

"Inteligencia emocional y prevención del maltrato de género"

Dr. Carlos Hué García

2º Jornadas sobre violencia familiar

UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

18 de noviembre de 2004

Decía Amaral que "ante los malos tratos, todo el mundo hace oídos sordos". Mas, ¿cuál es la razón de que esa despreocupación social?. La razón no es otra que nuestra sociedad occidental, nuestra civilización basada en la producción y el comercio, se ha construido sobre una sociedad anterior, la sociedad patriarcal.

El paradigma patriarcal

Desgraciadamente el maltrato familiar y en especial el maltrato de género al que nos vamos a referir sigue siendo un hecho habitual que llena nuestros informativos de televisión o de radio, o inunda nuestros periódicos y revistas. El maltrato sobre la mujer sigue siendo habitual en España y en el resto de los países que nosotros denominamos desarrollados.

La explicación la podemos encontrar en una sociedad postindustrial que nace de una sociedad agrícola y que a su vez procede de las primitivas sociedades de cazadores anteriores a neolítico. Tanto aquellas más lejanas, como estas más próximas se rigen por el paradigma patriarcal. Este paradigma consagra el encumbramiento del varón a puestos de relevancia y poder, relegando a la mujer a puestos de anonimato y sumisión.

Así, este sistema social patriarcal establece la oposición entre el sistema de producción de bienes encomendado a los varones, frente al sistema de cuidado de la vida, de los niños y de los ancianos, y por qué no, del marido, encomendado a las mujeres. Establece dos arquetipos, uno exterior, de relaciones sociales, de trabajo, frente a otro interior, de relaciones familiares encargado del cuidado de la casa que encarga a uno y a otra.

Como nos dice Muñoz Luque (2003) se establece una oposición entre ambos géneros en tres ámbitos: respecto a los aspectos intelectuales a ellos les corresponde la ciencia, la razón, la lógica, la ciencia unidimensional, mientras que a ellas les corresponde la estética, la sensibilidad, la intuición y la pluridimensionalidad; respecto a los rasgos de carácter a ellos les es propia la independencia, la asertividad, la imposición en los conflictos, mientras que a ellas les es propia la dependencia, la cordialidad y el diálogo en los conflictos; respecto al estilo directivo a ellos les va la competición por

exclusión, la autoridad con jerarquía o la productividad, mientras a ellas les es propia la colaboración con inclusión, la dirección centrada en la confianza y la calidad.

Estos valores que se transmiten de padres a hijos (curiosamente se dice de padres a hijos y no se dice de madres a hijas), a través de las tres instituciones replicadoras de la sociedad actual: la familia, fundamentalmente por las mujeres, la escuela y la publicidad en los medios de comunicación. Estos valores son internalizados por unos y por otras haciéndoles a ellos, dominadores y haciéndoles a ellas sumisas.

Esta oposición de status y de roles genera una violencia intrínseca que favorece la agresión desde una diferencia de poder entre varones y mujeres. En esta relación de poder, que es vista como normal en nuestra sociedad, el varón tiene el dinero, la información y la posición social; a la mujer en cambio le corresponde el cuidado de la casa, los hijos y los ancianos para que el varón pueda mantener su status económico, cultural y social.

La internalización de estos valores, el entendimiento por parte de la mayor parte de los ciudadanos de esta sociedad de este hecho como normal, como "siempre ha sido" es lo que genera la denominada por García León (1994) violencia simbólica. "La violencia simbólica, dice, se logra a través de una apreciación errónea de la realidad. En este caso, hombres y mujeres reconocen la dominación masculina como el orden de la vida social".

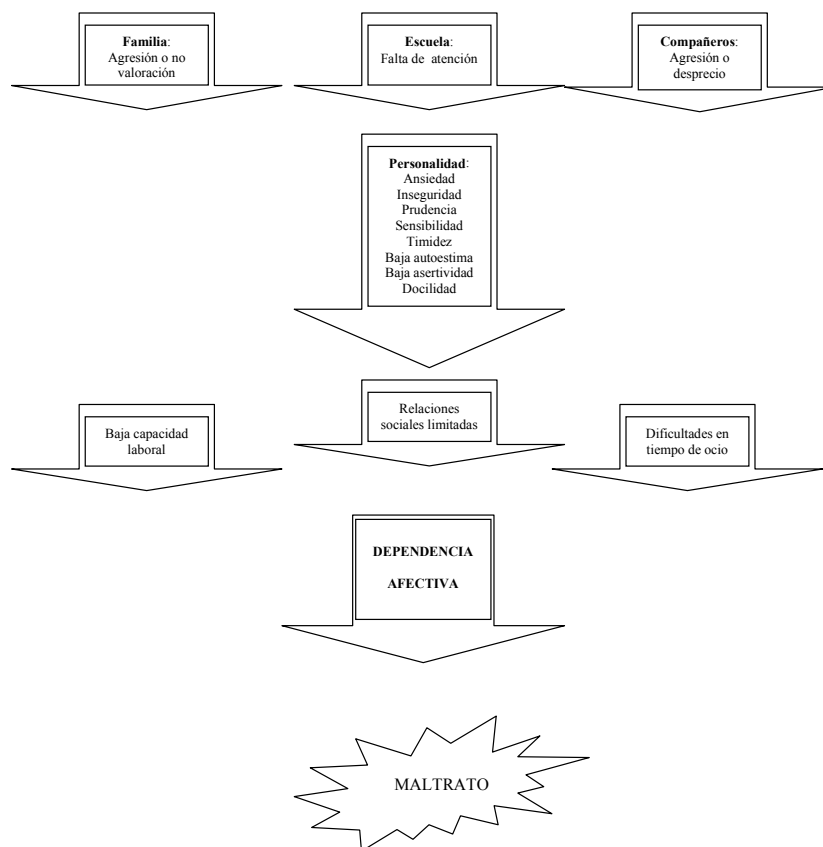
Pero, ¿qué consecuencias tiene el paradigma patriarcal?. La asunción de que el orden social se fundamenta en la tradición, "lo que siempre se ha hecho" o en el que "siempre ha sido así" tiene consecuencias muy importantes para la mujer, muy denigrantes, diríamos mejor, para la mujer. De una parte, la objetualización de la mujer a través de reducirla a su capacidad para la maternidad en los años fecundos y al ensalzamiento de la virginidad en el momento de preparación para su entrega a un varón "al que le tiene que dar descendencia". Esta objetualización se manifiesta brutalmente a través de que la realización de la mujer se ha hecho y se sigue haciendo a través de posibilitar la realización de otros como se explica a través de frases como "¡Detrás de cada gran hombre hay una gran mujer!". La objetualización se advierte también a través de la coacción que sufren las mujeres llamadas hoy "independizadas" porque trabajan "fuera del hogar", frase ésta que sólo se utiliza referida a las mujeres, ya que aunque los varones también lo hacemos, como mayoritariamente lo hemos hecho siempre no se considera que trabajemos "fuera del hogar". Estas mujeres están continuamente pensando en sus hijos, su marido o sus mayores porque no se les ha enseñado a "desconectar" de unas obligaciones que tendrían que ser compartidas por el varón y la mujer al mismo tiempo. Esta objetualización se manifiesta asimismo en el miedo a la soledad. Antes era el complejo de "solterona", pero hoy sigue siendo actual la frase de que la mujer está mejor "recogida", esto es, la mujer se encuentra mejor amparada por un varón, por un marido. El miedo a la soledad que es un miedo enseñado por la sociedad patriarcal y aprendido por las mujeres, les hace vulnerables ante la necesidad de encontrar un varón.

Además de la objetualización la mujer como consecuencia de ese paradigma patriarcal sufre una limitación muy importante en sus oportunidades. Las mujeres al estar obligadas socialmente a atender a "todos los de casa" recortan sus propias expectativas: renuncian a estudios como carreras o masters, renuncian a puestos de

responsabilidad o a la movilidad geográfica en la empresa, o dudan a la hora de montar empresas ya que se sienten limitadas en el tiempo que puedan dedicar a ellas. Por ello, se conforman, cuando se les ofrece, cosa que raramente ocurre, con puestos de menor relevancia y además, si una mujer "triumfa" en lo académico, lo profesional o lo laboral todo el mundo empezando por las otras mujeres le acusan de dejar de lado sus primeras obligaciones con su familia.

El proceso de victimización

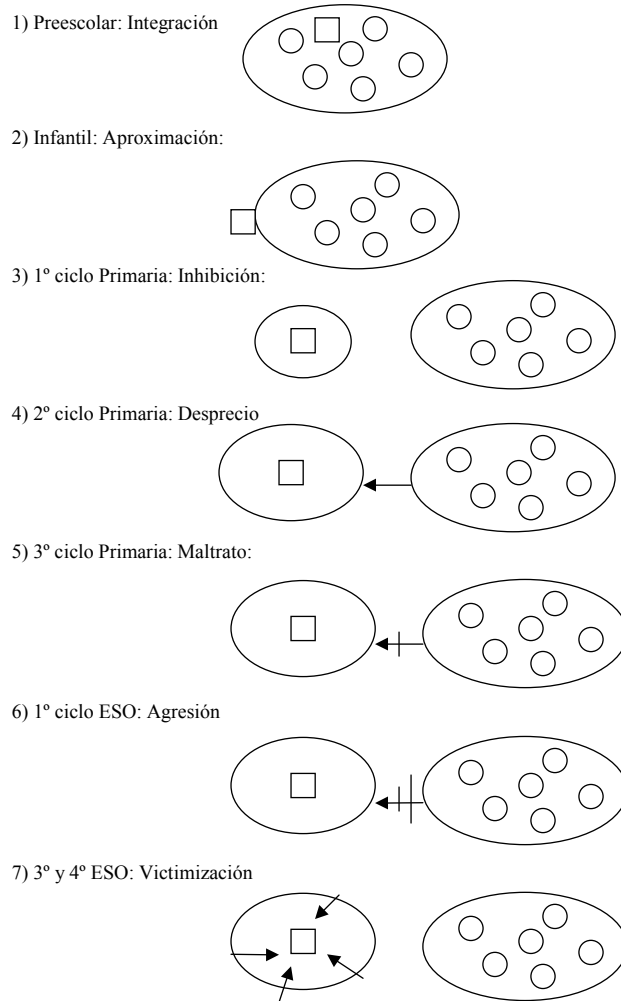
Hemos apreciado el paradigma patriarcal como el marco sociológico que permite la diferencia de poder entre géneros dando al varón la dominación y a la mujer la dependencia. Sin embargo, si la mujer no introyectase esos valores, si la mujer no los hiciera suyos, no podría reproducirse el paradigma que la cosifica, que la anula, que la hace dependiente.



La explicación se encuentra en el proceso de victimización que aprende desde que es pequeña. La mujer que aprende a ser víctima suele nacer en un medio familiar en el que o bien es agredida o bien no es suficientemente valorada, agresión ésta mucho peor que aquella. Probablemente al pasar a la escuela esta mujer, niña, sufra también la agresión, el desprecio o la ignorancia de sus compañeros y no haya tenido la suficiente atención de sus profesores. Una chica en estas condiciones genera una personalidad que presenta ansiedad, inseguridad, alta prudencia, alta sensibilidad social, timidez, alta docilidad, baja autoestima y baja asertividad. Al término de su escolaridad la chicha

convertida en mujer suele presentar una escolaridad corta o incompleta, pocas capacidades laborales, relaciones sociales limitadas y también, dificultades en el uso de su tiempo de ocio. En estas circunstancias tendremos a una mujer adolescente con una alta **dependencia afectiva** que va a provocar que reproduzca los esquemas de comportamiento y valores que propugna la sociedad patriarcal analizada anteriormente.

Proceso de victimización en el centro escolar



Este proceso de victimización aprendida desde el punto de vista de su integración escolar comienza en la etapa infantil integrándose aunque con alguna dificultad con su grupo de compañeros, sin embargo, ya en la educación primaria puede sufrir al principio el desprecio, luego el maltrato y finalmente la agresión estigmatizándola como "diferente", como que "le pasa algo" y no participando de los grupos mayoritarios de compañeros y compañeras. Finalmente, y en la educación secundaria aprende a que aunque ella no reciba agresiones directas, es ella misma la que se las ocasiona y, dado que en las relaciones sociales no ha aprendido a relacionarse con suficiente asertividad, se muestra dócil, tímida, obediente o sumisa.

La inteligencia emocional

Pero este proceso se puede cambiar. Cualquier persona en un medio hostil, y en concreto la niña, la chica, la mujer en una sociedad patriarcal puede dar la vuelta a los roles, y al status que esa sociedad pretende relegarla.

Si repasamos los sustantivos utilizados tanto en el planteamiento del paradigma patriarcal como en la génesis del proceso de victimización aprendida, observaremos que se refieren a capacidades emocionales. Así términos como sensibilidad, intuición, independencia, asertividad, imposición, dependencia, cordialidad, diálogo, autoridad, colaboración, confianza, etc. son palabras que indican habilidades emocionales positivas o negativas que encontramos tanto en los maltratadores como en las víctimas. Por ello, el desarrollo de las capacidades emocionales tanto en unos como en otras permitirá pasar del conflicto de poder que provoca sumisión y maltrato al encuentro de colaboración que permita la cooperación y el encuentro.

La inteligencia emocional es una orientación surgida en el seno de la psicología y que ha tenido una gran repercusión social desde que en 1995 se consolidase como bestseller el libro "Inteligencia emocional" de Daniel Goleman.

La inteligencia emocional por oposición a la inteligencia racional que es la que desarrolla nuestra capacidad de razonamiento, es aquella parte de nuestra inteligencia que utiliza el poder de nuestras emociones y sentimientos. Es en definitiva, la capacidad de conocer, valorar y controlar nuestras emociones y sentimientos, de una parte, y de establecer una buena comunicación con los demás a través de la empatía, la colaboración, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos o el liderazgo, de otra.

La educación emocional sería la enseñanza estructurada para el desarrollo de la inteligencia emocional que es algo que no se lleva a cabo de una forma específica en los centros educativos y que su carencia afecta en mayor medida a las personas que tienen dificultades de autoestima y asertividad y que carecen de adecuadas habilidades sociales como es el caso de muchas personas maltratadoras y también, de algunas personas maltratadas.

La educación de las emociones va a servir de acción preventiva de los conflictos que terminan en agresión ya que pueden ayudar a los posibles maltratadores a desarrollar la empatía, y a las posibles víctimas su autoestima y asertividad.

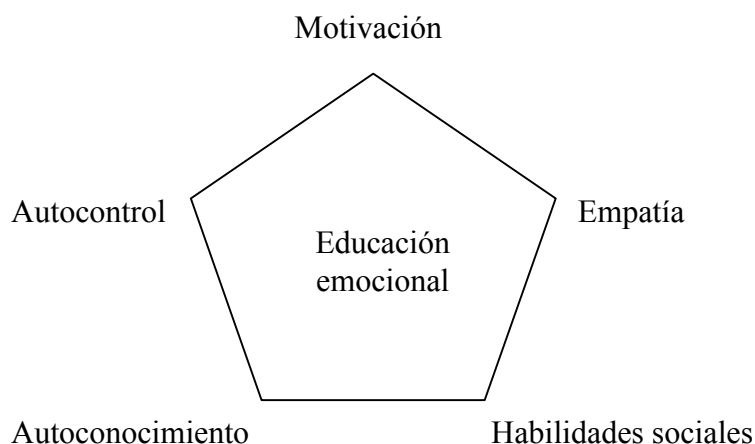
Específicamente a través de la educación emocional las niñas que en un centro educativo se aprecie que puedan desarrollar actitudes de víctima deberán de ser reforzadas en su inteligencia emocional para que a través del un control de la ansiedad y una mejora de su autoestima, aprendan a convertir las conductas de inseguridad por otras de asertividad, las conductas de dependencia, por otras de independencia, o la pasividad por la iniciativa. De este modo, ya desde pequeñas y a través de una educación de las emociones positivas estas mujeres aprenderán comportamientos que les permitan integrarse de forma adecuada en el mundo escolar, laboral y social en condiciones de igualdad.

Las mujeres con una alta inteligencia emocional son personas con una alta autoestima, capacidad de autocontrol, seguridad, iniciativa, optimismo, alta asertividad y alta capacidad para las relaciones sociales, se muestran comunicativas, seguras, tienen capacidad para colaborar en condiciones de igualdad e incluso pueden ejercer liderazgo en su grupo de referencia.

Educación emocional

Para ello, existen en toda España iniciativas que desarrollan la educación emocional en los centros educativos bien en las clases ordinarias, bien a través de las tutorías o bien a través de los recursos de orientación que existen en ellos.

Los contenidos de esa educación emocional que es dirigida a todos los alumnos y alumnas para desarrollar las habilidades emocionales antes enumeradas sin distinción de género serán aquellas que presenta Goleman en torno a cinco elementos básicos: autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y habilidades sociales.



En cada uno de estos elementos se desarrollan capacidades que permitan conseguir el máximo nivel de inteligencia emocional posible, esto es, el mayor desarrollo en el conocimiento, valoración y control tanto de las emociones y sentimientos propios como de los demás en la seguridad de que aquellas personas que tienen una alta inteligencia emocional no resuelven los conflictos a través de la violencia, sino a través de la confrontación intelectual y el pacto.

A través del desarrollo de la inteligencia emocional las mujeres podrán afrontar los conflictos que generan violencia desde un abordamiento adecuado según la forma en la que deben resolverse los conflictos según Gairín (1994).

Habitualmente las mujeres han sido educadas para resolver los conflictos por tres vías. La primera, la evitación del conflicto supone ignorar las situaciones de poder en las que ella participa como parte dominada. Todos recordamos las frases que nuestras abuelas decían a sus hijas respecto a sus maridos maltratadores en los primeros años del matrimonio: "No te preocupes; ya cambiará". El resultado es "perder-perder" en el que todos pierden. La segunda, la suavización que supone que la mujer se resigna con la forma de ser del varón y acepta las agresiones como parte de su relación con él.

Responde a la frase "No será para tanto" y el resultado es que ella pierde para que él gane. La tercera, corolario de la anterior es la imposición del varón, en la que gana el varón y pierde la mujer.

Sin embargo, a través del desarrollo de la inteligencia emocional de la mujer ésta aprende a abordar los conflictos sabiendo que éstos nunca se resuelven sino que simplemente se abordan. La mujer aprende a través de la mejora de su autoestima, por medio del incremento de su asertividad y habilidades sociales a negociar, a pactar, a enfrentarse a los problemas, al agresor y al entorno desde el primer momento.

Conclusión

La violencia de género se ejerce respaldada por una sociedad patriarcal que otorga una preponderancia al varón sobre la mujer y que limita la capacidad de respuesta emocional tanto en los maltratadores como en las posibles víctimas. En los maltratadores ya que no han aprendido habilidades como la empatía, la cordialidad, o la cooperación lo que les hace parecer muy fuertes, muy asertivos, demostrando, sin embargo, una gran falta de autoestima. Agreden porque no saben construir, querer o colaborar. En las personas maltratadas ya que han aprendido a ser víctimas al no contar con una educación de las emociones que las haya hecho fuertes, asertivas, seguras de sí mismas, con capacidad de decisión respecto a su pareja, sus amistades o su futuro. Por eso, la educación emocional que persigue el desarrollo de la inteligencia emocional y que puede ser enseñada en forma de cursos, talleres o cursillos en los que los agresores aprenden conductas constructivas alternativas a la agresión y las víctimas aprenden conductas propias de personas con alta autoconfianza, seguridad, autoestima y asertividad se muestra como una técnica en prevención de las situaciones de maltrato.

Bibliografía:

Sobre violencia y maltrato:

- Echeburua, E. (1994) *Personalidades violentas*. Madrid: Pirámide.
- Fernández, I. (1998) *Prevención de la violencia y resolución de conflictos* Madrid: Narcea.
- García, León (2003) En Muñoz Luque, Berta *Mujer y poder. Una relación transgresora* En Organización y Gestión Educativa, mayo-junio.
- Gairín Sallán, Joaquín, (1994) *Los conflictos*. Cuadernos de Pedagogía, nº 222, febrero.
- López Sánchez, Félix (2002) La prevención de los abusos sexuales Cuadernos de Pedagogía, nº 310, febrero.
- Muñoz Luque, Berta (2003) *Mujer y poder. Una relación transgresora* En Organización y Gestión Educativa, mayo-junio.
- Palacios, Jesús (2002) *Concepto, incidencia y acción desde la escuela* Cuadernos de Pedagogía, nº 310, febrero.
- Rojas Marcos, Luis. (1998) *Las semillas de la violencia*. Madrid: Espasa
- Sanmartín, José (2000) *La violencia y sus claves*. Barcelona: Ariel.
- Zabalza, Miguel Ángel (2002) *Situación de la convivencia escolar en España: políticas de intervención* Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado nº 44, agosto.
- Xarés, Jesús (2002) *Aprender a convivir* Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado nº 44, agosto.

Sobre inteligencia emocional

- Álvarez, M. (Coord.) et al. (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Ciss-Praxis.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Castilla del Pino, C. (2000) *Teoría de los sentimientos* Barcelona: Tusquets,
- Extremera, N. y Fernández Berrocal, P. (2002) *El autocontrol emocional*. Málaga: Arguval
- Gaja Jaumandreu, R. (2002) *Bienestar, autoestima y felicidad*.
- Goleman, Daniel (1998) *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kariós
- Goleman, Daniel (1997) *La Inteligencia emocional* Barcelona: Kairós
- Hué García, Carlos (2004), *Aplicaciones de la inteligencia emocional en Iglesias, M.J. El reto de la educación emocional en nuestra sociedad* A Coruña: Universidade Da Coruña.
- Hernández, P. (2002) *Los moldes de la mente*. La Laguna: Tafor.
- Marina, J. A. (1996) *El laberinto sentimental*. Barcelona: Anagrama.
- Simmons, Steve y Simmons, John C. *¿Cómo medir la inteligencia emocional?* Edit. EDAF
- Steiner, C. (2002) *La educación emocional*. Madrid: Summa.
- Torradella, P. (1998) *Cómo desarrollar la inteligencia emocional* Barcelona: Integral.