

Violencia entre personas¹

Hendrik Vaneeckhaute

Existen muchos modelos para explicar la violencia o hablar de ella: la teoría de la defensa del territorio o espacio propio, la agresividad, la comunicación, el apego y la falta de ello, etc.

Raíces de la violencia

Estamos hablando de una situación de violencia cuando existe un desequilibrio entre dos posiciones, dando lugar a una posición de superioridad y otra de inferioridad. Este desequilibrio se origina en un juicio de valores de las diferencias existentes entre las dos posiciones (o personas). El hecho en sí de la existencia de las diferencias (que pueden existir perfectamente como equivalentes), no genera violencia, pero en el momento que se atribuyen valores a las diferencias, se entra en un desequilibrio donde una posición es considerada como mejor, mayor, más fuerte, más importante, etc.

Las diferencias pueden ser a nivel de raza, cultura, fe, lengua, dinero, vivienda, medios de transporte, profesión, capacidad intelectual, fuerza física, sexo, edad, procedencia, habilidades, características físicas, etc.

El modelo de Superior-Inferior en el conflicto

Un conflicto es una situación en la cual existen dos posiciones (opiniones, puntos de vista) que no parecen ser compatibles. (Por ejemplo dos niños quieren el mismo objeto.)

Puede ocurrir que para una de las partes, la causa u objeto del conflicto no tiene importancia, y no le importa para nada ceder. En este caso hablamos de un falso conflicto. (Por ejemplo dos niños quieren un mismo objeto. Si uno de los dos no le da importancia tenerlo o no y se queda igual de contento con otra cosa, no hay conflicto real.)

El modelo Superior-Inferior se basa en la teoría que la violencia entre personas surge cuando en una situación de conflicto una persona se siente, se cree y/o se comporta como superior/inferior a la otra. La persona que queda en posición inferior se siente discriminada, invadida y/o no tomada en cuenta y eso genera una energía que se puede expresar de diferentes formas:

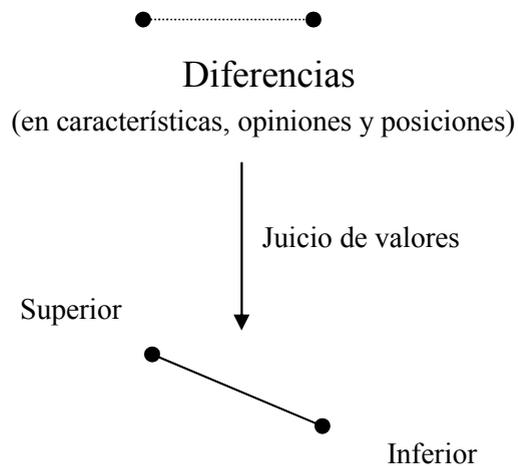
- frustración
- sentimientos de venganza
- competencia
- obstruccionismo
- desconfianza
- miedo para perder su 'autoridad' o prestigio
- miedo de expresarse (verbalmente), mostrar sus sentimientos o de mostrarse débil
- control
- castigar
- desahogarse
- interiorización de la violencia (sentirse inferior, 'no valgo', 'no puedo', ...)
- mecanismos descontrolados
- etc.

¹ Bajo licencia Creative Commons



Reconocimiento - NoComercial (by-nc): Se permite la generación de obras derivadas siempre que no se haga un uso comercial. Tampoco se puede utilizar la obra original con finalidades comerciales.

Relaciones de superioridad – inferioridad

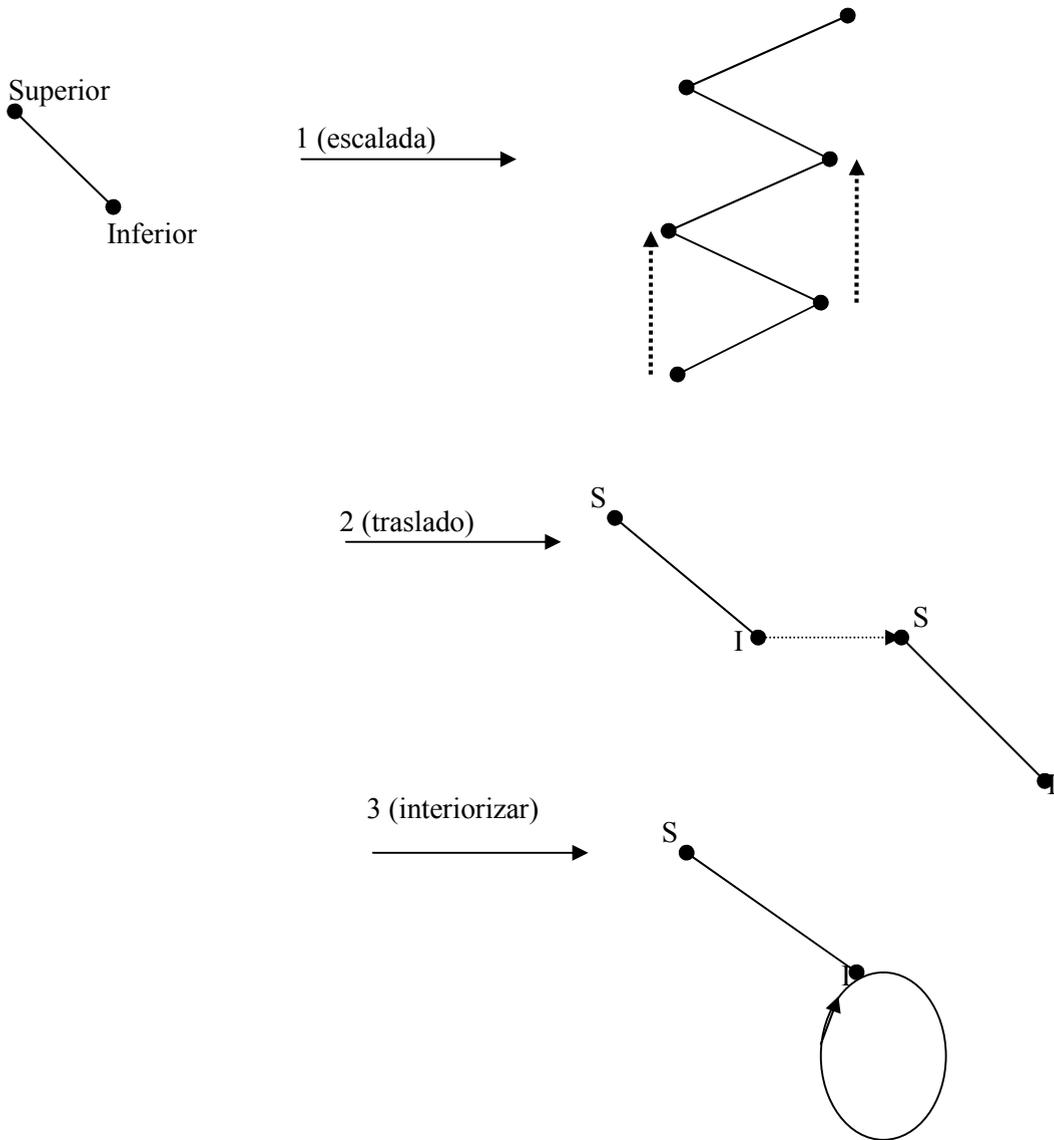


Este comportamiento (violento) de superioridad – inferioridad suele tener 3 posibles consecuencias o reacciones.

- 1) La persona en la posición inferior puede intentar ascender hasta alcanzar una posición superior (o al menos, no-inferior). Eso probablemente tendrá una contra-reacción, con una escalada del conflicto de forma violenta. Aunque la persona puesta en posición de inferior no quiera superar al otro, el mero hecho de querer ascender provocará en el otro (el superior) el miedo de perder su posición o de verse superada, con lo cual la reacción está garantizada.
- 2) La persona en la posición inferior se resigna en esa posición con esta persona, pero para exteriorizar su *frustración* se busca a su vez a una tercera persona sobre la cual se puede comportar como superior.
- 3) La persona en la posición inferior acepta su situación y realmente se siente inferior. Interioriza la violencia en la forma de poca autoestima, inseguridad, etc.

Muchas veces se asume la posición de superior por miedo a quedarse a su vez en una posición de inferior o por el simple hecho de que se asume ese papel por que 'toca' (por situación laboral, social, etc.)

Relaciones de superioridad – inferioridad: consecuencias



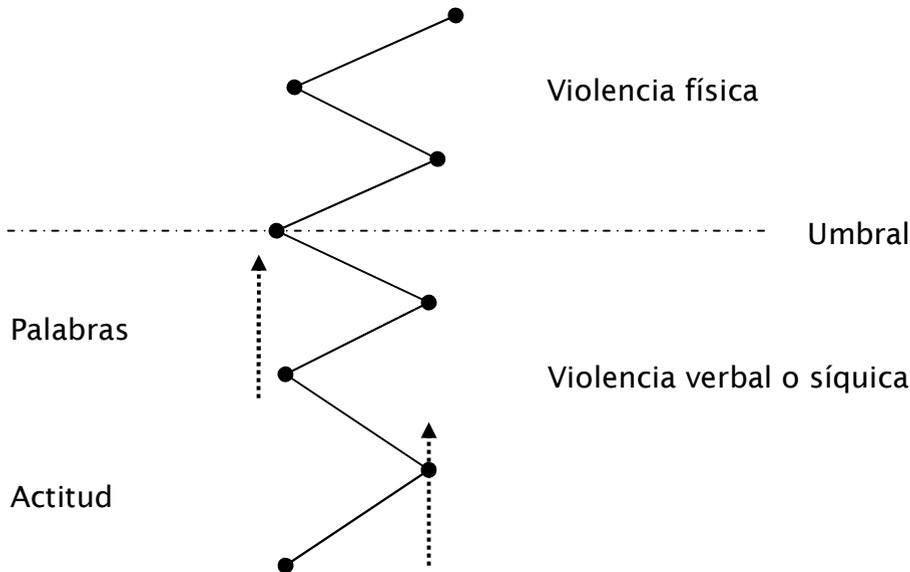
La realidad del día a día es una cadena de estos tres comportamientos que en momentos puntuales ‘explota’.

Una madre llega estresada a casa, le grita al niño cuando tumba un vaso, el niño le pega una patada a su hermanito pequeño, que en el cole al día siguiente le quita el juguete a su amiguito, que no se deja hacer y responde gritándole, con lo cual terminan pegándose, con lo cual el padre de uno de los dos por la tarde le echa a la cara a la madre del otro niño que su niño es muy agresivo, que se va a casa en el coche frustrada y le pita al lento de delante que se pone agresivo, etc.

El modelo Superior-Inferior se ve reflejado en toda nuestra sociedad.

- Los niños son considerados como seres inferiores, a los cuales no hay que hacer caso, y menos a sus supuestos *caprichos*, no saben nada y hay que enseñarles todo, no hay que mimarlos demasiado sino te superarán, etc.
- Si no tienes dinero, el coche nuevo-potente, la ropa de marca, etc. no eres nada.
- El pensamiento bipolar del bueno-malo, si no estás conmigo estás con los terroristas,
- ...

Relaciones de superioridad - inferioridad: la violencia visible - invisible



La violencia suele empezar mucho antes del primer golpe. Antes está la violencia verbal, y antes puede haber gestos y actitudes violentos. En muchos casos se suele tolerar esta violencia o ni siquiera considerar esta parte como violencia. Los insultos, la falta de cariño para los niños, etc. también es una forma de violencia. Personas que sufren este tipo de violencia, a veces se autolesionan para hacer visible la violencia. Ignorar a una persona, es la forma extrema de ponerla en una posición de inferioridad. Ignorar los sentimientos y las necesidades básicas de los niños es una forma muy extrema de violencia.

La resolución no-violenta de conflictos

En la resolución no-violenta de los conflictos no se trata de ascender de forma no-violenta (o lo menos violenta posible) a la persona que se encuentra en una posición de inferioridad, sino parte de otro modelo. Se trata de no entrar en el pensamiento bipolar de bueno-malo, mejor-peor, más y menos, de no hacer un juicio de valores basado en las diferencias.

Resolver los conflictos de forma no-violenta parte de la equivalencia de las personas. En una situación de conflicto por lo tanto no se trata de ganar o perder, ni del bueno y del malo, ni de tener la razón o no, ni de buscar el compromiso intermedio que suele ser un especie de equilibrio entre las posiciones mantenidas o los argumentos utilizados por unos y otros.

Una resolución de conflicto tradicional (violento), suele pasar por tres fases: primero presentamos nuestros argumentos lo más positivo posible, después intentamos desmontar los argumentos del otro, terminando por intentar *rebajar* a la otra persona con ataques personales o físicos.

Cuando queremos resolver un conflicto de forma no-violenta, no entramos en un juicio de valores de las diferencias y de los argumentos. Detrás de los argumentos que utilizamos para aclarar nuestra posición, existen **fundamentos** que son equivalentes. Los fundamentos son las razones que te hacen tomar una determinada posición. Pueden ser racionales o sentimentales, intereses, objetivos, valores, etc.

Por ejemplo: pelea hijo/hija – padre/madre

Conflicto: el hijo quiere salir de marcha hasta las 4, los padres quieren que esté en casa a la 1. Los argumentos que se suelen utilizar son aquellos basados en el esquema superior-inferior: somos tus padres y nos tienes que obedecer, los padres se imponen (con castigos o amenazas de ellos) o al contrario dejan imponerse por los hijos (que hacen lo que

quieren sin tomar en cuenta a los padres). En una pelea surgen argumentos que refuerzan la posición de unos y otros o intentan *tumbar* la posición del otro.

Los fundamentos de los padres, en este caso, en gran medida estarán basados en el miedo: miedo a que los hijos les pase algo (emborracharse – drogas – sexo – accidente en camino a casa – etc.), miedo que salir hasta tarde les afectará en su salud, o sus estudios, etc.

Los fundamentos de los hijos, también en gran medida se basan en el miedo: a que los amigos se burlen de ellos o a no pertenecer al grupo.

Es importante señalar que los fundamentos son **equivalentes**, no vale decir que los de los padres son más importantes que los de los hijos o al revés.

Para encontrar una solución, no basta el tradicional compromiso, por ejemplo alguna hora entre media (entre la una y las 4), porque no da respuesta a los fundamentos. (Las dos partes se quedarán frustradas, los hijos incumplirán, los padres se enfadarán-castigarán, etc.)

Una solución para el conflicto incluirá medidas para dar respuesta a los fundamentos (miedos) de las dos partes. (Por ejemplo los hijos se comprometen a salir por determinadas zonas, llamar para ir a casa si no hay chofer que no haya bebido, los padres hacen un esfuerzo para conocer a los amigos – o la zona donde salen los hijos para ‘tranquilizarse’ que no es tan peligroso como se lo imaginan, etc.)

El hecho de intercambiar los fundamentos entre padres e hij@s tendrá como consecuencia un mayor entendimiento y respeto entre los dos. Una buena relación padres-hij@s basado en la comunicación y el respeto mutuo, conlleva madurez y confianza. La mayor confianza, y a la larga una mayor autoestima en l@s niñ@s y en los padres conlleva menos peligro que necesitan beber o tomarse pastillas para sentirse más seguros, menos miedo de que su aceptación en el grupo depende de salir hasta las tantas o beber tanto, menos miedo de los padres que l@s hij@s se comportan ‘irresponsable’, etc.

Educación violenta - no-violenta

Desde que nace una criatura se le aplica el modelo Superior-Inferior. En el parto, primero están las necesidades del ‘profesional’ (todo la infraestructura y el procedimiento están diseñado para ello), después las de la madre, y como último las del bebe. Después se aplica el modelo para *educar* a la criatura en la obediencia: (en dos fases)

- 1) la asociación: para lo que quiere el adulto: la recompensa; para lo que no quiere el adulto: el castigo
- 2) la referencia al primer paso: la promesa de la recompensa, o la amenaza del castigo.

Las habilidades básicas de una educación no-violenta

- 1) la confirmación positiva. Solemos dedicar mucho más tiempo a la crítica que a la expresión de nuestro aprecio. La confirmación positiva es fundamental para la construcción de la autoestima y de la confianza en uno mismo. Esta autoestima y la confianza en uno mismo son fundamentales en la hora de asumir una actitud no-violenta: nos ayudan
 - a tener la fuerza interior necesaria para no necesitar la fuerza física o la violencia verbal (síquica) para esconder nuestra debilidad
 - a conocer y aceptar nuestros propios fundamentos, tanto de los que consideramos como aspectos positivos (talentos, habilidades, cualidades), como los que consideramos como aspectos negativos.
 - a aceptar la crítica sin sentirnos atacados,
 - a aceptar cuando hicimos un error y reconocerlo públicamente
 - a aceptar los fundamentos de los demás, sin juicio de valores.
- 2) La comunicación con las criaturas y el respeto al desarrollo y a las necesidades de las criaturas son fundamentales para una educación no-violenta
 - a) El contacto físico es importantísimo, porque es la forma de comunicación más conocida por una criatura.

- b) La asociación de las experiencias con las palabras: las palabras muchas veces son demasiadas abstractas² o en contradicción con nuestra actitud. No tenemos que pedir-exigir nada que nosotros mismos tampoco cumplimos.
 - c) La expresión no-verbal es mucho más importante que las palabras que utilizamos.
- 3) La creatividad: las criaturas son mucho más creativas porque (todavía) no están sometidas a tantas normas y esquemas como nosotros. Es importante estimularla y dejar que la utilicen para resolver los problemas y conflictos.

² No sabemos exactamente lo que piensa un niño pequeño, ni qué capacidades tiene en cada momento para entender nuestras explicaciones. (La historia nos enseña que el ser humano siempre ha subestimado las capacidades intelectuales y emocionales de los seres vivos diferentes a él mismo (incluido a las criaturas y a las personas de otras culturas), y sólo en la medida que ha sido capaz de entender al otro ser vivo, parece que se le reconoce como tal.) Creo que es importante no sub-estimar las capacidades de las criaturas de entendernos, siempre y cuando utilizamos palabras y conceptos sencillos. Por ejemplo para las criaturas, el tiempo (o la distancia) es algo difícil de asumir, pero sí son por ejemplo capaces de asumir un concepto como 'primer eso, después el otro' bastante rápidamente. Al lado del hecho de que nos entienden o no cuando les explicamos las cosas, si lo hacemos de una forma tranquila, se quedarán con nuestras formas y actitud (tranquilidad y atención). Las criaturas suelen reaccionar más emocionalmente, en términos de ahora. No tiene sentido explicarles algo, mucho menos echarles un sermón, en momentos de mucha emoción. En este momento la criatura necesita expresar esta emoción y sentirse seguro. (Ni un adulto en momentos de muchas emociones es capaz de entender gran cosa.)