

# Anexo 6

## El Ciclo de la Violencia Doméstica

1. Las mujeres víctimas de violencia doméstica están sometidas a un ciclo que se repite constantemente. Leonor Walker, es una psicóloga estadounidense experta en violencia doméstica contra las mujeres. Ha trabajado durante muchos años con víctimas de violencia doméstica y ha logrado contestar preguntas tales como:

**¿POR QUÉ LA MUJER AGREDIDA NO DEJA A SU AGRESOR? ¿POR QUÉ NO DENUNCIA LA AGRESIÓN? ¿POR QUÉ, SI SE ATREVE A DENUNCIAR, POSTERIORMENTE (EN MUCHOS CASOS) RETIRA LA DENUNCIA? ¿QUÉ SIENTEN LAS MUJERES AGREDIDAS EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA AGRESIÓN? ¿CÓMO ES QUE LLEGAN A CONSTITUIRSE EN VÍCTIMAS?**

2. Igualmente, esta psicóloga ha identificado un ciclo que se repite en los casos de violencia doméstica que ella atendió y atiende como terapeuta. A partir de los testimonios se dio cuenta que la mujeres víctimas de violencia doméstica no son agredidas TODO el tiempo ni de la misma manera, sino que existen fases para la agresión, que tienen variada duración y diferentes manifestaciones. Esto es lo que se ha llamado el ciclo de la violencia que seguidamente van a estudiar.

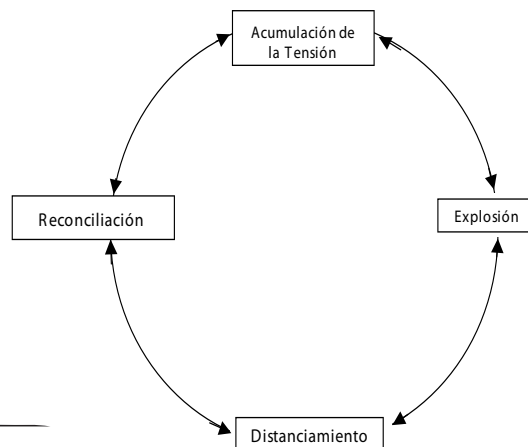
- El ciclo de la violencia descrito por Leonor Walker tiene tres fases: la primera denominada aumento de la tensión, la segunda denominada incidente agudo de agresión y la última denominada arrepentimiento y comportamiento cariñoso. Estas etapas se repiten una y otra vez, disminuyendo el tiempo entre una y otra.

Ciclo de la Violencia  
Leonor Walker

I FASE  
Aumento de la tensión

II FASE  
Incidente agudo de agresión

III FASE  
Arrepentimiento y  
Comportamiento Cariñoso



- Los ciclos de agresión pueden presentarse en una pareja en forma regular o estar separadas por diferentes períodos. Pueden aparecer tempranamente en la relación, puede ser al mes de estar conviviendo o tomar tiempo para aparecer como puede ser después de varios años de convivencia (Batres, 1996)

### **I FASE - Aumento de la tensión**

Tiempo de duración: días, semanas, meses o años. Ocurren incidentes de agresión menores: gritos, peleas pequeñas.

#### **La mujer:**

- Trata generalmente de calmar al agresor: es chineadora, es condescendiente, se anticipa a cada capricho, permanece “fuera del camino” de él.
- “Acepta” sus abusos como legítimamente dirigidos hacia ella: piensa que ella puede merecer ese comportamiento agresivo.
- Trata desesperadamente de evitar que él la lastime más.
- Se niega a sí misma que está enojada por ser lastimada psicológica y físicamente.
- Busca excusas: “tal vez yo merecía esa agresión”, “no tenía la comida a tiempo”, “no planché bien la ropa”, “salí sin decirle hacia adonde iba”, “estoy ganando más que él”, “la comunidad me quiere más”, etc.
- Tiende a minimizar los incidentes al saber que el agresor es capaz de mucho más: “no fue para tanto”, “pudo haber sido peor”, etc.
- Tiende a echar la culpa a determinada situación: “tuvo un mal día de trabajo”, “no tiene dinero”, “estaba borracho”, “está muy tenso”, etc.
- Tiene esperanza en que con el tiempo todo cambiará: “pronto pasará”.
- Niega psicológicamente el terror por la inevitable II Fase que se aproxima.
- Aumenta el enojo “no reconocido” y conforme avanza esta Fase ella pierde rápidamente el poco control que tenía de la situación.
- Las mujeres que ya conocen el ciclo, muchas veces “aceleran” la llegada de la II Fase: “si inevitablemente ésta llegará, entonces en mejor que llegue pronto y pase”.
- Ella encubre al agresor como una manera de impedir más incidentes de agresión: lo encubre con otros/as miembros/as de la familia, da excusas de su comportamiento, aleja a las personas que quieren y podrían ayudar.
- Es incapaz de lograr el restablecimiento del aparente equilibrio en la relación.
- Evita al agresor temiendo una explosión de agresión.
- La tensión llega a ser insoportable.
- Se produce el incidente de agresión aguda.

#### **El hombre:**

- Se enoja por cosas insignificantes: por la comida, por la bulla que provocan los niños y niñas, porque su esposa o compañera no está cuando la necesita para algo, etc.
- Está sumamente sensible (todo le molesta).
- Está cada vez más tenso e irritado.
- Cada vez se vuelve más violento, más celoso; aumenta sus amenazas e incrementa las humillaciones en contra de la víctima.

Las mujeres se refieren a esta fase como aquella en la cual ocurren incidentes menores de agresión de diversas formas. En esta fase ellas están muy alertas de las manifestaciones y tratan, por todos los medios de “calmar” al agresor, haciendo todas las cosas que conocen para poder complacerlo.

Es aquí cuando se inicia el proceso de auto-culpabilización y elabora la fantasía de creer que algo que ella haga logrará detener o reducir la conducta agresiva del ofensor. Generalmente, en esta fase las mujeres atribuyen la agresión a factores externos como el “estrés” y niegan el enojo de su esposo o compañero y el suyo.

Esta actitud de aceptación refuerza el hecho de que el agresor no se sienta responsable por su comportamiento, a la vez que la sociedad, con diferentes mensajes, también aprueba este derecho que el hombre cree tener: disciplinar a su esposa aún usando la violencia física. Muchas veces, para evitar un nuevo estallido de violencia, la mujer se aleja afectivamente, lo que aumenta el acoso opresivo del compañero, llegando a ser insoportable la tensión.

## **II FASE Incidente agudo de agresión**

**Tiempo de duración: de 2 a 24 horas**

**Descarga incontrolable de las tensiones que se han venido acumulando en la Fase anterior.**

- Hay falta de control y destructividad total.
- Ella acepta el hecho de que la ira del agresor está fuera de control.
- Ella es gravemente golpeada.
- Ella sufre tensión psicológica severa, expresada en insomnio, pérdida de peso, fatiga constante, ansiedad, etc.
- El es el único que puede detener esta Fase.
- Ella, como única opción, buscará un lugar seguro para esconderse.
- Ella obtiene la golpiza sin importar cual sea su respuesta.
- Ella espera que pase el ataque: considera inútil tratar de escapar.
- Cuando el ataque termina hay negociación, incredulidad de que realmente ha ocurrido, racionalización de la seriedad de los ataques, ella tiende a minimizar las heridas físicas y, generalmente, no busca ayuda.
- Ella tiende a permanecer aislada. Psicológicamente funciona así: “Si no lo cuento es como si no hubiera pasado”. Experimenta indiferencia, depresión, sentimientos de impotencia.

En esta fase es en donde alguien puede llamar a la policía. Una vez que éstos se han ido, aumenta la agresión contra la mujer.

Al final de la I Fase se alcanza un nivel de tensión que ya no responde a ningún control. Es en este momento cuando empieza la segunda etapa, la cual se caracteriza por una descarga incontrolable de la violencia física. La naturaleza incontrolable es su característica típica.

Los agresores generalmente culpan a las esposas/compañeras de la aparición de esta II Fase. Se ha comprobado que los agresores, sin embargo, tienen control sobre su comportamiento violento y que lo descargan selectivamente sobre sus esposas. Por lo tanto, el agresor es el único que puede detener este episodio. Cuando termina la golpiza, generalmente ambos están confusos y la mujer sufre un fuerte trauma o conmoción. Permanece aislada, deprimida, sintiéndose impotente y casi nunca busca ayuda. Sabe, además, que difícilmente la policía o las leyes la protegerán del agresor. Si se considera una intervención profesional en esta Fase, igualmente se debe considerar que la mujer está muy atemorizada y que, generalmente, cuando regresa a casa será de nuevo golpeada, por lo que es muy renuente a aceptar ayuda en este momento.

### **III FASE. Arrepentimiento y Comportamiento Cariñoso**

**Tiempo de Duración: generalmente es más larga que la segunda y más corta que la primera**

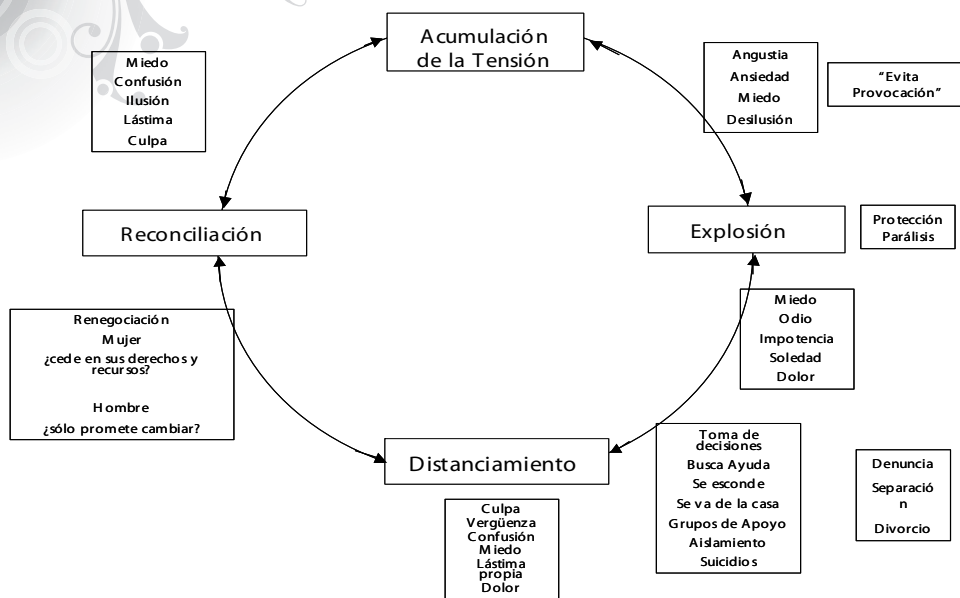
- Fase bienvenida por ambas partes.
- Se caracteriza por un comportamiento extremadamente cariñoso, amable y de arrepentimiento por parte del agresor.
- Trae un inusual período de calma.
- La tensión acumulada en la fase uno y liberada en la fase dos ha desaparecido.
- El agresor generalmente se siente arrepentido, suplica perdón y promete que no lo hará nunca más. Cree que puede controlarse y cree que ella ha aprendido la lección.
- Utiliza a otros/as miembros/as de la familia para convencerla.
- Inicia acciones para mostrar su arrepentimiento: le da regalos, le ayuda en la labores de la casa, la lleva a pasear, etc.
- Ella se siente feliz, confiada y cariñosa.
- Ella puede pensar: “el matrimonio es una cruz para siempre” y esta Fase le da esperanza de que no todo es malo en su relación.
- Ella cree que, quedándose con él, éste tendrá la ayuda que necesita.
- Ella quiere creer que no tendrá que sufrir abusos nunca más.
- Ella cree que el agresor es, en realidad, el tipo de persona que se muestra en esta Fase.
- Se estrecha la relación de dependencia víctima-agresor.
- Antes de que ella se de cuenta, el cariño y la calma dan lugar otra vez a los incidentes pequeños de la I Fase.

Esta fase se caracteriza por un comportamiento cariñoso y arrepentido por parte del hombre violento.

Es aquí donde se cierra el proceso de estructuración de la victimización de la mujer. La tensión disminuye a sus mínimos niveles. El agresor cree que nunca más se presentará este episodio, entre otras cosas, porque la conducta de la esposa/compañera cambiará y, a veces, busca ayuda en este momento. La mujer que haya tomado la decisión de dejar la relación en esta fase abandonaría la idea. El la acosa afectuosamente y utiliza todos los recursos familiares que la convencen de desistir en su decisión de terminar la relación. Los valores tradicionales que las mujeres han interiorizado en su socialización con respecto a su rol en el matrimonio operan, en este momento, como reforzadores de la presión para que mantenga su matrimonio. Es entonces cuando la mujer retira los cargos, abandona el tratamiento y toma como real la esperanza de que todo cambiará.

- Esta Fase no tiene una duración igual en todas las relaciones. Lo que la práctica ha revelado es que, conforme la agresión se hace más brutal y notoria, esta fase va disminuyendo, hasta desaparecer en algunos casos.

Después de la III Fase, la primera vuelve a aparecer. Algunas mujeres pueden matar a sus agresores cuando inician nuevamente la I Fase, porque sienten que ya no soportarán una agresión más.



**Fase I. Acumulación de la tensión.**

- La mujer experimenta sentimientos de angustia, ansiedad, miedo y desilusión. Ante los incidentes menores, ella evita cualquier conducta que pueda provocar al agresor. Ella constantemente está en un estado de ansiedad muy alto.

**Fase II. Incidente agudo de agresión.**

- Ella tiene miedo, odio contra el agresor, impotencia ante la agresión, soledad y muchísimo dolor. Está paralizada y posteriormente puede buscar protección, ya sea en casa de familiares, vecinas/os, en la iglesia, en la policía, etc.
- Ella puede tomar decisiones: busca ayuda, se esconde, se va de la casa, busca grupos de apoyo, se aísla y puede llegar a suicidarse.
- En esta Fase es cuando ella puede poner la denuncia de separación, de divorcio, etc.
- En esta Fase hay un distanciamiento del agresor. Ella puede sentir culpa, vergüenza, confusión, miedo, lástima propia y mucho dolor.

**Fase III. Arrepentimiento y Comportamiento Cariñoso.**

- En esta Fase existe una reconciliación. Ella experimenta miedo, confusión (no sabe qué hacer), ilusión ante las promesas del agresor, lástima tanto por ella como por él y hasta puede sentirse culpable.
- El trata de convencerla de que desista de las acciones que ha tomado en la II Fase. Hay que fijarse si la mujer cede sus derechos y recursos, si el hombre solo promete cambiar o, si ella negocia tomando en cuenta sus derechos y si él toma acciones y no solamente hace promesas.
- En esta Fase entran a funcionar las normas sociales con respecto a las relaciones entre los hombres y las mujeres. Ella tiene al frente al hombre que le pide perdón, que le promete cambiar, un hombre con el cual mantiene o mantuvo una relación afectiva, pueden tener hijos e hijas en común. Ella ha aprendido, por medio de la socialización, que debe soportar para mantener el matrimonio unido. Que una mujer "sola" o divorciada puede ser "mal vista", que los hijos e hijas necesitan un padre a la par, etc.
- Ella puede entonces desistir ante la presión del agresor y ante la presión que ejerce la sociedad en general. Aquí es donde las mujeres agredidas pueden quitar las denuncias que han interpuesto.