

La Psicoterapia con hombres que presentan problemas de poder y control

Alvaro Campos Guadamúz¹

La terapia con hombres agresores comparte los principales principios de la práctica clínica general, específicamente de las psicoterapias y terapias (individual y grupal). Sin embargo, no puede limitarse al enfoque clínico general, ya que el problema de la agresión hacia las mujeres debe entenderse en el contexto de los procesos de construcción social de los géneros y la distribución desigual del poder en la sociedad patriarcal, y no únicamente como aspectos derivados de desórdenes de personalidad o de psicopatología individual. El enfoque de la psicopatología, aunque aporta elementos muy importantes para entender el comportamiento del hombre agresor, requiere de la comprensión de ese contexto sociocultural y político. Y precisamente ese contexto tiene que ver con los procesos de socialización de género y la construcción de la identidad masculina, con los encargos, mandatos y depositaciones que se hacen a los hombres, aspectos desarrollados en el primer capítulo de este libro.

Si bien es cierto, el conocimiento de aspectos intrapsíquicos es importante, La intervención debe “ir más allá” de lo meramente intrapsíquico para poder tener incidencia en la cotidianidad de estos hombres y tener un impacto positivo en el funcionamiento práctico y concreto de estos hombres. La experiencia nos indica que estos hombres tienen grandes dificultades para enfrentar y resolver adecuadamente problemas y frustraciones simples de la vida cotidiana y que muchos de ellos desean hacer las cosas bien, pero no saben cómo hacerlo.

En este sentido, si bien es cierto con los hombres agresores se lleva a cabo un proceso (psico)terapéutico que respeta los lineamientos de la clínica general, este proceso posee particularidades que se adaptan a las características de la identidad masculina construida socialmente.

De esta manera, visualizamos la psicoterapia con estos hombres como un proceso de reeducación, en el sentido de que es una experiencia de contención y a la vez una experiencia correctiva, que posibilita la comprensión, análisis y modificación de los patrones básicos y pautas de interacción de los hombres con las personas significativamente importantes para ellos. Siguiendo a Manrique (1994), la psicoterapia es una construcción, a través de la conversación, de una nueva racionalidad. Es, por tanto, una psicoterapia crítica que.....”se sitúa al margen de la metáfora de la enfermedad y trata de crear con el paciente un diálogo en el que especificar cuáles son las opresiones sociales y mentales en las que está envuelto, que circularidad se establece entre ellas y que mecanismos de defensa y de inconsciencia se han puesto en juego.” (Manrique, 1994, pag. 20)

¹ Adaptación y extracto del libro “Hombres con problemas de poder y control”.

Y precisamente esa racionalidad de la que habla Manrique, en el caso de los hombres agresores es la racionalidad de los derechos humanos, del enfoque de equidad de género, de la justicia social, de la cultura de paz. La psicoterapia es así:

...”la tarea que se realiza para crear un proyecto de sí mismo. Un proyecto que tiende hacia una creación que llene intereses, deseos y valores, tanto desde el punto de vista ético, estético como lógico... tiene que lograr articular los conceptos psicológicos de inconsciente, trastorno, resistencia, transferencia, defensas, síntomas con los de explotación, violencia, poder, discurso, ideología...” (Manrique, pag. 21)

Además del desarrollo de habilidades introspectivas propios de un proceso terapéutico y de lograr insight, es necesario la consolidación y contención de este cambio para cumplir con el fin re-educativo que debe tener el tratamiento con hombres agresores. Ello significa que al ser el problema de la violencia intrafamiliar un problema de salud pública y seguridad comunitaria, se convierte en un imperativo ético para el terapeuta el comprometerse con que estos hombres aprendan y consoliden destrezas y habilidades que los conducirán a practicar formas de interacción pacíficas, alternativas a la violencia.

La psicoterapia con hombres agresores implica el trabajo simultáneo en varios niveles de análisis y de abordaje (cognitivo-ideológico, emocional-afectivo y el comportamental).

El nivel cognitivo se refiere a los sistemas de pensamiento, creencias, ideas, con los cuales los hombres interpretan y perciben el mundo que los rodea.

Las cogniciones se relacionan de manera directa con los sentimientos y las acciones, de tal forma que un hombre que posee un sistema de pensamientos y cogniciones propios de la masculinidad de orientación patriarcal, es probable que reprima sus sentimientos más profundos y que actúe de manera violenta ante las frustraciones.

La siguiente cita de Sonkin y Durphy, ilustran este hecho:

“Un verdadero hombre se mantiene “frío”, siempre es racional y conoce las respuestas; nunca rehuye una pelea; tiene una carrera exitosa y gana mucho dinero; un verdadero hombre siempre es capaz de mantener una familia; es duro y fuerte; nunca expresa sus sentimientos; un verdadero hombre nunca falla.” “Cuando somos jóvenes, los varones aprendemos un “lenguaje” diferente al de las niñas en lo que respecta a la violencia. Estamos expuestos a deportes físicos y a juegos rudos y violentos. Estos comienzan a percibirse como formas de relajar tensiones y ansiedad, como así también de expresar amistad. A partir del contacto físico, pueden surgir diferentes sentimientos. este entrenamiento hace más probable que se utilice la violencia como una forma de expresar frustración, enojo o miedo.” (Sonkin y Durphy, pag. 2 y 3)

El nivel cognitivo constituye un marco de referencia básico para entender, valorar e interpretar sus propias acciones y las de sus parejas. Este aspecto cognitivo tiene un

papel muy importante en las emociones que estos hombres experimentan y en su respectivo manejo práctico.

Además del aspecto cognitivo propio de los enfoques cognitivo conductuales, es preciso trabajar el aspecto ideológico, que es más que el cognitivo. El aspecto ideológico tiene que ver con el universo simbólico, propio de la cultura en la que los hombres han sido socializados y viven. La ideología patriarcal sustentada en principios religiosos, filosóficos, políticos es incorporada por los hombres no solamente a través de códigos o mensajes verbales, sino fundamentalmente a partir de una base emocional por medio de imágenes, íconos, signos, símbolos, significantes, los cuales se tornan muchas veces inconscientes y conforman parte del mundo interno de estos hombres. En este nivel ideológico podemos entender las ansiedades y fantasías que estos hombres manejan en torno a sus vínculos de amor.

En el nivel ideológico tenemos la justificación y defensa que se hace de las instituciones político sexuales propias del patriarcado (misoginia, falocentrismo, androcentrismo, homofobia). El aspecto ideológico se ubica como el aspecto más de fondo, y tiene que ver con la posibilidad de estar convencido o no, de creer o no, con una forma de actuación pacifista, y que implica que el sujeto haga rupturas con sus anteriores sistemas de pensamiento. Aunque un hombre haya identificado algunas de sus distorsiones cognitivas o creencias irracionales respecto a su pareja y conozca algunas de las técnicas de reestructuración cognitiva, esto no garantiza que haya modificado los aspectos ideológicos de fondo, que tienen que ver con el aspecto más volitivo y con el querer mantener relaciones armoniosas en sus relaciones de pareja y familia.

A manera de ejemplo, en un proceso terapéutico un hombre puede aprender de manera exitosa habilidades comunicativas, técnicas para manejar su capacidad de escucha, de expresión asertiva y de manejo del enojo. Sin embargo, estas destrezas por sí solas no garantizan que este hombre ha roto con los esquemas machistas de pensamiento y que esté convencido de aplicar estas técnicas y obtener el mejor provecho como formas alternativas de relación con su pareja. Podría practicarlas o ensayarlas por tiempo limitado para lograr algunos objetivos inmediatos con su pareja, de tipo legal o emocional.

En este nivel cognitivo-ideológico, se espera además que un hombre tenga el control y el poder en todas las situaciones de la vida pública y privada, y que por tanto, los tenga en sus relaciones afectivas. Los arquetipos del rey y del guerrero (Gillete y Moore, 1993) reflejan y representan de manera muy clara esta condición de la identidad masculina.

Para un varón concreto, asumir tales encargos (que también están introyectados como mandatos inconscientes en su mundo interno) se constituyen en ejes de su identidad masculina, la cual debe ser probada y reproducida en forma permanente.

Es muy importante revisar con los hombres el proceso de la violencia masculina, ligado a la socialización que han vivido y el impacto en su subjetividad. Esto significa revisar cómo ha percibido, interpretado y significado estas experiencias; cuáles sentimientos,

ansiedades y fantasías le han provocado y cómo esto se despliega y se pone en escena frente a su pareja en la vida cotidiana. Cobra especial importancia la revisión de los diversos discursos en torno a la violencia, los mitos, las justificaciones que los hombres mismos dan a su comportamiento violento.

Además de trabajar los aspectos cognitivo-ideológicos, es necesario trabajar con el nivel de las emociones y afectos en varios sentidos. Por un lado, el reconocimiento, identificación, expresión y validación de las emociones y sentimientos es uno de los propósitos fundamentales. De hecho, los hombres presentan dificultades en las áreas mencionadas. Se les hace muy difícil identificar, reconocer, expresar y validar sus emociones, especialmente si éstas tienen que ver con sentimientos de dolor, pérdida, temor, inseguridad. Tales emociones tienden a ser transformadas en enojo e ira.

Las emociones se convierten en un problema para los hombres si están relacionadas con su vulnerabilidad. En este sentido, las ansiedades y fantasías de abandono, pérdida, fragilidad, rechazo, entre otras, vulnerabilizan mucho a los hombres y tienden a evitar hablar de estas experiencias o cuando lo hacen lo hacen de una manera distorsionada, evitando tomar contacto con la carga emocional y con el sufrimiento. Prefieren actuarlo a través de conductas violentas que elaborarlo de manera constructiva.

De la misma manera, los hombres tienden a racionalizar en torno a sus emociones, prefieren pensar acerca de lo que sienten que expresar sus sentimientos. “La mayoría de los hombres son entrenados desde una edad temprana para ser estas evaluaciones usando únicamente métodos racionales, pensando. Vemos que algo sucede y sumamos las ventajas y las desventajas. Entonces le damos un juicio de lo que significa eso. A menudo no ponemos atención a nuestra respuesta emocional. El pensar y el sentir son dos formas de hacer la misma cosa” (Sonkin y Durphin, 1989)

Experimentar vulnerabilidad también es asociado con lo femenino y con ser mujer, y en la constitución de la masculinidad es fundamental demostrar que no se es mujer alejándose de todo aquello que se asemeje a eso. “El hombre duro resultante de este fallido intento de diferenciarse de lo femenino exhibirá un repertorio de conductas estereotipadas; el trabajo de represión de las emociones y sentimientos percibidos como femeninos provocará una sobrecarga permanente de su actividad psíquica. La evitación de la intimidad y la búsqueda de estímulos externos le impiden experimentar placer, al que reemplaza por la satisfacción frente a los logros que demuestra su potencia y su autoridad. La necesidad permanente de afirmar su poder lo lleva muchas veces a usar la violencia como modo de resolver conflictos.” (Corsi, 1999, pag. 24 y 25)

La expresión de sentimientos y el manejo del enojo y la ira son aspectos centrales en una psicoterapia con estos hombres. Sin embargo, no puede reducirse la terapia a un programa del control del enojo y de la ira, perdiendo de vista que eso ocurre precisamente por la distribución desigual del poder. A través de la ira el hombre intenta equilibrar una situación de poder que considera le es natural por su condición de ser hombre. No puede manejarse la ira sin tomar en cuenta este aspecto de la socialización de los afectos.

Como se expresó anteriormente, la terapia debe brindar a estos hombres instrumentos concretos, prácticos, con efectividad para que puedan modificar sus pautas de interacción con sus parejas. La comprensión de la dinámica de la violencia masculina y de la distribución del poder en la relación de pareja, así como la identificación de los mandatos de la socialización masculina, ayuda a los hombres a reconocer y tomar conciencia de su condición de hombres con problemas de poder y control, y que conductas que antes consideraban como normales y naturales, sean vistas luego como parte de los privilegios que proceden de la desigualdad genérica. Ligar estos descubrimientos con una base emocional hace que estos hombres:

- a) reconozcan que se han comportado como agresores físicos, verbales y emocionales con sus parejas
- b) identifiquen en cuáles situaciones concretas de su vida cotidiana y en su interacción con sus parejas se expresan esos actos violentos
- c) se sientan mal por sus actos violentos y que expresen deseos de cambio
- d) logren identificar algunos sentimientos y pensamientos que subyacen, anteceden y acompañan al acto violento

Si bien es cierto, estos cuatro hallazgos constituyen logros terapéuticos importantes, no bastan para que estos hombres puedan practicar la equidad y manejar las diferencias y conflictos con su pareja en forma no violenta. La terapia debe brindar un espacio de entrenamiento en las habilidades psicosociales necesarias para que estos hombres puedan expresar sus sentimientos y pensamientos de manera asertiva, mantener una escucha respetuosa y empática con sus compañeras, así como instrumentarlos para enfrentar las diferencias y conflictos mediante formas alternativas. En la fase intermedia de la terapia estos hombres quieren cambiar, pero necesitan herramientas que les indiquen cómo pueden hacerlo.

La mayoría de estos hombres lo que hacen es actuar el conflicto, sus disgustos, sus frustraciones, sus decepciones. El análisis de la acción con los hombres debe ser cuidadoso. Debe reflexionarse en esta tendencia que tienen los hombres a la actuación, señalando otras formas alternativas de actuar, como por ejemplo, la verbalización, como una acción mediatizadora de la agresión. Es importante que estas formas alternativas encuentren sentido para el hombre, desde el nivel más introspectivo (el autodiálogo) hasta en la comunicación verbal con los otros. Cabe mencionar que para ambas formas los hombres deben ser entrenados.

Recomendamos para los hombres que asisten al Instituto un modelo de psicoterapia focal breve de tiempo limitado.

En este tipo de terapia, los focos son los siguientes:

- a) para hombres que presentan conducta violenta

“Problemas de poder y control y su expresión, que estos hombres ejercen en sus relaciones de pareja, lo que los lleva a comportarse en forma violenta (física, verbal y emocional).”

b) para hombres que no presentan problemas de conducta violenta:

“Problemas de la masculinidad hegemónica que limitan la expresión de sentimientos, la resolución de crisis, duelos y problemas de pareja/familia y la relación consigo mismos”

“El foco es un artificio teórico-técnico; un recorte, delimitación de un tema restringido y coherente, extraído de la totalidad concreta y sintética que constituye la problemática general del paciente y/o los episodios de su vida. Esta delimitación se encuentra guiada por el predominio de una motivación que jerarquiza tareas, en función de resolver ciertos problemas que se viven como prioritarios. El foco es el objetivo del terapeuta y debería formularse idealmente en términos de interpretación esencial alrededor de la cual gira la terapia y puede expresarse con todo su sentido hacia el final del tratamiento. El foco responde a la pregunta de qué es exactamente lo que desea el paciente, cuál es su demanda de ayuda” (Díaz Portillo,, pag. 411)

No se trata solamente de reducir o eliminar los patrones violentos en sus formas de interacción con sus parejas o consigo mismos. Lo que se trata es de contribuir a la construcción de una masculinidad alternativa, de sujetos masculinos distintos, que puedan hablar abiertamente de sus emociones, preocupaciones, temores, experiencias; de permitirse hablar de sus debilidades, inseguridades, y esto va en contra de la constitución de la masculinidad. El hecho de que los hombres empiecen a hablar de sí mismos y de sus sentimientos es uno de los logros más significativos del proceso terapéutico, pero deben ser acompañados en este proceso.

El modelo de tratamiento que hemos construido toma elementos de diversos modelos y propuestas de tratamiento. Es un modelo integrador que incorpora aportes de la psicoterapia humanista, psicodinámica y la orientación cognitivo conductual sensible al género, con enfoque de masculinidad, con una influencia importante de los modelos masculinistas de EMERGE, Corsi y Ramírez. Es un modelo terapéutico atravesado por el enfoque de derechos, de equidad de género, de respeto a la diversidad y con una perspectiva comunitaria y ecológica.

Dentro de esta diversidad de modelos que nutren la propuesta, Cabe mencionar que siempre está presente un esfuerzo por adaptar los planteamientos teóricos, las técnicas y procedimientos metodológicos a la realidad nacional y particularidades concretas de los hombres costarricenses.

Independientemente de la problemática concreta que se esté tratando, en la clínica popular deben tratarse en algún momento los siguientes ejes temáticos:

a) procesos de socialización y de construcción de identidad masculina

- b) conocimiento de aspectos legales de la violencia
- c) aprendizaje de destrezas psicológicas: manejo del estrés, manejo del enojo, habilidades comunicativas, expresión emocional, asertividad, aprendizaje de la empatía, respeto por las diferencias y derechos de los/las otros/as; manejo pacífico de conflictos.
- d) Formas de vinculación afectiva

No todos los hombres pueden ser atendidos en la Clínica de Proyección social. Además de los criterios de tipo económico, se considera fundamental realizar un proceso de selección a fin de que la población a atender sean hombres de la población general que estén atravesando situaciones de crisis u hombres ofensores domésticos de bajo riesgo de acuerdo a la adaptación de la Guía de Evaluación de Riesgo de Violencia Doméstica SARA y a fin de tener condiciones adecuadas para el trabajo terapéutico.

Son criterios excluyentes:

- Personas con Trastornos de Personalidad: paranoide, psicopático, narcisista y límite.
- Sujetos con Alteraciones Orgánicas significativas.
- Personas con Retardo Mental.
- Hombres con sintomatología Psicótica y Esquizofrenia.

Personas con adicciones a drogas y alcoholismo podrán ser incluidas siempre y cuando estén en abstinencia y activos en algún programa de auto ayuda para tales efectos.

Lo recomendable es que antes de empezar el tratamiento en clínica popular, los hombres tengan una sesión diagnóstica previa. Se recomienda una entrevista semiestructurada que contemple diversas áreas de la vida del hombre. Los tópicos que deben explorarse son los siguientes:

- Datos generales (variables sociodemográficas)
- motivo de consulta o referencia
- formación académica
- información laboral
- Historia personal e historia familiar
- Sexualidad y pareja
- Antecedentes delictivos
- Uso de sustancias
- Antecedentes de tratamiento Psicológico o psiquiátrico
- Intereses, pasatiempos
- Redes de apoyo social. Participación comunitaria
- Relaciones de pareja en el pasado
- Relación de pareja actual
- Violencia en las parejas anteriores y en la pareja actual

- Formas y manifestaciones de la violencia
- Actitud ante su conducta violenta (presencia o ausencia de distorsiones cognitivas)
- Actitudes y pensamientos machistas
- Disponibilidad y motivaciones para el tratamiento
- Situación legal y penal actual

Cada equipo terapéutico utilizará los instrumentos que considere más pertinentes. El modelo propuesto consideró oportuno utilizar la siguiente batería de pruebas:

- a) Escala de evaluación del riesgo SARA
- b) Escalas de Evaluación del Enojo e Impulsividad
- c) Una técnica proyectiva (el equipo utilizó el Test Desiderativo)
- d) Cuestionario de Conductas de Reyes y Koss (para valorar presencia de psicopatología)