo explícito, la persona se encierra en un mutismo agresivo que pretende transmitir al compañero o compañera su desacuerdo para que éste o ésta cambie su decisión sin responsabilizarse para ello de una crítica manifiesta.
- **Celotipias o celos patológicos:** celos exacerbados sin base real o con una base poco clara que solicitan de la otra persona una mayor claridad de sus movimientos para agudizar el control de los mismos. Rápidamente se comprueba que es una tendencia

imparable ya que, para una mirada distorsionadora, cualquier actitud es susceptible de ser una traición. Es una de las causas más habituales de la violencia de género.

- **Reproche de situaciones antiguas, supuestamente superadas:** este es un mecanismo que se da a menudo con el de la Insistencia invasiva. Ante conflictos nuevos en la díada, la persona que pone en práctica este mecanismo trae a la discusión de forma sistemática una situación pasada que no se resolvió de forma satisfactoria para ella. Se da a menudo con infidelidades perdonadas o con confesiones de que en un momento determinado les gustó otra persona.
- **Violencia contra objetos o entre ellos:** es una de las cotas más altas de agresividad que se puede dar en la díada. Cuando la situación conflictiva no se puede controlar o no se consigue convencer al otro de la postura propia, se paga la frustración o se intenta que cambie, agrediendo a un objeto presente o a la otra persona.
- **Aislamiento del resto de redes sociales:** para afianzar la interdependencia es necesario reducir el nivel de crítica de que puedan ser objeto los miembros de la díada y las posibilidades de escapar de la misma alimentando otras redes sociales. Es habitual que las mujeres maltratadas hayan perdido a lo largo de los años sus amistades y que, normalmente por actitudes de sus parejas, se hayan alejado también de su propia red familiar.
- **Aparición de fases cíclicas de fisión-fusión:** este es uno de los mecanismos que más adicción a la relación provoca. Se caracteriza por fuertes altibajos en la relación. Fases de agresividad y conflicto enconado, seguidas de la llamada luna de miel, reconciliación apasionada acompañada de promesas grandilocuentes difíciles de cumplir. Esta “montaña rusa” otorga a la relación una sensación de alta gratificación ya que el gradiente que distancia los momentos malos de los buenos es muy pronunciado. Este proceso opera a nivel neurológico y psicológico exactamente como la adicción a cualquier sustancia psicoactiva.
- **Triangularización de los hijos:** es habitual incluir, hacer partícipes o, por lo menos presentes a los hijos e hijas en los conflictos con el fin de que ejerzan de medida de presión hacia el otro cónyuge: para frenar agresiones, para que sean un argumento de autoridad consiguiendo que den la razón a uno de los progenitores, o porque consiguen desactivar la discusión aunque al ser un conflicto no resuelto, se reactivará repetidamente y cada vez con mayor intensidad (Ver Minuchin, 1983).

A menudo, el mero hecho de desvelar estos mecanismos ya acerca al cambio personal, social y político. Otras veces es necesaria una intervención terapéutica que los detecte y posibilite los cambios.

#### **4. Conclusiones**

Aclaremos en este punto que, pretendemos dar una perspectiva sistémica a las Relaciones de Interdependencia, para lo cual analizamos cómo unas posturas retroalimentan otras y



viceversa, sin embargo, no colocamos, ni mucho menos, las diferentes actitudes de ambos miembros de la díada en el mismo plano ni moral, ni ético, ni político. Las consecuencias, como se puede leer en los periódicos a diario, son indudablemente más costosas en el conjunto de las mujeres que en el de los hombres.

Sin embargo, como nuestro objetivo es terapéutico o reeducativo, es lo más inteligente observar los cambios interconectados unos con otros, no sólo para el mero análisis sino también para anticipar consecuencias a los cambios que introducimos, para que los sistemas no nos estallen en las manos o tomen derroteros que no queremos.

Desde la práctica clínica, a menudo se nos ha planteado la necesidad de renunciar a algunas metas que desde el objetivo de preservar la salud mental nos parecen las más acertadas como es que frecuentemente, nuestra recomendación sería la ruptura de la pareja por la situación de violencia implícita o explícita que en ella se da y por el riesgo de que ésta se agudice, sin embargo nos encontramos con las fuertes resistencias que imperan en las Relaciones de Interdependencia a ser disueltas y con el “encaje de bolillos” que frecuentemente tenemos que realizar rebajando expectativas, llegando a acuerdos intermedios e ir reconstruyendo una autoestima o una estructura de personalidad dañada. Sabemos también, en el caso de que consiguiéramos distanciar las dos partes de la díada que el trabajo individual tiene que seguir dándose puesto que, no solo hablamos como síntoma de las relaciones de interdependencia sino también de la tendencia a establecerlas, es decir, si no se hace un trabajo más profundo, las personas de las que hablamos repetirán su patrón de comportamiento con sus siguientes partners.

## **BIBLIOGRAFIA**

- ARONSON, E. (1975) **El animal social. Introducción a la psicología social.** Madrid: Alianza Universidad
- BENJAMIN, J. (1996). **Los lazos del amor.** Buenos Aires: Paidós.
- BONINO, L. (1991) Varones y abuso doméstico. En P. Sanromán (coor.) **Salud mental y ley.** Madrid: AEN
- BOSCOLO, L.; CECCHIN, G.; HOFFMAN L.; PENN, P.(1989) **Terapia sistémica de Milán** Buenos Aires: Amorrortu editores
- BOURDIEU, P. (1998). **La dominación masculina.** Barcelona: Anagrama.
- DOWLING, C. (1981). **El complejo de cenicienta.** Barcelona: Grijalbo Mondadori.
- DSM-IV-TR** (2000) Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado. Barcelona: Masson
- FEIXAS, G. y MIRÓ, M. (1993) **Aproximaciones a la psicoterapia.** Barcelona: Paidós
- FERNÁNDEZ, J. (coor.) (1998) **Nuevas perspectivas en el desarrollo del sexo y el género.** Madrid: Pirámide
- FERNANDEZ, J. (coor.) (1998). **Género y sociedad.** Madrid: Pirámide.
- FROMM, E. (1952) **El miedo a la libertad.** Buenos Aires: Paidós
- GRAD, M. (1998) **La princesa que creía en cuentos de hadas** Barcelona: Obelisco
- HERNANDO, A. (ed.) (2000). **La construcción de la subjetividad femenina.** Madrid: UCM, Instituto de Investigaciones Feministas.
- JONASDOTTIR, A. G. (1993). **El poder del amor.** Madrid: Cátedra.
- LEVINTON DOLMAN, N. (2000). **El superyó femenino.** Madrid: Biblioteca Nueva.
- MINUCHIN, S.; FISHMAN, H.C. (1983) **Técnicas de terapia familiar** Barcelona: Paidós
- OSBORNE, RAQUEL (1989) **La construcción sexual de la realidad.** Madrid: Universidad Complutense.
- RISO, W (2004) **¿Amar o depender?** Barcelona: Ediciones Granica.
- STIVER, I. P. (1991). **Psicología y Género.** Madrid: Dirección General de la Mujer.
- VALLEJO RUILOBA, J. (1980) **Introducción a la psicopatología y a la psiquiatría** Barcelona: Masson

## **ARTICULOS**

- FERNÁNDEZ VILLANUEVA, M.C. (1989) La dependencia femenina e independencia masculina: ¿deseo o realidad?. En Cristina Sánchez (Ed.) **Mujeres y hombres en la formación del pensamiento occidental.** Universidad Autónoma de Madrid págs. 195-207
- RAMÍREZ DORADO S. (1989) Dependencia y autoestima: hacia una psicología social y feminista. En Cristina Sánchez (Ed.) **Mujeres y hombres en la formación del pensamiento occidental.** Universidad Autónoma de Madrid págs: 257-266
- SANGRADOR, J. L. (1993). Consideraciones psicosociales sobre el amor romántico. **Psicothema**, 5 (supl.), 181-196.





SANGRADOR, J. L. (1996). Mujer y Amor; una perspectiva psicosocial. En Ana Blanco (ed.), **Mujer, Violencia y Medios de Comunicación**. Universidad de León.

YELA, C. (1998) Diferencias entre sexos en los juicios sobre comportamiento amoroso y sexual. **Revista de Psicología General y Aplicada**, 51, 1, 115