

Influencia de la violencia intrafamiliar en la salud mental.

Nuestra salud mental puede verse afectada por diferentes problemáticas socioculturales entre ellas se destaca la violencia intrafamiliar como una de las causales de enfermedades mentales, ya sea por violencias o por prácticas inadecuadas de alguno de sus miembros.

Estas prácticas en ocasiones tienden a volverse normales, acciones del día a día que sin darnos cuenta empiezan a afectar la salud del grupo familiar, por lo que se hace necesario visibilizar estas prácticas y buscar mejorar las relaciones de la familia.

Para poder entender mejor vamos a definir la violencia Intrafamiliar como aquella violencia que tiene lugar dentro de la familia, ya sea que el agresor comparta o haya compartida el mismo domicilio, y que comprende, entre otros, violación, maltrato físico, psicológico y abuso sexual.

Entendemos que la violencia doméstica es un modelo de conductas aprendidas, coercitivas que involucran abuso físico o la amenaza de abuso físico. También puede incluir abuso psicológico repetido, ataque sexual, aislamiento social progresivo, castigo, intimidación y/o coerción económica.

Hay autores que señalan que la violencia Intrafamiliar se da básicamente por tres factores; uno de ellos es la falta de control de impulsos, la carencia afectiva y la incapacidad para resolver problemas adecuadamente; y además en algunas personas podrían aparecer variables de abuso de alcohol y drogas.

Podríamos hablar del maltrato emocional de los niños y niñas como una epidemia que no se ve, Cuando los niños y las niñas son maltratados emocionalmente, no es posible ver donde quedan los golpes, puesto que estos no van por fueran, de esta manera no existen estadísticas claras del número de víctimas por causa del maltrato emocional.

Los efectos de este maltrato emocional pueden llegar a ser tan devastadores como el maltrato físico, los niños y niñas víctimas del maltrato emocional sufren con el tiempo un deterioro aún mayor en su desarrollo físico y mental que los niños maltratados físicamente.

El maltrato emocional causa principal eco en la autoestima del niño o niña; con frecuencia los padres lanzan palabras o frases como estas “eres una mocosa que no sirve para nada; cada semana te portas lo mismo, nos avergüenzas a tu padre y a mí. No creo que seas mi hija; eres una porquería. Los maltratos emocionales no se originan en la mala conducta de los niñ@s, sino en los problemas de los adultos, ya sea que los padres procedan de familias donde no se les inculcaron valores de respeto, donde siempre se presentó una carencia por parte de sus padres, pero esto no significa que la relación entre los nuevos miembros de la familia deba ser igual a como fue con ellos, para eso existen nuevas pautas de relacionarse y de respetarse entre si, la relación de padre e hijo debe estar ligada al amor, respeto del uno por el otro con un trato digno , donde la violencia intrafamiliar sea desarmada con valores y principios.

Estas conductas generan gran afectación en los miembros del grupo familiar generando así un Desapego y distanciamiento, Algunos padres rara vez acarician a un bebé que llora o manifiestan mayor interés en el desarrollo de la criatura.

Como el resultado de estas acciones tenemos que sus hijos no desarrollan lo que se conoce como el vínculo seguro con sus padres, cuando un niño que si tiene este vínculo necesita consuelo, sabe que puede obtenerlo de sus padres y, con el tiempo de otros adultos que lo cuiden.

Un niño que es maltratado físicamente rechazaría a quien lo cuida por miedo a ser golpeado, un niño maltratado emocionalmente hace lo mismo para evitar la frustración de no ser aceptado.

Cuando los padres no permiten que sus hijos se acerquen a pedirles cariño, hacen que sus hijos no tengan ninguna recompensa emocional por parte de ellos.

Basta con imaginar la reacción de un padre normal cuando uno de sus hijos dá su primer paso: es una celebración, un motivo de alabanza y emoción. Pero en un hogar donde la inaccesibilidad emocional es la norma general, el acontecimiento pasa inadvertido, si acaso el padre lo nota, es con sentimiento de ira después de todo un niño que ya camina solamente requiere de una supervisión más estrecha y mayor atención.

En algunos hogares padre y madre trabajan en equipo para despreciar a un hijo usando un flujo continuo de injurias verbales que invalidan los logros de los niños y amplifican fuera de toda proporción cualquier muestra de mal comportamiento; en otros hogares uno de los padres es el que maltrata activamente y el otro es un cómplice pasivo.

Las palabras como siempre y nunca que implican que el niño invariablemente acaba con las esperanzas de sus padres, son la clave para distinguir a los padres consistentemente abusivos de los que critican ocasionalmente con enojo o frustración.

Utilizar amenazas extremas en los niños es un tipo de maltrato emocional, y son aun más fuertes cuando con estas se trata de inhibir la curiosidad de los pequeños, desde este punto de vista se hace total referencia a las acciones que toman los padres para ejercer un total control de los hijos, sin darles un poco de libertad y sin permitir que ellos aprendan a explorar el mundo por sus propios medios, la dominación de los padres se vuelve en casos extrema y de maltrato emocional cuando al niño se le dice que si hace algo mal lo llevarán para un internado, que si habla con alguien extraño lo castigarán por mucho tiempo, que lo dejarán de querer, con estas dominaciones los padres que constantemente hacen estos comentarios sobre sus hijos estarán influenciando en el niño una persona con pocas relaciones sociales, poco amigable.

Lo que quieren nuestros hijos VS lo que ellos necesitan.

El éxito de nuestra labor como padres depende ante todo de la confianza que tengamos en nosotros mismos, de la actitud con la que abordemos la paternidad y de la claridad que tengamos sobre lo que queremos hacer de nuestros hijos y lo que por ende necesitan.

En nuestro hogar los hijos suelen pedir de todo pero lo que piden no es lo que necesitan, pero suele pasar que los padres frecuentemente dedicamos mas energías y recursos a satisfacer las interminables exigencias de los niños que lo que realmente requieren para su sano desarrollo físico, moral y emocional.

Pero algunos padres dedican muy poco tiempo a sus hijos ya que se encuentran trabajando o en actividades las cuales no les permite sacar un minuto para sus hijos y para compensar su ausencia del hogar y de sus y de la vida de sus hijos están dispuestos a llenar a los hijos de toda clase de regalos, viajes y oportunidades tratando de ratificarles nuestro interés por ellos y procurarles lo mejor.

Efectos negativos: esto hace que los niños cada vez sean más insaciables, que anulen su creatividad y que se promueva su insatisfacción y desinterés por todo. Además el hecho de tener todo lo que se les antojen los niños creen que si se tiene de todo se gana un nivel de status alto.

Lo que si necesitan: lo que verdaderamente necesitan muchos niños es más exigencias, más sacrificios y más responsabilidades: es decir necesitan más disciplina, en la medida en que los niños vivan bajo una buena disciplina tendrán la oportunidad de desarrollar una serie de cualidades que son difíciles de lograr de otra forma si no se tiene disciplina: puntualidad, control personal, generosidad, solidaridad, coraje, flexibilidad, capacidad de lucha, seriedad responsabilidad etc.

Los niños al tener pocas cosas al verse obligado a luchar por obtenerlas el niño desarrolla capacidades, destrezas fundamentales para su éxito en la vida. “cuando los padres damos muchas cosas o asumimos muchos de sus deberes los menores no aprenden a pensar o arreglárselas solos.

la oportunidad de actuar responsablemente y de aprender a valerse por sí mismo, resultado de que satisfagan sus necesidades y se nieguen muchos de sus deseos, transmite a los hijos un importante sentimiento de autosuficiencia que a su vez le permite triunfar en lo que otros fracasan por falta de disciplina y esfuerzo personal.

Lo más importante dentro del grupo familiar es tener reglar claras de respeto por las diferencias de cada uno de sus integrantes y velar por la salud de cada uno de ellos.

Asdrúbal Luis Álzate Ramírez.

Psicólogo.

Coordinador programas de promoción y prevención.