

Amarse Bien



Teresa Ramos Díaz
Sexóloga y terapeuta de pareja

Que nos amáramos bien es, al fin y al cabo, lo que nos gustaría que pasara en una relación de pareja, de hecho es lo idílico a la par que lo saludable. Si preguntáramos a nuestro alrededor qué tipo de pareja tienen, seguramente nos responderían que se aman bien, y que tienen una relación adecuada. Pero lo cierto es que no nos educan para darnos cuenta de los ítems de violencia que podemos sufrir en pareja, y seguimos creyendo eso de “quien bien te quiere, te hará llorar”.

El 25 de noviembre es el día internacional contra la violencia machista, definida como “todo acto de violencia basado en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, la coerción o la prohibición arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la vida privada”. La violencia machista es una vulneración de los derechos humanos, en la cual las mujeres son asesinadas por su género. Se estereotipa lo que se supone que debe hacer una mujer y se tiene el prejuicio de lo que a un hombre le gustaría que fuera. El estereotipo de mujer es que sea débil, frágil, sumisa; y por otro lado se tiene el prejuicio, por ejemplo, que tras un divorcio ellas “se quedan con el piso”, sin buscar ningún tipo de justificación judicial a estas situaciones.

Los asesinatos por violencia de género no deberían nunca cometerse, al igual que ningún otro tipo de asesinato. Y el asesinato es al fin y al cabo la punta del iceberg. Durante mucho tiempo la mujer ha sufrido palizas, empujones, consultas médicas sin contar lo que realmente ha ocurrido por miedo a más represalias. La duda que nos viene siempre es la de por qué una mujer no deja a su pareja en esas circunstancias, pero es que cuanto más se cronifica la violencia, más le cuesta a la víctima ponerlo en conocimiento de amistades o familiares, y mucho menos de las autoridades. No hay que esperar a que llegue ese punto para denunciar.

Antes de este maltrato físico, también se ha sufrido maltrato psicológico y/o sexual. Aquí hablamos desde obligar a tener relaciones sexuales sin el consentimiento de esta (se contempla la violación también dentro del matrimonio), la humillación, los insultos, la indiferencia, los gestos, el silencio, el control.

Algunos de estos síntomas se pueden detectar en la relación de pareja, pero a veces son demasiado sutiles y el agresor lo camufla tratando a la mujer de manera infantil y paternal, potenciándola al cuidado de las personas mayores, haciéndole creer que es lo mejor para la familia. De esta manera él tiene la disposición absoluta del dinero de la casa, sin posibilidad de independencia para ella, y además dispondrá del control de los tiempos y los espacios.

Las canciones no ayudan a erradicar los mensajes estereotipados de género. “¿Quién te quiere como yo?, ¿quién te cuida como yo?, ¿quién saca lo bueno de ti?”, nos cantaba hace unos veranos Carlos Baute, desvalorando a la mujer y paternizando una relación de pareja. Uno de cada cuatro jóvenes en España ve justificado el control de la pareja, es decir, que justifica uno de los ítems invisibles de violencia machista. Por tanto, justifican el control de las amistades, de los mensajes de móviles y de los tiempos. Creen que es una manera de amor y que nada tiene que ver con la violencia hacia la mujer.

La violencia invisible como el control, los chistes, o los micromachismos, son las semillas básicas en la pirámide de la violencia. Es la violencia que se va sembrando, haciendo creer que se tiene una relación saludable, pero realmente no es un tipo de amor sano. Las relaciones de pareja tienen que ser igualitarias, no desde la lástima en hombres que no han sabido hacerlo de otra manera, sino enseñando y compartiendo otra manera de vida sentimental para aprender a amarse bien.