

## Construir nuestro espacio interior para unas relaciones sin violencia

M<sup>a</sup> Isabel Serrano González

### resumen/abstract

La comunicación es clave en el desarrollo humano. La violencia tiene que ver con la disfunción de la comunicación. Pero ésta no es sólo una actividad de relación con los otros, con el exterior, sino que es también una tarea interior. Es un asunto de conexión con nuestro interior. Esa comunicación sana - no violenta - depende de cómo procesemos nuestras emociones, nuestros sentimientos, nuestras experiencias positivas o negativas; en definitiva de cómo nos conozcamos y nos sintamos a nosotros mismos, y cómo respetemos nuestros límites y los de los demás. La autora nos lleva también a analizar otros aspectos que son causantes de la violencia humana: el sistema económico y social, las crisis de la familia actual, el fenómenos de la exclusión social, el mismo funcionamiento del sistema educativo, los modelos culturales.

**PALABRAS CLAVE:** *Espacio interior. invasión de límites. Comunicación. Emociones. Modelo cultural.*

The communication is key in the human development. The violence has to do with the deterioration of the communication. But this one is not only one activity of relation with the others, with the outside, but that is also an inner task. It is a subject of connection with our interior. That healthy communication? it does not do violence to? it depends on how we process our emotions, our feelings, our positive or negative experiences; how we know and we really feel we ourself, and how we respect our limits and those of the others. The author also takes to us to analyze other aspects that are causes of the human violence: the economic and social system, the crises of the present family, the phenomena of the social exclusion, the same operation of the system educative, the cultural models .

**KEY WORDS:** *Near space, Invasion of limits Communication. Emotions.*

#### 1. INTRODUCCIÓN

Si esquematizamos el problema de forma didáctica para poder trabajar y reflexionar mejor, podíamos decir que la mayoría de las veces, que a nivel personal o grupal ejercemos la violencia muchas veces más que el deseo del daño. Es un problema de que no sabemos o no podemos comunicarnos eficazmente, y nuestros problemas emocionales no nos permiten entender a la otra persona. La comunicación, depende de técnicas pero; también de nuestra armonía mental.

Para estar bien tenemos que tener abiertos los canales de comunicación con el adentro y con el afuera.

Tenemos que saber conectar con nuestro interior, entrar dentro de nosotros y procesar nuestras emociones, pensamientos, creencias, experiencias positivas y negativas, miedos y frustraciones, potencialidades. Y según como desarrollemos y vivamos este proceso vamos a ser capaces de comunicarnos con el afuera.

Esto nos ayudará a tener una apertura a la experiencia de la vida y de las otras personas y reduciremos las tensiones de forma muy eficaz.

De modo que lo que vamos a trabajar hoy cuya meta es la planificación de actividades preventivas y de detección precoz de los chicos y chicas que sufran o ejerzan violencia, o muy vulnerables; lo vamos a pasar por el tamiz de nuestra experiencia para que conociendo mejor nuestros dinámicos vivenciales relacionales, comprendamos mejor al chico / chica, mujer / hombre que sufre o

**AUTORA:** M<sup>a</sup> Isabel Serrano González

Dra. en Medicina  
Presidenta de ALEZEIA

ejerce violencia, comprendamos algunos de los dinámicos psicológicos y sociales que configuran una personalidad con un mal manejo de su ira, rabia y agresividad. Dinámicos que pueden cambiarse o atenuarse con intervención educativa.

2.

LA VIOLENCIA Y LA AGRESIVIDAD TIENE QUE VER CON LA INVASIÓN Y RUPTURA DE LÍMITES PERO TAMBIÉN CON MÁS COSAS



Por qué unos niños son respetuosos, no se meten en peleas?

¿Por qué otros causan disturbios, cometen pequeños robos, destruyen propiedades ajenas, son más insolentes, peleones, desafiantes, crueles y agresivos? ¿Por qué matan los adultos?

La respuesta es compleja. Factores psicológicos, familiares, educacionales y ambientales se entremezclan en un entramado dispar, y según predominen unos u otros, unos niños se dejarán seducir por la violencia y otros se protegen contra ella.

La fascinación que la agresividad ejerce desde la infancia es un instinto pero también un aprendizaje.

2.1

EL VIOLENTO NO NACE, SE HACE

Desde nuestro nacimiento dependemos en gran medida de los demás, y los niños de los padres para desarrollarse emocionalmente.

# A TU SALUD

# En Perspectiva

La falta de contacto emocional positivo provoca frustración, ansiedad y retraimiento, así como mayor dificultad para progresar sin problemas a los siguientes estadios. El niño depende de sus padres para satisfacer sus necesidades en lo más importante

**La posibilidad de no gustar o no ser querido es una perspectiva terrorífica para un niño indefenso.**

Como es incapaz de quedarse solo como individuo independiente, la sensación de bienestar depende, muchas veces, **de la valoración y el apoyo de los demás.**

Esta falta de apoyo emocional en algunos niños y niñas creará una ansiedad enorme y luchará por sentir amor y aprobación pero por cauces erróneos.



**Entonces aprenderá a adoptar actitudes y conductas que están aceptadas, y tienen como consecuencia la negación de sus auténticas necesidades.**

(Mujeres que han aprendido que no está permitido manifestar la ira o enfadarse (es una loba o llorar no es de hombres) y aprendemos a perder el contacto con nosotros mismos)

**2.2** LOS SENTIMIENTOS, TIENEN VIDA PROPIA

**C**uando crecemos surge otra nueva situación. El mundo de las relaciones con los demás.. A base de negarnos a nosotros mismos, no nos damos cuenta que todo el mundo incluidos nosotros, tiene debilidades y limitaciones humanas. Y nos encontramos ante una opacidad de la realidad

Con frecuencia pensamos que encontrar una pareja nos asegura la felicidad Se nos olvida que, desarrollar una relación satisfactoria requiere un esfuerzo considerable en el que hay que centrarse en el propio crecimiento personal

Una asignatura pendiente:

Conocer cuáles son nuestros sentimientos. Afirmar nuestras necesidades y aprender a comunicarlas de forma responsable, será un reto. De forma que es importante desarrollar el hábito de depender los unos de los otros para proporcionarnos bienestar.

Los sentimientos negativos no significan que dejemos de amar. Tenemos que aprender el funcionamiento de las emociones y lo que realmente significan. Si no lo hacemos, no veremos otra alternativa más que evitar los sentimientos, con las consiguientes consecuencias.

Los mitos románticos que nos hacen proteger a los demás de nuestros sentimientos desagradables nunca conducen a la felicidad que deseamos.

Lo queramos o no los sentimientos tienen vida propia. Simplemente encontrarán salidas alternativas que pueden hacer más daño porque muchas veces no somos conscientes de ello.

La incapacidad o la falta de voluntad para mostrar los sentimientos dolorosos, tiene el inevitable efecto de disminuir también los sentimientos positivos. En una palabra nuestra habilidad para acceder a todos los sentimientos se ve bloqueada

De forma que proteger a los demás de las dosis naturales de dolor o daño que acompaña nuestras vidas, es privarles de disfrutar del placer y la felicidad que podría surgir si optáramos por valorar y tratar todos nuestros sentimientos.

**3.** APRENDER A TENER SENTIMIENTOS LEGÍTIMOS DE IRA SIN LA AUTOCULPABILIZACIÓN

**Sentirse culpable:**  
*Los problemas del sentimiento de culpa.*

**E**l sentimiento de culpa se compone de una dimensión cognitiva; una respuesta emocional; comportamiento motor Sentirse culpable es retro flexionar la agresividad; es decir, volver la agresividad contra uno mismo. **Es un proceso más que un sentimiento puntual y colorea a nuestra personalidad, impidiendo la maduración, al dificultar una lectura sana de las vivencia.**

La argumentación emocional es "no seré amado si no logro ser lo que debo, u otros esperan de mí"

No nos gustamos al vemos como somos; produce un sentimiento desagradable y se convierte en una auto acusación culpable al sentimos no amables e indignos de ser amados.

**La culpabilidad:**  
*Contamina el autoconcepto*

1. No se centra en la conducta evaluada, sino que infiere injustamente una maldad generalizada en el sujeto que obra de esa manera.( El error y el errado son dos cosas distintas).

## En Perspectiva

## A TU SALUD



Marta Herrero

2. Genera agresividad contra uno mismo y surge el autorreproche, depreciación personal, autopenición.

3. Centra a la persona en si misma y en su proceso emocional de culpa más que abrirle a la realidad maltratada o a los derechos personales ignorados

La culpabilidad también produce "falsos beneficios" victimación egocentrismo inmovilismo ....

**Cito a una autora que ilumina el problema de la culpa, en gran parte de su literatura**

**Doris Lesing "Dentro de mí". Sé todo acerca de los estragos de la culpa, sensación que produce, cómo mina y agota. De las barreras de la percepción, la que más impide ver directamente, una actitud, es la culpabilidad.**

**En una cultura dominada por la culpa no nos es fácil distinguir la nuestra de la que todos parecen arrastrar. Hay una rabia que es como un ácido que se activa dentro del estómago encerrándose en el cinismo y la impotencia.**

4.

**ABRIRSE A LA EXPERIENCIA DE LOS SENTIMIENTOS**

**E**s otra dificultad que se añade de sentir amor y aprobación por cauces erróneos.

Incluye sentimientos y emociones, se puede localizar porque nuestros cuerpos registran estos eventos internos.

A veces tienes náuseas que reflejan el temor de que si muestras tu descontento a tu amigo, éste te puede rechazar. Puedes darte cuenta de que temes el rechazo, porque significa que eres una persona indeseable o fracasada.

Darse cuenta de lo que sucede en nuestro interior. Cuando no nos abrimos a la propia experiencia y negamos la realidad es nuestro cuerpo el que habla a través de las enfermedades psico somáticas o con sintomatología propia. La insuficiencia interpretativa de la experiencia lleva a hacerse patología en el neurótico, y de ahí su exagerada necesidad de apoyo e incitación. Sabemos que el cuerpo es constitutivamente expresión. La anorexia como dificultad de comunicación, negación de la comunicación expresiva

4.1

**LA MINUSVALORACIÓN PERSONAL Y LAS RELACIONES ASIMÉTRICAS MINAN NUESTRA CONFIANZA.**

con el cuerpo, es un ejemplo.

**L**a confianza: Base para nuestra intimidad, y de unas sanas relaciones en el trabajo y la pareja, la amistad. Es difícil sentirnos cómodos con los demás si mantenemos la creencia de que no estamos bien y de que los demás son más importantes y poderosos que nosotros.

No vemos las limitaciones de los demás ni conocemos las nuestras. Por lo tanto en las relaciones que establezcamos saldremos perdiendo, lo que afianzará nuestro sentimiento de minusvalía personal

El sentimiento de inseguridad y vergüenza no nos deja disfrutar de una amable reciprocidad que sólo surge cuando nos sentimos iguales a los demás.

4.2

**CUANDO NO NOS ABRIMOS A LA EXPERIENCIA SENTIDA, FABRICAMOS IDEAS IRRACIONALES.**

**C**uanto más nos aceptamos a nosotros mismos menos necesidad tendremos de demostrar lo que valemos.

### Ideas Irracionales:

**1** **Para ser feliz es necesario que todo el mundo nos aprecie** y nos trate con simpatía, es una idea irracional. Esto implica que desarrollemos unos comportamientos encaminados no a satisfacernos a nosotros mismos sino a complacer a los demás para conseguir afecto. A la larga produce insatisfacción porque es imposible conseguirlo.

Buscar la caricia de los otros conlleva el riesgo de volverte servil y de vaciamiento personal sin poder llenarte tú ni recibir nada.

**2** **Tenemos que demostrar que somos competentes en todo para considerarnos valiosos, otro pensamiento irracional.**

Nos definimos en función de lo que realizamos o hacemos, no de lo que realmente somos.

Compararse continuamente con los demás genera sentimiento de minusvalía frustrante, que genera mucha agresividad y relaciones con violencia.. Los sentimientos reprimidos también nos inhiben y minan nuestra confianza, y son fuente de estallidos violentos y de conductas evitativas.

**La confianza no surge del hecho de evitar retos, sino de enfrentarse a nuevos desafíos.**

Se suprimen ansiedades a base de enfrentarnos a ellas.

4.3

**EL SENTIMIENTO DE INSEGURIDAD Y LA HOSTILIDAD.**

**E**l sentimiento de inseguridad respecto a nuestra propia aceptabilidad o valía explica la mayor parte de antagonismos y el conflicto que lleva a la desconfianza. Si nos vemos inferiores o indignos lo compensamos a través de ridiculizar, de críticas, de ataques verbales, como una

# A TU SALUD

# En Perspectiva

forma de satisfacer nuestra baja autoestima. Los juicios críticos forman un ambiente hostil.

Aprender a confiar en el proceso de la vida puede ayudarnos para afirmar las experiencias. **El proceso vital que se convierta en nuestro maestro.**

Confiar en nosotros mismos nos permite mantener una accesibilidad interna y externa.

**Es importante :**

El reaprendizaje de la confianza es otra forma de comunicación y se puede desarrollar adoptando estilos donde predominen mensajes yo frente a mensajes tú: "Yo me siento mal", y no "tú haces que me sienta mal".

Otra emoción que tiene que ver con la violencia:



Acrílicos. Marta Herrero. 1994

## 5.

### LA RABIA

**L**a rabia es poderosa, pero una emoción humana poco entendida. Nuestra incapacidad para enfrentarnos con ella es causa de problemas en nuestras relaciones.

La forma de expresar los sentimientos puede llevar a una gran cantidad de dolor en nuestras relaciones y de violencia. Sin embargo nuestra rabia no es responsable de la destructividad

La madurez incluye amarnos incluyendo nuestra rabia. La alternativa desafortunada es volver la rabia interna hacia nosotros mismos.

La rabia no reconocida y no expresada queda presa en el cuerpo creando una tensión que puede ser vivida como frustración o miedo.

Cuando los sentimientos, no tienen escape sano, nuestra rabia retenida corporalmente puede ser vivida como fatiga crónica, o los múltiples síntomas de

la maltratada: cefaleas, insomnio... y patología psicosomática. A continuación cito un texto en el que los ojos expresan el miedo y la inhibición: **" El corazón se le subió a los ojos que empezaron a galopar despavoridos como si quisieran alejarse del peligro que amenazaba del otro lado de los párpados y el miedo terminó ahogando el deseo de verse hermosa. Un aire de familia". Silvia Italiano.**

La protagonista de esta historia realizaba una auto agresión, tenía fobia a los espejos y había vuelto la agresividad que sentía contra ella..

También la rabia es responsable de los momentos en los que nos sentimos confundidos y de pensamientos improductivos, nos abruman.

La rabia destructiva es perjudicial porque está teñida de ataques personales y juicios críticos. El tono de voz o movimientos corporales la podemos transmitir: ¡eres estúpido! "No mereces la pena". La otra persona ataca o se encierra.

Se puede cerrar de forma patológica:

- Comiendo compulsivamente,
- Iniciando adicciones...

## 5.1

### RABIA PASIVA AGRESIVA

**M**uchas veces nos sorprenden agresiones verbales en personas que nunca hubiéramos pensado semejante realidad; y personas que reprimen sus sentimientos, engañándose a si mismos, diciendo "lo hago porque no quiero que se sienta mal".

En el fondo lo que se expresa es un temor oculto a que no te acepte, al rechazo... a la soledad.

- Un objetivo a trabajar es: **Aprender a ventilar la rabia**

## 5.2

### RABIA LIMPIA

¡¡¡Mostrar el enfado!!!

**E**stoy enfadada por esta pila de platos sucios. En vez de "¿Cuántas veces tengo que decir que no dejes los platos sucios".

## En Perspectiva

## A TU SALUD

O "el ruido me molesta para trabajar" en vez de "Aquí no hay quién trabaje"

Aprender que no son los otros la causa de nuestros sentimientos: "Me pones muy enfadada", es una frase muy frecuente en una relación de pareja o de madre - hijos.

Una clave para nuestro bienestar físico y emocional está en permitir que el sentimiento de rabia simplemente está, sin enjuiciarlo ni desembarazarse de él por miedo o aversión. Abrimos a nuestra rabia puede llegar a ser una vía de desbloqueo de energía y vitalidad reprimida. Es mejor expresar: "Me siento furiosa por....."

A través de la rabia damos la cara y se recobra la autoestima y expresamos nuestra resistencia a que se abuse de nosotros, a ser ignorados o despreciados por otras personas.

Cuando nos sentimos impotentes, nuestra rabia nos capacita para expresar, soltar frustraciones y energías contenidas en nuestro cuerpo. Siempre teniendo conciencia de la experiencia del otro.

6.

EDUCACIÓN EMOCIONAL,  
MOTIVACIÓN Y  
PREVENCIÓN DE  
VIOLENCIA

Si miramos al mundo adolescente desde la perspectiva de las emociones y los valores la realidad es la ausencia de educación emocional, y esta carencia tiene que ver con el tipo de chicos vulnerables a la violencia.

Las emociones se hallan unidas a la motivación y la maduración personal. La capacidad de motivarse a sí mismo incluye un aprendizaje que no se está realizando. *Una educación inteligente, dice Coleman, "consiste en educar al sujeto para que sepa proponerse fines, motivarse a sí mismo, aguantar el esfuerzo. Conocer las emociones y manejarlas".* Es tan importante en una vida sana la motivación, el deseo de logros, que la incapacidad de inventar fines se da en la depresión, apatía, aburrimiento, antesala de agresividad y violencia.

El adolescente de hoy se halla en una encrucijada de conflictos de identidad que tiene que superar para madurar y crecer, pero como hemos visto, se enfrenta a un contexto con una:

- Confusión de valores
- Riqueza instrumental (Bulimia de recursos)
- Poco vividor de experiencias (Los adultos se las ahorramos)
- Relaciones desmotivadoras.

"Si todo es lo mismo, entonces lo único sensato es no esforzarse por nada" Decía el hermano Karamazov de la impresionante narración de Dostoyeski

El adolescente no recibe un feed back confirmador en sus múltiples andaduras y se cuartejan los cimientos de la **Seguridad básica**, elemento necesario en la construcción de una Identidad sana.

La seguridad es la fuente de confianza básica de la vida y en uno mismo. Sin confianza básica no hay autoestima. Esto crea una situación de estrés que genera una agresividad latente que se abre camino a través de las relaciones violentas.

Sin ser **protagonistas de su vida**, es decir, vividores de experiencias (tienen muchas cosas resueltas y hechas) disminuye la creatividad, motivadora de proyectos, iniciativas y base de la esperanza.

Sin ello se produce el vacío que entra en conflicto con la naturaleza pujante llena de vida y necesitada de la acción, del niño / a adolescente y joven,

**El vacío siempre es peor que el lleno.  
Pero un lleno de vacío es terrible.**

El cuerpo que no vive experiencias de forma natural necesita experiencias contra natura., y así lo mismo puede quemar a una anciano que romper la cabeza que hacer la vida imposible a un compañero, que se ríen de una flaca... porque algunos chicos se instalan en la anomia a falta de referentes

La enorme necesidad que tiene el organismo de estimulación, excitación; el buscarlo por un camino no natural es uno de los muchos factores que engendran

destruccion y crueldad. Es más fácil excitarse por enojo, rabia y crueldad y manía destructora, que por amor.

Si no se educa, sufrirán estas manifestaciones, y aquí opino que hay una renuncia a poner límites y controles tan necesarios para configurar la identidad.

Otro problema de la falta de estimulación es el aburrimiento y el hastío que conduce a la agresividad. Algunos chicos hacen vandalismo por aburrimiento.,

Si la persona no ha madurado puede crear los estímulos en su mente hallando razones para odiar, destruir y dominar a los demás

Por otra parte, son innumerables los referentes que reciben los chicos de hoy que promueven actitudes que desencadenan la violencia.

Hay una representación estética de la apatía, de la frialdad, del aburrimiento que va más allá del hastío y llega al deseo nihilista del terminar con todo.

Junto al culto de la abyección y a lo degenerado, se produce una competición. A ver quién llega más abajo. Los video clips musicales son un culto a todo esto.

Cultura de la fascinación por la violencia aumenta el éxito de los años 90 de canciones: glorificar el fracaso y el hastío, la desidia, sin creer en la redención (Conjunto NIRVANA).

Heavy Metal, Ganster rap parece validar una sociedad joven turbulenta e implacable.

"Mata a gusto".  
"Pienso violarlos"  
"Córtale la garganta." Son títulos de canciones.

El núcleo de la Comunicación humana es emocional. Como se han negado las emociones, no se ha dado importancia al diálogo tanto en la familia como en la escuela y sociedad, y no hemos aprendido a relacionarnos sin desatar una escalada violenta, y el niño a aprender a relacionarse y a obtener las cosas por la fuerza y satisfacer sus deseos de forma inmediata sin cortarse un pelo y de la manera que sea. Talante

# A TU SALUD

# En Perspectiva

y actitud que lleva a la escuela y a sus espacios de ocio, estableciendo relaciones de fuerza y de dominio.

No se enseña a rentabilizar y potenciar nuestras emociones para mejorar nuestra inteligencia, nuestras habilidades asertivas, base de una buena comunicación. El diálogo es la base para cambiar actitudes. Se arrincona el diálogo. La falta de diálogo y de comunicación es otra causa de las relaciones violentas

- Menosprecia, insulta, ignora, maquina y machaca a sus compañeros.. Porque ha aprendido la sutileza de hacer daño para ganar.

- Otros son violentos en sus relaciones porque no se les ha enseñado que determinada forma de hablar, preguntar, sentir, provocan en las relaciones una agarrada violenta, Y son aprendizajes destructivos que irán elevando el tono conflictivo de las relaciones.

- El profesorado, no se le ha preparado en estos ámbitos del comportamiento porque se han desconocido.

Por último, se ha olvidado y se ignora de la conducta, la importancia de la ética, y antes que su importancia, su existencia.

*"El ser humano es ético, está obligado si ha de construir algo y no destruir mucho, a seguir una ética. Sus acciones tienen cualificación ética. Por esto y no por otra cosa.*

*Los comportamientos humanos son "buenos" o "malos", morales o inmorales porque crean mundo o lo destruyen. A la vez que se crea a sí mismo o se destruye el ser humano porque el hombre al actuar pasa continuamente del hacer al ser".* CENCILLO

Y todo esto se está negando de facto ignorándolo y desprestigiándolo.

Se nos ha impuesto un lenguaje, unas conductas y unos estilos deshumanizados porque escurren el bulto y no van a lo nuclear del ser humano y de la conducta humana.

"Se ha impuesto un estudio de comportamiento remedando a la física y queda sin estudiar ni conocer lo más importante de los comportamientos humanos. Lo que no conocemos, no pasa de ser lo más superficial de las conductas. Porque lo que no cabe en el modelo físico o el matemático de investigación (y cabe muy poco) NO

EXISTE, Y QUEDA SIN EXPLICAR O INTEGRAR EN MUNDO de los deseos, de las emociones, de la creatividad, y de la ética. Y por tanto queda sin educar y tratar. Ha desaparecido hasta el bien y el mal. Nos da miedo hablar de lo que es bueno y de lo que es malo porque no es políticamente correcto". CENCILLO

"Se ha sustituido por las palabras positivo y negativo, que parece que tienen menos contenido ético, que lo que es bueno y lo que es malo. CENCILLO. Dice Rojas Marcos que *"predisponen a la violencia circunstancias que interfieren el desarrollo del super yo. Es decir, la parte humana que alberga los principios éticos, las partes morales, la capacidad de discernir entre el bien y el mal"*.

Se ha querido explicar todo científicamente, y se ha quedado fuera lo específicamente humano.

Todo esto va impregnando nuestra vida, desde la propia escuela hasta la sociedad. Lo bueno, lo hemos reemplazado por lo útil. Lo malo por lo que no nos beneficia.

A esto lo llaman pragmatismo. Y quieren que sea un referente.



## A Estructurales. Sistema económico y social.

### Sistema económico y social

Gran crecimiento económico. Se profundiza en el abismo entre ricos y pobres.

En general la sociedad basada en el poder abusivo tiende a debilitar la independencia, la integridad, la facultad crítica y la fecundidad de quienes están sometidos, es caldo de cultivo de violencia.

Vivimos en una sociedad con mucha violencia contenida que engendra violencia.

"La infancia, la adolescencia y la primera juventud, son las etapas receptivas y vulnerables a los mensajes violentos por tratarse de una etapa de desarrollo y formación de las personas". Tomás VILLALTELLA.

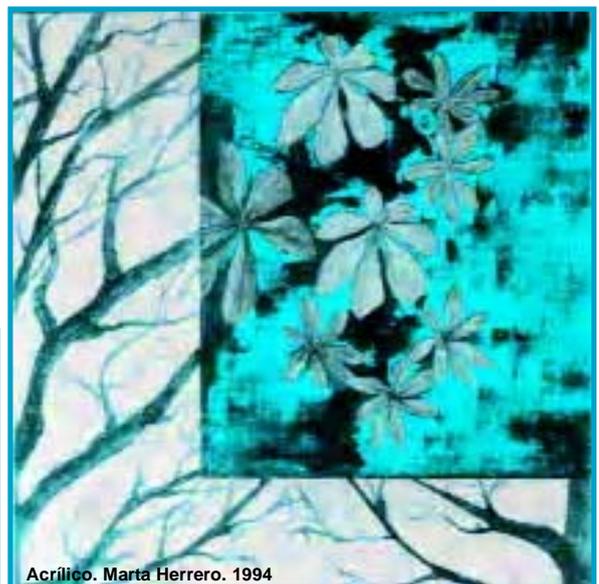
Las imágenes de TV con altos niveles de violencia predisponen en individuos impulsivos a reaccionar con agresividad, pero algunas personas no les provocan comportamientos violentos, sino que las hace menos alarmantes, más aceptables, gente testigos de actos violentos. No se inmutan. Se instaura una tolerancia a la violencia.

El periodo más vulnerable se sitúa entre los 4 y los 12 años.

Siempre ha habido violencia, pero nunca tan gratuita, y con el gran nivel de desarrollo que tenemos, y nunca ha afectado a una población etaria tan grande, y nunca tenía las características y las consecuencias de la violencia en el momento actual.

## B Crisis de la familia.

1º. "La familia constituye el compromiso social más firme de confianza, el pacto más resistente de protección y de apoyo mutuo, el acuerdo más singular de convivencia y de amor que existe entre un grupo de personas". L Rojas Marcos.



2º. La familia ha ampliado su concepto, su complejidad, y pierde fuerza como núcleo de seguridad, confianza básica, cariño, autoridad.

- Paro laboral
- Precios de la vivienda
- Problemas derivados de las relaciones.
- Excesiva movilidad

3º. Los chicos y chicas constantemente reciben contenidos violentos en el cine, la TV, juegos de ordenador. Si el núcleo familiar es estable y equilibrado, el niño sabrá interiorizar y canalizar los contenidos agresivos. Uno de los actores que inciden en la violencia es la introspección que el chico hace de la imagen del padre. Muchos niños conflictivos tienen un padre autoritario, despótico, tiránico, alcohólico, drogadicto o simplemente sin presencia.

4º. ¿Qué pasa por la cabeza de unos chicos, qué pasa por sus vidas cuando sin mediar hecho alguno deciden quemar un anciano, y le queman? Cuando se investiga resulta que no es gente marginal sino que tienen dinero y bastante, van a colegios buenos, ...

¿Qué pasa por la cabeza de un chico y una chica que se ceba en un instituto con determinadas personas que son diferentes o los encuentra diferentes, y los hostiga hasta someterlos en un estado de sumisión, de desvaloración personal de la que es difícil que se levante? **Recientemente el desgraciado suceso del niño de Guipúzcoa ha hecho visible el problema de muchos chicos y chicas.**

Las personas que viven en un medio agresivo no desarrollan un sentimiento empático hacia los seres humanos, y tienen falta de resonancia emocional.

Una preocupación común a todos los sistemas, la violencia juvenil que yo voy a llamar **manifestaciones violentas de los chicos y chicas.**

El maltrato en la familia entre la pareja y a los hijos, y entre hermanos predispone a conductas violentas.

Los abusos sexuales, tan difíciles de estudiar tienen graves consecuencias en el desarrollo infantil y adolescente.

Otra autora que relata muy bien el mundo del abuso.

"A mi las pesadillas no me daban miedo sorteaban cosas en mi cabeza y se deshacían de otras cosas sombrías que se me metían estando despierta : Lo que sí encontraba aterrador era la idea de no ser capaz de cerrar los ojos y escapar y hundirte en el sueño cuando algo mortecino respiraba en tu cuello" **"Erase una vez una casa en llamas"**

Cualquier niño víctima o testigo de un acto violento no solo padece las consecuencias inmediatas de éste, sino que además incorpora a su desarrollo personal una experiencia negativa de consecuencias impredecibles en el futuro.

## C Carencia social Exclusión social

**El descubrir que no son iguales que los demás. O creer que no lo son.**

Circunstancias como el paro, discapacidad, ser maltratada o no tener la misma ropa también de sufrimiento.

Andrea Ashwart expresa en sus novelas muy bien este sentimiento.

Dice su protagonista.

"Tenía un temor secreto de que no fuéramos normales. Un poema es una caja donde guardas tu alma, ese es el sentido. Era el lugar donde podías guardar fragmentos de ti y revolver tus sentimientos más sombríos sin preocuparte que la gente pensara que eres rara. La poesía me hacía sentirme parte de algo noble y bello más grande que yo "Erase una vez una casa en llama" AndreaAshwort.

Y citó otro texto:

"La película me había hecho sentirme normal había estado con mis amigas compartiendo el mismo miedo. El terror se convertía así en diversión en lugar de en algo peligroso y sucio que metías por debajo de la moqueta de casa. Ahora comprendo porqué la gente paga tanto por ir al cine "

## D Sistema educativo. Maltrato escolar e institucional

¿Quién no recuerda al chico o chica con quien todos se metían?

La escuela se contradice en sus valores, de forma que se convierte en un

lugar donde sufren maltrato los chicos y las chicas y se ejerce la violencia.

8.

**FACTORES ASOCIADOS A LAS CONDUCTAS VIOLENTAS (EXCLUYENDO LAS PATOLOGÍAS)**

Actualmente nos encontramos con un vacío en la responsabilidad de educar y hay una delegación de funciones disfrazada de un reparto de responsabilidades de los diferentes ámbitos sociales.

- Los medios de Comunicación oficialmente informan
- La familia, oficialmente, nutre
- La escuela, oficialmente instruye

Y la Educación que es el resultado de todo ¿quién la hace?

Realmente la están haciendo todos, pero nadie quiere reconocer su responsabilidad en toda esa educación y formación de los chicos y jóvenes.

Cuando un profesor dice que su función no es educar sino enseñar y ser útil a ese chico en tal habilidad, dado su ser adulto es referente para los jóvenes, está transmitiendo que sólo vale la utilidad, las notas, etc.

Los padres cuando delegan aspectos importantes de la vida de sus hijos (Educación sexual, Formación...) en otras instituciones, están diciendo a sus hijos que para ellos eso no es importante.

8.1

**FACTORES PREDISPONENTES A LA VIOLENCIA**



# A TU SALUD

# En Perspectiva

- Fracaso escolar
  - Absentismo
  - Falsificación de notas
  - Crueldad con personas y animales
  - Mentir
  - Relaciones interpersonales pobres
  - Percepción de hostilidad en los demás
  - Hiperactividad
  - Descenso de la autoestima
  - Malos tratos en la infancia
  - Ausencia de disciplina
  - Aburrimiento
  - **Comportamiento violento y un intento de autoafirmación**
  - Miedo básico ante las tareas de la vida, ante la responsabilidad
  - Afán de estimulación
  - Inconsistencia. No hacer tareas que requieren consistencia y esfuerzo
  - La mayoría son inconstantes
  - Condiciones de hacinamiento Reducir espacio aumenta la agresividad".
- ECHEBURRIA

La densidad poblacional crea altos niveles de estrés, los cuales si no encuentra otras salidas pueden conducir a la conducta violenta. Necesidad de un mínimo espacio privado.

María Jesús Mardomingo habla del aumento del estrés y de la ansiedad en los adolescentes, y al definir la conducta violenta la **define como la total falta de consideración y sensibilidad hacia los sentimientos de los demás**. Pese a la imagen de frialdad hostilidad y distanciamiento que suelen presentar los menores violentos en muchos casos se esconden síntomas de ansiedad, depresión, baja autoestima, intolerancia a la frustración y graves carencias afectivas. Las normas y los principios de actuar conocidos y aceptados disminuyen la tensión y bajan la ansiedad porque aumentan la seguridad básica.

**RASGOS DE CARÁCTER QUE PREDISPONEN A LA VIOLENCIA**

8.2

Narcisismo, Sadismo, Omnipotencia, Sumisión, Indefensión.

**MODELOS CULTURALES: EL MIEDO A LOS DIFERENTES**

9

**E**s nuestra mirada la que muchas veces encierra a los demás en sus pertenencias más limitadas, y es también nuestra mirada la que puede liberarles.

"El aprendizaje se inicia muy pronto. Ya en la primera infancia se le inculcan creencias, ritos, prejuicios, rencores, sentimientos de pertenencia y enseguida también en casa, en el colegio o en la calle se producen las primeras heridas en el amor propio. Los demás le hacen sentir con sus palabras, con sus miradas que es pobre, bajo, cojo. moreno, huérfano. Son las diferencias que trazan los contornos de cada personalidad y que forjan los comportamientos, opiniones, temores y ambiciones que pueden edificar o dejar heridas que no se curan nunca".

MAALUF

Son esas heridas las que determinan en cada fase de la vida la actitud de los seres humanos con respecto a su pertenencia y jerarquías. La persona que ha sido víctima de humillación y burlas por su color, forma, acento... no lo olvida nunca. La identidad se va construyendo y transformando a lo largo de nuestra existencia.

- "Nacer mujer no significa lo mismo en Kabul que en Oslo. La feminidad no se vive de igual manera en uno u otro sitio. Todo ser humano ha de optar personalmente entre unos caminos por los que se le empuja a ir o por otros que le están vedados. No es él desde el principio, no se limita a tomar conciencia de su identidad sino que la va adquiriendo para sí mismo; o se vacía como en el caso del maltrato". MAALUF

¿Por qué son violentos en nombre de la madre, su equipo de fútbol, su identidad religiosa, étnica o social?

!!! El miedo a la diferencia !!!

Construir una identidad afirmada en un solo aspecto nos convierte en tribu. El miedo a los inmigrantes, a los chinos, a los negros, tratamos a estas personas desde el punto de vista de su color, etnia, o país de procedencia, reduciendo su identidad a algo que nos produce miedo o despreciamos, Siendo esto el caldo de cultivo de la intolerancia. Es necesario desarrollar una identidad plural para desterrar la xenofobia que a nivel social es la causa de violencia más importante.

¿Cómo trabajar con ellos para que no se hagan violentos y drenen su agresividad?

Explicitar valores de solidaridad democracia justicia honestidad cooperación etc. y analizar la realidad en el trabajo y MCS que lo contradicen de raíz.

Hay una destrucción ética de la conducta humana. Predomina la ley del más fuerte. Hay confusión de valores.

Los que destruyen llevan la ayuda humanitaria. A los ejércitos les acompañan las ONGs, y a veces ellos mismos distribuyen ayuda humanitaria en las zonas que destruyen antes.

- 1º bombardean
- 2º ayudan a reconstruir
- 3º empresas que se van a enriquecer.

¿Ha sido siempre así, o hay realidades específicas de esta época?

En la Sociedad siempre ha habido violencia y se han impuesto los más fuertes sobre los más débiles. Pero la a verdad es que hemos ido creciendo poniendo límites a la violencia. Hoy hay mayor sensibilidad a la violencia contra la mujer, el maltrato a los hijos y a los ancianos. Pero seguimos inmersos en un clima social muy violento, precisamente por no admitir las diferencias: Guerra y terrorismo con sus extensiones locales. "Siempre ha sido así" dicen unos para justificarse, pero nunca ha ocurrido con un desarrollo económico tan extraordinario y tan mal administrado.

Voy a terminar, pidiendo un compromiso con un relato chino:

"Un noble chino le pidió a su jardinero que plantara la semilla de un árbol raro y hermoso. El jardinero protestó: Pero, Señor, ese árbol no dará flores antes de 100 años. La respuesta del noble fue: Entonces, plantémoslo esta misma tarde". Puesto que la tarea de crear una auténtica co-cultura puede llevar una generación o más, para nosotros nada puede ser más oportuno que empezar ahora mismo.

---

**PONENCIA EN EL XI SEMINARIO:**  
Educación para la Salud:  
El Fenómeno violencia: Su análisis y prevención. El papel de la Educación Sanitaria.