

## 5. PREVENIR LA VIOLENCIA Y LA VICTIMIZACIÓN MÁS ALLÁ DEL CONTEXTO FAMILIAR

Las condiciones propuestas en las unidades anteriores, para favorecer el desarrollo psicológico del adolescente (en las tareas evolutivas básicas, las habilidades de afrontamiento del estrés y resolución de conflictos...) y prevenir la violencia en la familia (rompiendo con su reproducción intergeneracional, mejorando la calidad de la vida familiar...), contribuyen también a prevenir que el adolescente ejerza o sufra la violencia más allá de dicho contexto. Para lo cual, es preciso, además, tener en cuenta otras condiciones que se analizan en esta unidad cinco.

### 5.1. Objetivos de la unidad

El principal objetivo de esta unidad cinco es ayudar a comprender cuales son las condiciones que incrementan o reducen el riesgo de que los adolescentes se conviertan en agresores o en víctimas de la violencia fuera de la familia, y la adquisición de habilidades para prevenir o detener dichas situaciones y sus destructivos efectos. A un nivel más específico se pretenden los siguientes objetivos:

1. Comprender la eficacia de las propuestas planteadas en unidades anteriores (sobre el desarrollo de las tareas evolutivas básicas o de la capacidad de resolución de conflictos, por ejemplo) tanto para prevenir la violencia de las relaciones familiares como la que los adolescentes pueden sufrir o ejercer en otros contextos.
2. Sensibilizar sobre la necesidad de crear contextos y esquemas de relación en los que los adolescentes puedan pedir y obtener la ayuda de sus padres cuando la necesitan, evitando la frecuente tendencia a reñirles o a culpabilizarles cuando han sido víctimas de la violencia, o están en situación de riesgo, y lo cuentan.
3. Desarrollar habilidades para detectar desde sus inicios cuándo un adolescente está implicado en una relación destructiva (de pareja, con una banda o con una organización), y ayudarle a salir de ella lo antes posible.

4. Desarrollar habilidades para ayudar a las víctimas de la violencia a curarse de sus destructivos efectos y concienciar sobre la necesidad de proporcionarles un contexto protegido, al que pueden contribuir los padres, pero para el cual puede resultar necesario, en los casos más graves, ayuda especializada.
5. Sensibilizar sobre la necesidad de enseñar a los hijos/as a decir que no y a resistir la presión social cuando ésta es destructiva.
6. Comprender la necesidad de promover la integración social del adolescente en grupos de iguales constructivos, y ayudar a seleccionar contextos que incrementen la oportunidad de dicha integración.
7. Concienciar de la influencia que ejercen determinadas opiniones y actitudes de los padres en la violencia de sus hijos, violencia que a veces representa la expresión radical de aquellas; y sobre la necesidad de que los padres manifiesten su rechazo a toda forma de violencia y se comporten de acuerdo a lo que expresan.
8. Sensibilizar sobre la necesidad de educar la tolerancia y el respeto a los derechos humanos para prevenir la violencia. Y desarrollar habilidades para ayudar al adolescente a reconocer que las dudas y los conflictos forman parte inevitable de la vida y del progreso; y a superar el pensamiento dicotómico (una de las condiciones que incrementa el riesgo de violencia).
9. Concienciar sobre la necesidad de desarrollar una actitud crítica hacia lo que los hijos ven en la televisión, así como sobre la conveniencia de que los adultos vean con ellos algunos de sus programas favoritos, como contexto a partir del cual iniciar una reflexión compartida, incluyendo en ella la conexión de lo que acaban que ver con los problemas que pueden existir en sus propias vidas.
10. Sensibilizar sobre la necesidad de superar el sexismo para prevenir la violencia, y especialmente la asociación, todavía frecuente, del valor del hombre con el control absoluto, con la demostración de fuerza y con la ausencia de la más mínima debilidad; asociación que priva a los chicos de la oportunidad de pedir ayuda cuando la necesitan y puede conducirles a la violencia para demostrar su valor, especialmente cuando éste es cuestionado.

## 5.2. Prevenir la victimización

Los cambios experimentados en las últimas décadas en las pautas de socialización han favorecido en la infancia y en la juventud una superior competencia social para aceptar lo que otros les proponen, iniciar y mantener relaciones complejas, resolver conflictos sin pedir ayuda, y establecer, en general, relaciones con individuos no familiares. Es indudable el valor que dichas competencias tienen para lograr una adecuada adaptación al complejo y heterogéneo contexto social que les rodea. Sin embargo, al favorecer estas nuevas habilidades se priva a veces a la infancia y a la juventud de otros recursos necesarios para defenderse del abuso.

Para prevenir la victimización es preciso ayudar a los niños y adolescentes a adquirir habilidades que les permitan:

1. *Detectar y evitar* situaciones peligrosas sin alterar su confianza básica en los demás.
2. *Decir que no* en situaciones que puedan implicar abuso sin disminuir su capacidad para la empatía y el establecimiento de relaciones sociales positivas.

3. *Pedir ayuda* cuando la necesitan, y especialmente cuando comienzan a ser víctimas o están en riesgo de serlo.
4. Estar preparados emocionalmente para *no sentirse culpables* cuando no lo son.

Las investigaciones realizadas sobre la prevención de la victimización en la infancia y en la juventud enfatizan, además, la necesidad de enseñar:

1. Que toda persona tiene derecho a la libertad sexual, y, por tanto, a decir que no a una relación de intimidad o a un contacto corporal no deseado.
2. Que hay secretos que no hay que guardar; y que la víctima no debe sentirse culpable de la violencia o el abuso sufrido.
3. Que es preciso contar a personas de confianza las situaciones inquietantes o no deseadas que se hayan sufrido; para poder así encontrar la protección que cualquiera necesita cuando comienza a ser víctima; puesto que de lo contrario el problema suele hacerse cada vez más grave.

Los estudios realizados sobre la prevención de la victimización encuentran que incluso los programas de una hora permiten que los niños que están sufriendo estas situaciones las denuncien, al ayudarles a vencer el miedo y el sentimiento de culpa (los principales aliados del abusador) y pedir ayuda. Se observa también que unos meses después de participar en los programas hay dos cosas que suelen olvidar: que los menores nunca son culpables del abuso sexual de los adultos y que hay secretos que no se deben guardar, creencias que contribuyen a la victimización y que parecen estar especialmente arraigadas en nuestra cultura tal como se la transmitimos a la infancia y la juventud.

### 5.3. La tendencia a culpabilizar a la víctima se convierte en el principal aliado del agresor

Con mucha frecuencia, el agresor justifica su violencia culpabilizando a la víctima en lugar de sentirse culpable él, viéndose a sí mismo como una especie de héroe o como alguien que se limita a reaccionar ante provocaciones, y a la víctima como alguien despreciable o inferior, que merece y/o provoca la violencia. Resulta sorprendente que, con cierta frecuencia, las propias víctimas, e incluso las personas que les rodean, distorsionen la atribución de responsabilidad en una dirección similar a la anterior, exagerando la responsabilidad de la víctima (por haber ido por un lugar determinado o no haber obedecido, por ejemplo), y con ello su sentimiento de culpabilidad, y justificando así, aunque sea indirecta e involuntariamente, al agresor.

Esta extendida tendencia de creer que la víctima hizo algo que provocó el acontecimiento sufrido (violencia, accidente, o cualquier otro suceso de graves consecuencias) está relacionada con la necesidad que tenemos todos de creer que el *mundo es justo*; hipótesis que nos permite confiar en que los graves acontecimientos que observamos a nuestro alrededor no nos sucederán. Lo malo de esta tendencia es que puede llevarnos a distorsionar la percepción de dichos acontecimientos, a inhibir la solidaridad con sus víctimas y a reducir nuestra eficacia cuando intentemos ayudar a un adolescente que se encuentra en dicha situación.

Es imprescindible que los padres y las madres intenten superar la tendencia anteriormente expuesta, proporcionando a sus hijos/as la confianza necesaria para pedirles ayuda cuando comienzan a sufrir una situación de abuso, y superando la frecuente tendencia a reñirles o a culpabilizarles cuando comienzan a contarlo, puesto que de lo contrario no podrán ayudarles a superar el fuerte sentimiento de culpabilidad que con frecuencia sienten en dichas situaciones ni la tendencia a ocultarlo por miedo, privándoles así de la ayuda necesaria para salir de la situación y curarse de sus destructivos efectos.

#### 5.4. La violencia en la escuela: intimidación y victimización

«En el teléfono del niño estrenado recientemente en España la mayoría de las angustiadas llamadas de los pequeños hablaban de presiones, chantajes y malos tratos en los colegios. Y se interrogaban inquietos ¿no se enterarán, verdad?, ¿no sabrán nada en mi colegio?» (C. Díaz, *La crueldad en el cole*, El País, 19-6-94)

Los estudios realizados en los últimos años sobre el *bullying* en la escuela, término inglés de difícil traducción (derivado de *bull*, matón), permiten dar algunas respuestas a estas preguntas.

Con el término *bullying* suele hacerse referencia a una violencia:

1. Que puede implicar diverso tipo de conductas (burlas, amenazas, intimidaciones, agresiones físicas, aislamiento sistemático, insultos...).
2. No se limita a un acontecimiento aislado, sino que se repite y prolonga durante cierto tiempo. Razón por la cual se produce en contextos, como la escuela, el barrio o el trabajo, que obligan a las personas a encontrarse con frecuencia y durante un período de tiempo de cierta duración.
3. Provocada por un individuo (el matón), apoyado generalmente en un grupo, contra una víctima que se encuentra indefensa, que no puede por sí misma salir de esta situación.
4. Y que se mantiene debido a la ignorancia o pasividad de las personas que rodean a los agresores y a las víctimas sin intervenir directamente.

Los estudios realizados sobre el *bullying* en la escuela reflejan que éste se produce con una frecuencia bastante superior a lo que cabría temer. Parece que a lo largo de su vida escolar todos los alumnos podrían verse dañados por este problema, como observadores pasivos, víctimas o agresores.

Y es que como sucede con las otras formas de violencia, la intimidación y victimización que se produce en la escuela puede dañar a todas las personas que con ella conviven:

1. *En la víctima* produce miedo y rechazo al contexto en el que se sufre la violencia, pérdida de confianza en uno mismo y en los demás, así como diversas dificultades que pueden derivarse de estos problemas (problemas de rendimiento, baja autoestima...).
2. *En el agresor* aumentan los problemas que le llevaron a abusar de su fuerza: disminuye su capacidad de comprensión moral así como su capacidad para la empatía, el principal motor de la competencia socio-emocional, y refuerza un esti-

lo violento de interacción que representa un grave problema para su propio desarrollo, obstaculizando el establecimiento de relaciones positivas con el entorno que le rodea.

3. *En las personas que no participan directamente de la violencia pero que conviven con ella sin hacer nada para evitarla* puede producir, aunque en menor grado, problemas parecidos a los que se dan en la víctima o en el agresor (miedo a poder ser víctima de una agresión similar, reducción de la empatía...); y contribuyen a que aumente la falta de sensibilidad, la apatía y la insolidaridad respecto a los problemas de los demás, características que aumentan el riesgo de que sean en el futuro protagonistas directos de la violencia.
4. *En el contexto institucional en el que se produce*, la violencia reduce la calidad de la vida de las personas, dificulta el logro de la mayoría de sus objetivos (aprendizaje, calidad del trabajo...) y hace que aumenten los problemas y tensiones que la provocaron, activando una escalada de graves consecuencias.

Para prevenir o detener la violencia que a veces se produce en la escuela es preciso:

- a) Adoptar un *estilo no violento* para expresar las tensiones y resolver los conflictos que puedan surgir.
- b) Desarrollar una *cultura de la no violencia*, rechazando explícitamente cualquier comportamiento que provoque la intimidación y la victimización.
- c) Romper la «*conspiración del silencio*» que suele establecerse en torno a la violencia, en la que tanto las víctimas como los observadores pasivos parecen aliarse con los agresores al no denunciar situaciones de naturaleza destructiva, que si no se interrumpen activamente desde un principio tienden a ser cada vez más graves.

## 5.5. Prevenir la violencia en la pareja y la violencia contra la mujer

En los últimos años nuestra sociedad comienza a romper la *conspiración del silencio* respecto a la violencia contra las mujeres por parte de sus maridos o compañeros; problema estrechamente relacionado con los estereotipos sexistas, que asocian la violencia con valores masculinos y la sumisión con valores femeninos, agravando así los errores detectados también en la representación de otras formas de violencia, sobre: su origen biológico, la imposibilidad de evitarla, o la tendencia a culpabilizar a la víctima, existente incluso en las propias víctimas.

Los estudios realizados sobre la violencia que sufren las mujeres por parte de sus maridos o compañeros reflejan que:

1. *La violencia no tarda mucho en aparecer*. En un principio la víctima cree que podrá controlarla. En esta primera fase la violencia suele ser de menor frecuencia y gravedad que en fases posteriores. A veces comienza como abuso emocional: coaccionando para llevar a cabo acciones que no se desean, obligando a romper todos los vínculos que la víctima tenía antes de iniciar la relación (con amigas, trabajo, incluso con la propia familia de origen...), y lesionando gravemente su autoestima cuando no se conforma al más mínimo deseo del abusador. La víctima responde intentando acomodarse a dichos deseos para evitar las agresiones, que suelen hacerse cada vez más graves y frecuentes, pasando, por ejemplo, a incluir

también agresiones físicas. Para prevenir que ésta situación continúe y se agrave, las personas del entorno de la víctima y del agresor (padres, amigos, hermanos...) podrían ayudarles a percibir su situación sin distorsiones, evitando que la víctima rompa con el resto de los vínculos (familiares, ocupacionales y sociales previamente establecidos) y ayudándoles a rechazar el abuso, comprendiendo la posible relación entre las características de la relación abusiva iniciada y el previsible incremento de la violencia que puede producirse después.

2. *Suele existir un fuerte vínculo afectivo.* La mayor parte de los agresores combina la conducta violenta con otro tipo de comportamientos a través de los cuales convence a la víctima de que la violencia no va a repetirse; alternando dos estilos opuestos de comportamiento, como si fuera dos personas diferentes. En algunas investigaciones se compara esta mezcla de personalidades con la del personaje literario *Jekyll y Mr. Hide*, mencionando que la víctima se enamora del segundo creyendo que va a lograr que desaparezca el primero. En estas primeras fases, una de las principales razones para que la víctima permanezca con el agresor es la existencia del vínculo afectivo junto a la ilusión de creer que la violencia no se va a repetir.
3. *Cuando el vínculo afectivo no es suficiente surgen las amenazas.* En las fases más avanzadas, el agresor amenaza a la víctima con agresiones muy graves si llega a abandonarle, amenazas que pueden hacer temer, incluso, sobre la seguridad de los hijos o de otros familiares.

Un adecuado conocimiento de las pautas descritas anteriormente por las posibles víctimas puede contribuir a prevenir la violencia, al alertar sobre el riesgo que pueden implicar las primeras fases e incorporar el rechazo de la violencia y la victimización en la propia identidad. Conviene tener en cuenta, en este sentido, la relevancia que tiene favorecer dicho conocimiento en la juventud, edad en la que se producen cambios muy significativos en la identidad de género y comienzan a establecerse las primeras relaciones de pareja.

## 5.6. Cómo ayudar a las víctimas de la violencia

Los estudios realizados sobre este tema (como los resumidos en el apartado 4.3.1), reflejan que el hecho de sufrir violencia genera una serie de perturbaciones psicológicas para las que suele necesitarse ayuda; y para proporcionarla a veces puede ser conveniente la intervención de personas ajenas a la familia y con experiencia y formación especializada.

Se ha observado que la victimización: 1) obstaculiza el establecimiento de relaciones sociales de calidad, al alterar la confianza básica en uno mismo y en los demás y disminuir la autoestima; 2) produce altos niveles de estrés y tensión emocional, que dificultan o impiden la realización de otras actividades cotidianas (comer, dormir, estudiar, jugar...); 3) produce un fuerte rechazo y evitación del contexto en el que ha tenido lugar, dificultando las actividades que en él suelen producirse, con los consiguientes problemas que de ello se derivan cuando se trata de un contexto imprescindible para un adecuado desarrollo (la escuela, la casa, el barrio, el lugar de ocio...); 4) e

incrementa el riesgo de volver a ser en el futuro víctima de la violencia o de convertirse en agresor.

Los estudios realizados sobre las perturbaciones que produce a largo plazo la violencia sufrida en la infancia y en la juventud reflejan que el deterioro es menor cuando:

1. Se dispone de una relación de ayuda, a través de la cual desarrollar o reconstruir un modelo positivo de uno mismo y de los demás. En cuyo contexto la víctima pueda curarse de los problemas emocionales y de las distorsiones más frecuentemente originadas como consecuencia de la victimización (del sentimiento de culpabilidad, del odio y del miedo, por ejemplo).
2. Se conceptualiza adecuadamente la violencia que se ha sufrido, reconociendo su inadecuación y expresando a otra(s) persona(s) el sufrimiento suscitado en un contexto protegido; en el que esté garantizada la privacidad y no haya riesgos para la víctima de volver a sufrir una nueva victimización (de incrementar el sentimiento de culpabilidad, el odio o el miedo originados por la violencia). Cuando dicha violencia se justifica o cuando no se tiene la oportunidad de expresar las emociones originadas en un contexto protegido, como consecuencia de la *conspiración del silencio* o de la tendencia a someter a las víctimas a una nueva victimización cuando su problema se conoce, el deterioro posterior aumenta.
3. La persona asume el compromiso de no reproducir con posterioridad lo que uno mismo ha sufrido, de hacer todo lo posible por luchar contra la violencia.
4. Se desarrollan habilidades (como las descritas en las unidades anteriores) que permiten afrontar el estrés con eficacia y resolver los conflictos sociales de forma no violenta

### 5.7. Enseñar a resistir la presión social que puede conducir a la violencia

Las causas que provocan la violencia entre grupos pueden ser, en general, las mismas que la desencadenan entre individuos, aunque de superior complejidad. Conviene tener en cuenta, sin embargo, dos importantes influencias sociales (la presión de los grupos y la ejercida por la autoridad) que pueden hacer que individuos que no son violentos en sus relaciones inter-personales puedan llegar a serlo y de forma extrema.

El hecho de formar parte de un grupo con el que compartimos objetivos y actitudes proporciona a los individuos más fuerza para comportarse en dicha dirección, sea ésta de tipo positivo o negativo. Cuando en un grupo comienzan a producirse conductas violentas se producen una serie de alteraciones que pueden multiplicar el riesgo de violencia, debido a: 1) el contagio de actitudes y comportamientos; 2) distorsiones cognitivas que se producen en dicha situación (despersonalización, difusión de responsabilidad, culpabilización de la víctima...); 3) y la inseguridad en las propias creencias y convicciones.

La influencia de la autoridad en nuestro comportamiento también puede producirse en distintas direcciones (para llevar a cabo acciones constructivas de gran complejidad o para ejercer acciones violentas, por ejemplo).

El riesgo de que una persona llegue a ser extremadamente violenta con otra, incluso en contra de sus propias convicciones, debido a la presión ejercida por una autoridad fue demostrado experimentalmente en un conocido estudio llevado a cabo en la



Universidad de Yale por Milgram (1973). El experimentador (la autoridad) pedía a la persona que había accedido a colaborar en el estudio que administrase descargas eléctricas de distinta intensidad a otra persona (a través de interruptores que estaban agrupados según sus efectos con los rótulos: *descarga ligera*, *descarga moderada*, *descarga fuerte*, *descarga intensa*, *descarga sumamente intensa*, *atención descarga peligrosa*). Se comprobó, sorprendentemente, que el 63,5% de las sujetos experimentales (creyéndolo ellos, pero sin que fuera cierto) llegaron a aplicar a la víctima (un actor que simulaba dicho papel) hasta la descarga máxima. La tendencia a aplicar dicha descarga variaba en función de determinadas condiciones, entre las que cabe destacar las siguientes:

1. *Es más fácil resistir a la autoridad en compañía de otros que también resisten.* Cuando el sujeto experimental se encontraba junto a otros supuestos compañeros (*cómplices* del experimentador que simulaban dicho papel) la capacidad de resistir a la orden dada por la autoridad aumentaba considerablemente; puesto que la descarga máxima solo era aplicada por el 10% (frente al 63,5% de los sujetos que la aplicaban cuando se encontraban solos).
2. *La agresión es más probable cuando la víctima está despersonalizada.* Cuando la víctima se encontraba cerca y el sujeto experimental podía ver y oír las señales del dolor provocado (que el actor simulaba sentir) la resistencia a la autoridad aumentaba considerablemente. Solo el 40% la aplicaba.
3. *La presión ejercida por la autoridad es mayor cuando está próxima y tiene prestigio.* Cuando el experimentador daba las ordenes por teléfono sólo el 21% de los sujetos aplicaba la descarga máxima. Cuando el experimento se repitió fuera de la universidad, en un centro desconocido para los sujetos que participaban, la tendencia a aplicar la descarga máxima bajo al 48%.

Los resultados obtenidos en estos estudios permiten comprender por qué en determinadas situaciones (como las producidas en las guerras) incluso personas contrarias a la violencia pueden llevar a cabo acciones extremadamente violentas obedeciendo ciegamente a la autoridad; y reflejan la importancia de extender la educación para la paz de forma que permita superar este riesgo.

## 5.8. Características y consecuencias de las organizaciones destructivas

Los estudios sobre los problemas observados en personas dañadas psicológicamente de forma grave como consecuencia de haber permanecido durante cierto tiempo en una organización abusiva, señalan como principales características de riesgo de destructividad:

1. *El aislamiento del resto de la sociedad*, que llega a los niveles extremos cuando: 1) se impide o se hace innecesario el contacto con el mundo exterior así como la posibilidad de recibir información procedente de personas que no pertenecen a la organización; 2) y se transmite un *modelo generalizado de pensamiento dicotómico y absolutista*, según el cual la organización y todo lo que forma parte de ella es aceptado de forma incondicional, mientras que lo que no forma parte de ella, el resto de la sociedad, es rechazado de forma absoluta.
2. *La estructura totalitaria de la organización*, caracterizada por: una jerarquía estricta, la imposibilidad de cuestionar las directrices que se imponen, la arbitrarie-



dad de premios y castigos, la explotación laboral, la utilización de procedimientos de control coercitivo y la inhibición del pensamiento crítico.

3. *La extensión del control ejercido por la organización sobre sus miembros* a prácticamente todos los ámbitos (sueño, alimentación, vestido, distribución del tiempo, relaciones inter-personales, ocio, disponibilidad económica, trabajo...). Extensión que suele llegar a las *relaciones paterno-filiales*, pasando la organización a sustituir la influencia que habitualmente los padres tienen en el desarrollo de sus hijos.

Como consecuencia de la características anteriormente expuestas, se produce una *fuerte dependencia de la organización*, que obstaculiza la libertad individual y el desarrollo de la propia personalidad, a todos los niveles:

1. *Dependencia física*, fomentada por: la insuficiencia en el régimen de alimentación, la falta de sueño, el agotamiento...
2. *Dependencia psicológica*, debida a: la realización de actividades extremadamente monótonas y repetitivas, el control de la atención originado por la sobre-estimulación proporcionada en la dirección de los objetivos de la organización, la creación de una intolerancia extrema a la incertidumbre, la inhibición del pensamiento crítico y la asociación de la autonomía con culpabilidad.
3. *Dependencia social y económica*, debida a la ausencia de remuneraciones por el trabajo realizado o la imposibilidad de tomar cualquier tipo de decisión de forma autónoma (elección de pareja, situación familiar).

Aunque las diversas condiciones de riesgo puedan variar, en principio, de forma independiente, los estudios realizados, en este tema, reflejan que de hecho suelen estar relacionadas entre sí; y que cuando coinciden varias condiciones de riesgo su influencia negativa sobre la integración social y el desarrollo de la personalidad se multiplica.

En relación a las negativas condiciones anteriormente expuestas, cabe analizar el conjunto de problemas psicológicos observados en las personas que han permanecido durante cierto tiempo en organizaciones destructivas; entre las que cabe destacar las siguientes:

1. *Dificultades para tomar decisiones con autonomía*, sin seguir las directrices marcadas por el grupo; que suelen ir unidas a la falta de madurez y falta de flexibilidad mental, así como a un fuerte sentimiento de culpabilidad e inseguridad para afrontar situaciones que generan incertidumbre o la más mínima desviación respecto a las conductas impuestas por el grupo.
2. *Dificultades para establecer relaciones sociales* fuera de la organización, debido a los modelos dicotómicos y absolutistas que en ella se han desarrollado así como a la falta de habilidades (para ponerse en el lugar de los demás, comunicarse, comprender las situaciones sociales...) producida por el aislamiento y la ausencia de oportunidades para adquirirlas.
3. *Confusión sobre la propia identidad y otros problemas disociativos*. Desde 1980 la Asociación Americana de Psiquiatría incluye el *síndrome disociativo atípico*, disociación de personalidad que se manifiesta en trastornos de las funciones normales integrativas de identidad, memoria o conciencia, como una alteración que puede ser provocada entre otras causas por la pertenencia a una secta.

4. *Trastornos emocionales* similares a los síntomas del estrés post-traumático que se observan en personas que han sufrido experiencias traumáticas graves; y entre los que cabe destacar: anestesia emocional, alteración del sueño, dificultades de concentración, hipervigilancia, cambios repentinos de humor, o acentuadas reacciones fisiológicas ante estímulos asociados con el trauma.

Para ayudar a un adolescente que esté en contacto con una organización de riesgo conviene: 1) intentar que no rompa (o que pueda reanudar fácilmente) los vínculos y actividades previamente establecidos; 2) no ceder a las presiones o chantajes que pueda llevar a cabo; 3) y tener en cuenta que muchas de sus manifestaciones hostiles surgen como consecuencia de la manipulación de la que es víctima.

### 5.9. Es necesario cambiar las creencias y los papeles que contribuyen a la violencia

La representación que una persona o un pueblo tiene de la violencia y de sus posibles víctimas, desempeña un decisivo papel en el riesgo de ejercerla. El individuo violento suele creer que su violencia está justificada o es inevitable, y se ve a sí mismo como un héroe y a la víctima como un ser despreciable e infrahumano, inhibiendo la empatía. Así es más fácil emplear la violencia. La representación de una persona o un colectivo como enemigo o como inferior está estrechamente relacionada con su posible victimización.

En función de lo anteriormente expuesto puede entenderse por qué determinados valores y creencias existentes en nuestra sociedad hacia la violencia y hacia los diversos papeles sociales en cuyo contexto se produce (hombre, mujer, hijo, autoridad...) ejercen una decisiva influencia en la violencia de sus individuos. De lo cual se deriva la necesidad de estimular cambios que favorezcan la superación de las creencias que contribuyen a la violencia; entre los que cabe destacar, por ejemplo:

1. La crítica de la violencia en todas sus manifestaciones (incluyendo no sólo la violencia física sino también la violencia psicológica) y el desarrollo de condiciones que permitan obtener protagonismo, expresar la tensión o resolver conflictos sin recurrir a ella.
2. La sensibilización sobre los efectos negativos del castigo físico y la superior eficacia de la comunicación como alternativa educativa.
3. El desarrollo de la conciencia de los derechos de las personas que se encuentran en situación de especial vulnerabilidad (niños, mujeres...) y su necesidad de protección.
4. La superación de la creencia según la cual los hijos son una propiedad de sus padres; la transformación del concepto de autoridad parental por el de responsabilidad; y el reconocimiento de que la educación familiar debe ser compartida por la madre y el padre.
5. La superación de los estereotipos sexistas, y especialmente de la asociación de la violencia con valores masculinos y la sumisión e indefensión con valores femeninos, así como de la asociación del valor de las personas con la fuerza física, el control absoluto o el abuso de poder.

6. El desarrollo de la tolerancia y el respeto de los derechos humanos, y su aplicación a las situaciones conflictivas en las que existe alto riesgo de violencia y exclusión.

### 5.10. Prevenir la identificación con grupos intolerantes y violentos

La tendencia de algunos jóvenes a construir una identidad violenta e intolerante experimentó un importante incremento en distintos países europeos a principios de los 90, de forma paralela a los vertiginosos cambios producidos entonces en aspectos críticos para la construcción de la identidad, que originaron un alto nivel de incertidumbre. Los estudios realizados sobre la violencia racista y xenófoba producida en esta década reflejan que los agresores han sido con frecuencia adolescentes varones de edades comprendidas entre los 15 y los 20 años, que han abandonado la escuela o que tienen importantes dificultades en dicho contexto. El análisis de los casos denunciados en Alemania, uno de los países que sufre este problema con mayor frecuencia, refleja que en el Este, donde los cambios sociales han sido mayores, se producen el triple de crímenes racistas que en el Oeste. Además de la incertidumbre y falta de proyecto vital de dichos jóvenes, suelen destacarse como causas psicosociales de esta violencia: 1) el efecto de contagio que tiene la divulgación de la violencia racista por los medios de comunicación entre los sujetos más vulnerables; 2) y la débil respuesta proporcionada, con frecuencia, por el resto de la sociedad en la condena de las manifestaciones y la violencia racista, o en la aplicación de sanciones, que puede ser interpretada como un apoyo implícito.

Los resultados obtenidos en nuestras investigaciones con estudiantes de secundaria sugieren también que la exclusión social puede estar en el origen de su identificación con la violencia y la intolerancia (Díaz-Aguado, Royo, Segura y Andrés, 1996). Una de las evidencias más significativas, en este sentido procede del estudio comparativo realizado para elaborar los *Programas de educación para la tolerancia y prevención de la violencia en los jóvenes*, y llevado a cabo con 601 jóvenes (entre 14 y 20 años) de centros de secundaria de Madrid. Los jóvenes que se identificaban con bandas intolerantes y violentas se diferenciaban, además, del resto de sus compañeros y compañeras de clase, por: razonar en situaciones de conflictos entre derechos de forma más primitiva (más absolutista e individualista); justificar la violencia y utilizarla con más frecuencia; llevarse mal con los profesores; ser rechazados por los otros chicos y chicas de la clase, y ser percibidos como agresivos, con fuerte necesidad de protagonismo, inmaduros, anti-páticos y con dificultad para comprender la debilidad de los demás. Perfil que refleja como causas posibles de la intolerancia y la violencia la dificultad para sentirse aceptado y reconocido por la escuela y el sistema social en el que se incluye. Resultado que apoya una vez más la importancia que la lucha contra la exclusión tiene para prevenir la violencia.

La personalidad de dichos jóvenes coincide en muchos casos con la descrita en el estudio realizado después de la II Guerra Mundial por Adorno y colaboradores (1950), con el objetivo de descubrir las características de las personas más vulnerables al fascismo, en el que encontraron una estructura general de personalidad, la personalidad autoritaria, que subyace a las formas más extremas de intolerancia; y que se caracteriza por la tendencia a percibir la realidad de forma rígida (en términos de blanco-negro) y este-

reotipada, reduciendo las diferencias sociales a diferencias biológicas y rechazando todo lo que se percibe débil o diferente. Estructura que lleva: 1) a definir la propia identidad de forma etnocéntrica, basada en una absoluta diferenciación entre el propio grupo y los otros grupos, contra los cuales se construye la identificación; 2) a conceptualizar el conflicto entre ambos como permanente e irresoluble, sólo hay dos alternativas: dominio y sumisión; 3) a considerar que lo justo es que el propio grupo domine a los otros y que la violencia es una forma legítima para conseguirlo; 4) puesto que se considera parte de la maldad inherente a la naturaleza humana, por lo que siempre habrá guerras; y negando radicalmente el valor de la utopía. A dicha personalidad subyace una profunda inseguridad personal, la incapacidad para soportar la ambigüedad (ante la que se reacciona con categorías extremadamente simples), una educación muy rígida y/o imprevisible y el sentimiento de haber sido injustamente tratado desde la infancia.

En el entrevista que se incluye a continuación, realizada en 1992 a un joven de 19 años identificado con la violencia y la intolerancia, se incluyen una serie de afirmaciones que recuerdan a la *personalidad autoritaria* descrita por Adorno et al (1950), que pueden ser interpretadas como indicadores de contacto con un grupo intolerante y violento:

Oscar es uno de ellos. Limpio, blanco y fuerte. (...) Tiene 19 años y es *cabeza rapada* desde hace dos. (...) Dejó los estudios a los 16. (...) Nació en Cataluña y vive en una ciudad de la periferia industrial de Barcelona, aunque nunca se expresa en Catalán. «Amo demasiado a España». dice. (...) Su hombro derecho está tatuado con un escudo *skin* y otro de los Boixos Nois (el grupo ultra de seguidores del Fútbol Club Barcelona). Pone más emoción describiendo un gol del Barça que cuando relata cómo ha abierto la cabeza a un punki con una botella. (...) Sólo espera una provocación, una mirada de reproche real o adivinado para actuar. Nunca se arrepiente: está convencido de prestar un servicio a la sociedad. Aunque la sociedad, según él, no se atreva a confesarlo.

«Quiero mucho a España y no me gusta que la gente que no es de raza blanca venga a nuestro país. (...) Sólo hay una raza superior, la blanca. Es la que tiene que mandar. Los blancos sabemos que somos superiores. Yo por lo menos sé que soy superior a ellos. (...) No merecen estar aquí. ¿Nunca se ha arrepentido de apalearse a uno de ellos? No. Yo no hago agresiones contra ciudadanos normales. Sólo contra la escoria. (...) Hay que echarlos de Europa (...) Los skins no estamos aquí tan apoyados como los alemanes (...) . Por eso cuando veo en la televisión a los rapados alemanes dando caña a los inmigrantes siento pena por mi país. Yo quiero un país ordenado. A España le hace falta una dictadura. (...) Me rapé cuando tenía 17 años. Hasta entonces era racista, pero no tenía fundamentos. Tenía amigos skins, pero era demasiado jovencillo y no me lo tomaba en serio. Luego ya me rapé porque conocí gente, comencé a hablar del tema y el rollo racista ya me gustaba. Empecé a moverme en este ambiente, lo probé, me gusto. Y sigo adelante. (...) Puedo dejar que el pelo me crezca, pero mis ideas no me las quita nadie. (...) Hago artes marciales desde pequeño. Mi padre siempre nos lo ha aconsejado a mi hermano y a mí(...). ¿Mataría por defender sus ideas? Habría que ver el caso concreto, pero creo que no tengo la sangre fría necesaria. (...) ¿Ha pensado alguna vez que un hijo suyo fuera antirracista? No lo permitiría. (...) Le obligaría a que cambiara o diría que no es mi hijo; así de claro. ¿Tienen los skins futuro? (...) Nosotros somos los últimos. Pero como somos pocos tiene más mérito, y nos da más orgullo manifestarnos y luchar por España. Como somos pocos tenemos que ganarnos el respeto. Los skins no luchamos por nosotros, luchamos para limpiar España y el pueblo nos tendría que ayudar. Estoy orgulloso de hacer lo que estoy haciendo. Nunca me arrepentiré. Y como yo, muchos más.» (Jesús Rodríguez, *Historia de un vándalo*, El País Dominical, diciembre de 1992).

Para prevenir que los adolescentes encuentren en las bandas violentas un aparente refugio con el cual construir su identidad, conviene que los padres: 1) favorezcan las oportunidades de integración del adolescente en grupos de iguales constructivos; 2) enseñen a ver las dudas y los conflictos como parte inevitable de la vida y del progreso; 3) estimulen una identidad diferenciada pero positiva, que ayude al joven a identificarse con valores en lugar de identificarse con su negación; 4) rechacen las creencias intolerantes, racistas, xenófobas, y en general todas las que reduzcan las diferencias sociales a diferencias biológicas e impliquen una forma dicotómica de ver la realidad (en términos de blanco-negro, amigos-enemigos...); 5) enseñen que lo que uno siente y piensa no es la realidad sino algo que nosotros construimos a partir de la realidad, y que puede estar equivocado.

### 5.11. Enseñar a criticar la violencia y los estereotipos de los medios de comunicación

Los medios de comunicación nos ponen en contacto con la violencia, y con los estereotipos que con ella se relacionan, de forma casi permanente. Probablemente por eso son considerados con frecuencia como una de las principales causas de la violencia actual, especialmente de la que protagonizan los niños y adolescentes. Conviene tener en cuenta, en este sentido, que aunque influyen de forma decisiva en este tema no son su única causa, porque se trata de un problema que, tanto en sus causas como en sus posibles soluciones, afecta a toda la sociedad.

Los estudios realizados sobre la influencia de la televisión en los niños y adolescentes encuentran que:

1. Los comportamientos y actitudes que los niños observan en la televisión, tanto de tipo positivo (la solidaridad, la tolerancia...) como de tipo negativo (la violencia...), influyen en los comportamientos que manifiestan inmediatamente después. En los que se detecta una tendencia significativa a imitar lo que acababan de ver en la televisión. De lo cual se deriva la necesidad de proteger a los menores de la violencia destructiva a la que con frecuencia están expuestos a través de la televisión, (evitando que lo estén y enseñándoles a rechazarla). Pero también la posibilidad y conveniencia de utilizar determinados programas televisivos, cuidadosamente seleccionados, con fines educativos. Programas que los adultos podrían ver junto a sus hijos/as, como contexto a partir del cual iniciar una reflexión compartida, incluyendo en ella la conexión de lo que acaban que ver con los problemas que pueden existir en sus propias vidas.
2. El impacto que a medio y a largo plazo tiene lo que los niños y adolescentes ven en la televisión depende del resto de las relaciones que establecen (en su familia, en la escuela...), a través de las cuales aprenden a interpretar todo lo que les rodea, incluido lo que ven en la televisión. Conviene, por tanto, orientar la prevención fundamentalmente hacia estos esquemas generales de interpretación y observar cómo los aplican a la violencia que les rodea.

Para valorar adecuadamente el impacto que los medios de comunicación tienen en este tema, conviene tener en cuenta que las causas de la violencia y las condiciones de

su prevención son múltiples y complejas y que es preciso situarlas en los distintos niveles de estructuración de la sociedad, que desde lo más inmediato y específico a lo más general incluyen: 1) cada uno de los escenarios en los que nos desarrollamos (la familia, la escuela, el ocio o el trabajo, por ejemplo); 2) las relaciones que existen entre ellos; 3) otras influencias sociales de una generalidad intermedia, como la que ejercen los medios de comunicación; 4) y el conjunto de estructuras y creencias sociales que caracterizan a la sociedad en la que nos encontramos; estructuras y creencias que es preciso transformar para prevenir la violencia.

## 5.12. Superar el sexismo para prevenir la violencia

La mayor parte de la violencia que existe en nuestra sociedad está estrechamente relacionada con las creencias sexistas, que dividen los valores en:

1. Valores femeninos, los únicos con los que hasta hace poco podían identificarse las mujeres, y prohibidos para los hombres: ternura, empatía, orientación a las relaciones familiares, capacidad para expresar sentimientos de debilidad y pedir ayuda, capacidad para defender lo propio sin agredir...
2. Valores masculinos, los únicos con los que pueden identificarse los hombres, y de los que hasta hace poco quedaban excluidas las mujeres: fuerza, energía, facilidad para tomar decisiones, orientación al éxito, independencia...

Así, la educación sexista entrenaba a los niños para ejercer la violencia, prohibiéndoles llorar, obligándoles a inhibir la empatía, y orientándoles al dominio, al control absoluto de los demás. Y por el contrario, entrenaba a las niñas para ser muy empáticas, sensibles, sumisas, obedientes y responsables. Este desigual reparto de valores, suponía inevitablemente la identificación con problemas. Para los hombres, la exclusión del ámbito afectivo, la prohibición de expresar su propia debilidad y pedir ayuda. Y para las mujeres, la sumisión, la debilidad, la exclusión del trabajo más allá del ámbito privado, la prohibición de ser independiente.

Los cambios producidos en las últimas décadas han ayudado a hacer evidente lo injusto y absurdo que resulta el sexismo, así como la posibilidad y conveniencia de que todos los seres humanos, hombres y mujeres, puedan aspirar a la totalidad de los valores y que nadie tenga que identificarse con problemas.

El estudio que hemos realizado en 1998 sobre 480 adolescentes de Madrid, refleja que:

1. La mayoría de las y los adolescentes parecen rechazar las creencias y estereotipos sexistas, así como las que justifican la violencia contra la mujer, reconociendo que éste problema afecta al conjunto de la sociedad. Una especial significación tiene, en este sentido, el reconocimiento de que la víctima tiene que denunciar la violencia, uno de los mensajes en los que más han insistido las campañas, las asociaciones de mujeres y las noticias emitidas por los diversos medios de comunicación; mensaje que parece haber calado tanto en las adolescentes como en los adolescentes de forma generalizada.
2. El rechazo al sexismo y a las creencias que justifican la violencia está mucho más extendido entre las adolescentes (del 70% al 98%, según cómo se evalúe) que entre los adolescentes (del 43% al 86%). De lo cual se deduce la necesidad



de orientar los programas educativos de forma que contribuyan a incrementar el rechazo al sexismo y la violencia también en ellos.

3. A pesar de lo anteriormente expuesto, sobre las tendencias mayoritarias a favor de la igualdad, algunos y algunas adolescentes expresan actitudes claramente sexistas y de cierta justificación de la violencia. Porcentaje que entre las adolescentes parece oscilar, según la creencia por la que se pregunte, del 5% al 1%; y que entre los adolescentes es sensiblemente mayor, del 9% al 20%. Convendría, por tanto, llevar a cabo intervenciones que permitieran la superación del riesgo de sexismo y violencia también en estos casos.
4. La tendencia a rechazar las creencias que conducen a la violencia en general están estrechamente relacionadas con la tendencia a rechazar el resto de las creencias sexistas y de justificación de violencia contra la mujer. De lo cual se deduce que la lucha contra el sexismo puede ser considerada como una condición básica para construir una sociedad menos violenta, para erradicar no sólo la violencia que se ejerce contra la mujer, sino todo tipo de violencia. Conviene tener en cuenta, además, que entre los adolescentes algunas de las creencias que justifican agredir a alguien que te ha quitado lo que era tuyo o que te ha ofendido cuentan con un nivel de aceptación preocupante (alrededor del 30%). Y que la existencia de dichas creencias incrementa considerablemente el riesgo de violencia entre iguales, de relativa frecuencia en situaciones de ocio (bares, discotecas...), y en ocasiones de consecuencias irreversibles.

### 5.13. Conclusiones. Cómo prevenir la violencia y la victimización más allá de la familia

Las condiciones propuestas en las unidades anteriores, para favorecer el desarrollo psicológico del adolescente y prevenir la violencia en la familia, contribuyen también a prevenir que el adolescente ejerza o sufra la violencia más allá de dicho contexto. Para lo cual, es preciso, además, tener en cuenta las siguientes condiciones:

1. Para prevenir la victimización es preciso ayudar a los niños y adolescentes a adquirir habilidades que les permitan: 1.-*detectar y evitar* situaciones peligrosas sin alterar su confianza básica en los demás; 2.-*decir que no* en situaciones que puedan implicar abuso sin disminuir su capacidad para la empatía y el establecimiento de relaciones sociales positivas; 3.-*pedir ayuda* cuando la necesitan, y especialmente cuando comienzan a ser víctimas o están en riesgo de serlo; 4.-y estar preparados emocionalmente para *no sentirse culpables* cuando no lo son.
2. Cuando un hijo/a ha sido víctima de la violencia, es imprescindible que los padres y las madres intenten superar la tendencia a culpabilizar a la víctima, uno de los principales aliados del agresor, proporcionando a su hijo/a la confianza necesaria para pedir ayuda y superando la frecuente tendencia a reñirle cuando comienza a contarle, puesto que de lo contrario no podrán ayudarlo a superar el fuerte sentimiento de culpabilidad que con frecuencia se siente en dichas situaciones ni la tendencia a ocultarlo por miedo, privándole así de la ayuda necesaria para salir de la situación y curarse de sus destructivos efectos.



3. Las dos conclusiones anteriormente expuestas tienen una especial relevancia para prevenir o detener el acoso y la intimidación que con cierta frecuencia se produce en la escuela. La familia podría contribuir a prevenir o detener dicho problema proporcionando a los hijos un contexto continuo de comunicación en el que poder pedir ayuda (con las condiciones expuestas en los dos párrafos anteriores), y colaborando con la escuela en el desarrollo de una cultura de la no violencia (transmitiendo, por ejemplo, a sus hijos un rechazo total de toda forma de violencia).
4. Cuando se detecten indicadores de que un/a adolescente ha iniciado una relación de pareja abusiva, las personas del entorno de la víctima y del agresor (padres, amigos, hermanos...) podrían ayudarles a percibir su situación sin distorsiones, evitando que la víctima rompa con el resto de los vínculos (familiares, ocupacionales y sociales previamente establecidos) y ayudándole a rechazar el abuso, comprendiendo la posible relación entre las características de la relación abusiva iniciada y el previsible incremento de la violencia que puede producirse después.
5. Para ayudar a las víctimas de la violencia a superar sus destructivos efectos conviene proporcionarles un contexto protegido en el que puedan: 1.-reconstruir su autoestima y la confianza básica en los demás; 2.-expresar el sufrimiento originado, curándose del odio, del miedo y del sentimiento de culpabilidad; 3.-asumir el compromiso de no reproducir lo que han sufrido; 4.-y desarrollar habilidades socioemocionales que les ayuden a no volver a vivir dicha violencia.
6. Para prevenir la violencia conviene enseñar a resistir la presión destructiva que a veces ejercen los grupos, las organizaciones o incluso la autoridad, desarrollando habilidades que permitan decir que no y afrontar la inseguridad que con frecuencia produce dicha resistencia.
7. Cuando un adolescente haya sido captado por una organización destructiva conviene: 1) intentar que no rompa (o que pueda reanudar fácilmente) los vínculos y actividades previamente establecidos; 2) no ceder a las presiones o chantajes que pueda llevar a cabo; 3) tener en cuenta que muchas de sus manifestaciones hostiles surgen como consecuencia de la manipulación de la que es víctima; 4) e intentar que descubra dicha manipulación, para lo cual suelen resultar más eficaces la vías indirectas, (debido a la preparación que suelen recibir para rechazar cualquier crítica directa), como favorecer que acceda a información general (no referida a la organización en cuestión) sobre dichas formas de manipulación.
8. Para prevenir que los adolescentes encuentren en las bandas violentas un aparente refugio con el cual construir su identidad, conviene que los padres: 1) favorezcan las oportunidades de integración del adolescente en grupos de iguales constructivos; 2) enseñen a ver las dudas y los conflictos como parte inevitable de la vida y del progreso; 3) estimulen una identidad diferenciada pero positiva, que ayude al joven a identificarse con valores en lugar de identificarse con su negación; 4) rechacen las creencias intolerantes, racistas, xenófobas, y en general todas las que reduzcan las diferencias sociales a diferencias biológicas e impliquen una forma dicotómica de ver la realidad (en términos de blanco-negro, amigos-enemigos...); 5) enseñen que lo que uno siente y piensa no es la realidad sino algo que nosotros construimos a partir de la realidad, y que puede estar equivocado.

9. Lo que los niños y adolescentes ven en la televisión influye en el significado que aprenden a dar a lo que les rodea. De lo cual se deriva la necesidad de proteger a los menores de la violencia destructiva a la que con frecuencia están expuestos a través de la televisión, (evitando que lo estén y enseñándoles a rechazarla). Pero también la posibilidad y conveniencia de utilizar determinados programas televisivos, con fines educativos. Programas que los adultos podrían ver junto a sus hijos/as, como contexto a partir del cual iniciar una reflexión compartida, incluyendo en ella la conexión de lo que acaban que ver con los problemas que pueden existir en sus propias vidas.
10. La mayor parte de la violencia que existe en nuestra sociedad está estrechamente relacionada con las creencias sexistas, que dividen los valores en femeninos y masculinos y prohíben identificarse con la mitad de ellos. Y especialmente con la asociación del valor del hombre con el control absoluto, con la demostración de fuerza y con la ausencia de la más mínima debilidad, condición inevitable en cualquier ser humano. Así, el sexismo priva a los chicos de la oportunidad de pedir ayuda cuando la necesitan y puede conducirles a la violencia para demostrar su valor, especialmente cuando éste es cuestionado. La superación de estas creencias sexistas es un requisito imprescindible para prevenir tanto la violencia que se ejerce contra la mujer como la violencia que los hombres ejercen contra otros hombres.

