



*enplenitud.com*  
*para jóvenes de cualquier edad...*

**Y Ahora...  
¿Quién podrá  
defendernos?:  
El varón víctima  
de violencia familiar**

Lic. Alejandra Palacios Banchemo

## El varón víctima de violencia familiar.



“Soy víctima diariamente de la violencia familiar que mi mujer ejerce sobre mí. Violencia psicológica y alguna que otra violencia física menor. Pero por lo pronto pasa del amor, la tensión, la violencia y la amenaza de irse y llevarse mis hijas para luego decirme que no puede vivir sin mí... Me he sentido muy mal que Ud. asuma que la MUJER es la víctima siempre de la violencia familiar... su libro tiene conceptos muy útiles e interesantes que lamentablemente tuve que traducir para entender que cuando decía por ejemplo: “vives día a día preocupada y angustiada por lo que paso ayer” debería decir “vives día a día preocupado y angustiado por lo que paso ayer... Quisiera separarme de mi mujer y seguir siendo el padre de mis hijas. Pero no lo hago por temor a que la sociedad PREJUDICIAL en la que vivimos le de la tenencia total de mis hijas a esta agresora y castigue a la víctima que soy en lugar de protegerlo... debo seguir en esa casa sufriendo la violencia familiar para asegurarme estar al lado de mis hijas ya que es muy probable que la sociedad NUNCA me crea del maltrato diario que sufro, porque

los HOMBRES no podemos ser víctimas.  
Somos a criterio de muchos VICTIMARIOS...  
"

(Comentario de un lector sobre el libro digital  
"Ante el abuso y el maltrato, siento dolor y  
angustia" A. Palacios, 2007).

No se puede pasar por alto el dolor, la amargura e impotencia que refleja el comentario de este lector varón. Es un grito de protesta y una solicitud de ayuda, ante la presunción generalizada de que las mujeres son siempre las víctimas y los hombres siempre los agresores dentro del fenómeno de la violencia familiar. La idea de que el varón podría ser víctimas de abuso y violencia doméstica es tan increíble para la mayoría de las personas, que muchos hombres ni siquiera intentan divulgar su condición. Si se da a conocer la situación, más de uno lo comenta como una novedad o con cinismo y burla, tanto por sus pares como por los que investigan la situación

Aún en nuestros días, los mitos y prejuicios prevalecen dentro de la sociedad. Se siguen adjudicando características y roles que tanto el hombre como la mujer deben desempeñar dentro de las relaciones de pareja: la mujer es el "sexo débil" --dada a la ternura y la emocionalidad, es vulnerable y necesitada de amparo y protección. El hombre es el "sexo fuerte", el "macho" -  
- enérgico, valiente, competitivo, callado, invulnerable a la ternura y la emocionalidad, proveedor y protector del más débil.  
Sin embargo, el hombre también puede ser agredido física, psicológica, emocional, económica y hasta sexualmente.

Esta problemática que sí existe --aunque no en el mismo porcentaje alarmante de la víctima mujer--, no es nueva, pero en los últimos años se está haciendo más evidente. Sin embargo aún no se ha logrado precisar en su real magnitud y su intervención como fenómeno social ha sido limitada consciente o inconscientemente, por ribetes culturales, religiosos, políticos, económicos. Es además, desconocida por legisladores y por la sociedad en su conjunto. La realidad es que en la práctica, no se le considera como violencia, se minimiza o se ridiculiza.

¡Hombre maltratado por la  
mujer...  
es causa de risa!



Observamos una escena en la que el marido maltrata a la mujer: sentimos indignación, nos incomoda, lo desaprobamos y criticamos. Observamos otra escena en donde la mujer es la que maltrata al marido: nos causa gracia, nos reímos y lo aprobamos porque pensamos que el "débil" está venciendo al "fuerte". Sin embargo, no nos damos cuenta de que en ambas escenas, se está ejerciendo violencia. Ejemplo de ello lo tenemos en innumerables programas cómicos, en publicidad y hasta en las comiquitas en varios medios de comunicación.

Los factores comunes para que el varón víctima no se separe o haga la denuncia, son culturales, sociales e individuales y están en estrecha relación con las causas que originan este fenómeno.

Los estereotipos rígidos del varón con lo que se espera de él como "macho" o el temor a las burlas hacen que trate de esconder el problema. En ese "esquema social" de proveedor, jefe de familia y protector, una denuncia de agresión significaría trastocar los roles establecidos, donde se supone que el varón es el que "lleva las pantalones" y en último de los casos el que maltrata es él. Para

muchos es inadmisibles reconocer ante sí mismo y ante los demás la caída de su superioridad. No denuncian porque el maltrato de sus esposas o hijos es un duro golpe a su autoestima..

Hay sentimientos comunes en el hombre maltratado: soledad, sufrimiento, vergüenza, pobre autoestima, culpa, inhibición, propensión a la humillación o temor a tomar una decisión. . La soledad que sienten es el denominador común. Callan, sufren en silencio pues no hablan sobre su situación ni con el familiar más cercano ni el amigo de confianza. Su respuesta ante la violencia es quedarse callado y aceptar el hecho con resignación o huir momentáneamente de la situación.

No es frecuente que un hombre exprese sus sentimientos y debilidades y le diga a alguien que está siendo maltratado. "No está bien" ver a los hombres lloriqueando o quejándose. Se le ha educado para que reprima sus emociones y se comporte como "todo un hombrecito" desde pequeño. Debe ser capaz entonces, de soportar y controlar el maltrato si es que se reconoce, pues no existe creencia de que la mujer violenta pudiera entrañar peligros potenciales, a pesar de los casos que se reseñan en la prensa mundial. La violencia, provenga del hombre o de la mujer, tiene el mismo origen: poder y control sobre la relación. Las motivaciones sin embargo pueden ser algo distintas — esposa, concubina, amante, pareja ocasional, madre — la violencia puede surgir con el fin de mantener control sobre la relación y la vida de la pareja, obtener algún tipo de beneficio económico, cuando se rompe la relación, cuando uno de los dos tiene una relación extramarital o cuando la relación extramarital pretende la formalidad de la relación.

Algunos varones piensan que el maltrato emocional y psicológico no es violencia. La violencia emocional o psicológica es tanta o más dañina que la violencia física o sexual.

Una de las características más resaltante de la violencia o abuso emocional es la sugestión o alienación o el "lavado de cerebro" de la víctima. Al igual que las mujeres maltratadas, ellos caen en una relación de la que no salen por muchas razones. No es que sean masoquistas. Es que se dan circunstancias emocionales que, si no buscan ayuda no pueden salir. Un ejemplo típico es la mujer que amedrenta al hombre con no dejarle ver a los hijos, que los esconde o les arruina las

visitas.

El maltrato muchas veces viene acompañado de chantaje y amenazas. Pueden utilizar la justicia de diferentes formas. Atacan por todos los frentes – difaman, amenazan o inventan el maltrato. Algunas mujeres, al no lograr sus objetivos, al enterarse de que el ex marido o la ex pareja tiene novia o en el caso de la amante que no logra el objetivo de formalizar su situación o cuando el hombre participa su decisión de separarse, lo acusan falsamente y piden una orden de protección. Inclusive hay casos que llegan al punto de auto inflingirse daño físico o psicológico, manipulan autoridades, amenazan o "molestan" a familiares cercanos, además de otras argucias, con el objeto de lograr sus propósitos. Muchas de las características y consecuencias del maltrato, son las mismas que la víctima mujer. Sin embargo, a diferencia de ésta, la violencia en el hombre no es tan prolongada ni extrema. A pesar de que en ocasiones la mujer puede ejercer algún tipo de violencia física, el hombre no siente peligro de daño físico ni temor por su propia seguridad. Tiene además, independencia social y económica, que lo hace pensar en que puede encontrar algún tipo de solución.

El maltrato más común que sufren los hombres es psicológico y sutil, basado en la humillación y la manipulación y el económico, a través del engaño, el chantaje, el robo, el endeudarse para que pague el las cuentas, etc.

Las víctimas de violencia psicológica pueden mostrar ansiedad y desasosiego permanente, depresión y descontrol emocional, deterioro de la autoestima, dificultades para establecer relaciones interpersonales duraderas, disminución de sus posibilidades intelectuales y de su capacidad de trabajo e incapacidad para asumir los cambios de vida de manera apropiada y/o pérdida de deseos e interés. Y esto es igual en hombres y mujeres.

**¡Los hijos... utilizados  
para ejercer violencia!**



Es en el divorcio y en la separación o en hijos fuera del matrimonio, donde se hace más evidente este fenómeno.

Aquellas parejas que han construido su mundo familiar en base a desigualdades nocivas, suelen vivir rupturas muy traumáticas y dolorosas. El daño perdura en el tiempo y potencialmente afecta futuras relaciones, tanto en las víctimas como en los hijos. Se "usa" al hijo como instrumento de agresión contra el otro, convirtiéndolo en una de las víctimas de los acontecimientos pero no al único dañado, ya que en la privación del rol paternal los hombres se ven fuertemente perjudicados.

Si algún varón se atreve a denunciar, es probable que retire los cargos pues no cuenta con soporte, ni siquiera de su propia familia, ni tampoco con redes sociales de apoyo en la comunidad.

Existe la presunción de que "No existe mayor afecto que el de una madre", "no hay cuidados más excepcionales que los de la madre", "nadie quiere a su hijo tanto como una madre", "madre es una sola, padres pueden haber muchos"; exaltando el rol de la mujer como madre, a pesar de que en algunos casos no hay concordancia con esta concepción; asimismo, se menosprecia y se limita el rol del hombre como padre, al considerarlo solo como un simple proveedor. Sin tomar en cuenta los sentimientos del hombre y el amor y la dedicación que el padre pueda darle a los hijos.

Los hijos parecen ser propiedad natural e indiscutible de la madre. En la separación, es a ella a la que le corresponde la potestad todopoderosa de permitir al padre seguir siéndolo o convertirse en visita de sus hijos. Comienza entonces una suerte de desautorización y

supresión de la imagen paterna. Se ahuyenta al padre, se lo elimina del rol y de los afectos de los hijos y una vez que desaparece, entonces a menudo se les acusa de estar ausente, de no "visitar" a sus hijos y que "los hijos no le importan".

## ¿Cómo son estas mujeres que ejercen violencia?



Algunos dicen que la mujer se rebeló y reacciona con violencia como respuesta a las agresiones recibidas desde hace mucho tiempo. Sin embargo, los estudiosos han informado sobre características típicas de mujeres que suelen ejercer violencia en la relación de pareja. Las más resaltantes son las siguientes:

**Abuso del alcohol.**

El abuso del alcohol es la mayor causa de la violencia doméstica, tanto en el hombre como en la mujer.

Las personas bajo los efectos del alcohol, tienen poco control sobre sus impulsos, fácilmente se frustran, malinterpretan cualquier situación y por lo general buscan en la violencia, la solución a sus problemas. Es muy frecuente que mujeres alcohólicas sean violentas en la relación de pareja.

**Desórdenes psicológicos.**

Existen algunos trastornos, especialmente de la personalidad, en que la mujer tiene como característica ser abusiva y violenta con el hombre.

El trastorno de la personalidad borderline, por ejemplo, está asociado a un alto porcentaje de mujeres que ejercen violencia doméstica



contra los hombres. Este desorden también se asocia con comportamiento suicida, cambios de humor severos, mitomanía (mentira patológica), problemas sexuales y también puede relacionarse con abuso de alcohol y otras sustancias.

Expectativas, presunciones y conclusiones no realistas.

Mujeres abusivas y manipuladoras que con frecuencia tienen falsas expectativas y hacen demandas no realistas al hombre. Estas mujeres reiteradamente, tienden a experimentar episodios depresivos, ansiedad, frustración e irritabilidad que atribuyen al comportamiento del varón.

Culpan al hombre, lo hacen responsables de cómo viven su vida o los culpan de hacer que su vida sea miserable, antes de admitir su responsabilidad por sus actos y sus propios problemas.

Por lo general se niegan a entrar a algún tipo de tratamiento y pueden insistir que es la pareja el que lo necesita. En lugar de ayudarse a sí mismas, culpan a éste de cómo se sienten y creen que es el quien tiene que hacer algo para que ella se sienta mejor. Cuando el hombre no puede hacerlas sentir mejor, se frustran y asumen que lo está haciendo al propósito y se quejan del "daño" que le están haciendo.

## ¿Por qué el hombre se queda en la relación?



A pesar de una aparente independencia social y económica, el hombre se queda en la relación violenta, por los siguientes motivos, según

algunos estudios realizados sobre este fenómeno:  
Protección de los hijos. El hombre teme dejar a los hijos con una mujer violenta, pues piensa que de alguna u otra forma pueden estar en peligro. Por mitos y prejuicios, el hombre por lo general no cuenta con apoyo ni siquiera de su propia familia. Puede pensar que con la separación no volverán a ver a los hijos o que la mujer le diga a los éstos que es un mal padre o que no los quiere. Asumen la culpa. Muchos hombres creen que son culpables o que merecen el trato que reciben. Se culpan de eventos que otras personas no asumirían. Se sienten responsables y tienen la idea irracional de que pueden y que harán algo que mejore la situación.

Dependencia o temor a la independendencia. El hombre mental, emocional o económicamente dependiente de la mujer abusadora.

Hay otros que la idea de dejar la relación crea sentimientos de depresión o ansiedad. Son "adictos" el uno hacia el otro.

¡Somos optimistas!



Iniciamos este trabajo con el relato de un lector en busca de ayuda a su situación. En el se manifiesta la situación del varón víctima, a la vez que resume toda la dinámica de la violencia familiar: este fenómeno no distingue sexo, edad, educación. Se presenta en familias de cualquier nivel económico o social; en cualquier grupo cultural o religioso, en personas de diferente adscripción política, nación, país.

Podemos observar también, a través de este relato, la dinámica de la violencia familiar: la conducta violenta es habitual y se presenta cíclica y repetitiva. El agresor — sea hombre o mujer — después de la descarga violenta de sus tensiones, entra a una fase de arrepentimiento y reconciliación en la que pide perdón y promete que la conducta no se va a repetir. Sin embargo, este ciclo nunca se detiene. La falsa ilusión que no se repetirá durará un tiempo. Sigue un nuevo ciclo de tensiones en el agresor, especialmente desde el momento que considera que está perdiendo el control y el ciclo se vuelve a repetir una y otra vez; lastimosamente en algunos casos, con desenlaces fatales y no solo con consecuencias para la pareja, sino también para los hijos, quienes a su vez se verán afectados en su desarrollo normal y saludable. La atención que actualmente se le puede brindar al hombre víctima de violencia familiar es muy limitada y por lo general está restringida a la práctica privada. Sin embargo debemos recordar que a la mujer le costó años de lucha que aún no termina, para lograr una posición de igualdad ante la sociedad. Si bien todavía no existen recursos comunitarios y legales para asistir al hombre víctima o redes de apoyo familiar y social que le permitan romper con el círculo de la violencia, podemos observar con interés y optimismo, los movimientos que surgen día a día, a favor de los derechos del hombre víctima de violencia familiar. La comunidad científica y los medios de comunicación también se están interesando en este fenómeno y es seguro que pronto veremos resultados y acciones para su erradicación. Es de suma importancia, el interés de educadores, legisladores y autoridades para el respeto de los derechos de todos por igual y se imponga en la sociedad una cultura de paz y la solución armónica y constructiva de los conflictos familiares y sociales.

“En el corazón de todos los inviernos vive una primavera palpitante, y detrás de cada noche, viene una aurora sonriente.”

Khalil Gibrán

---

## Inscríbete ahora en nuestros cursos gratis

[Entrenamiento mental](#)  
[Pasos fáciles y efectivos para eliminar la timidez y la fobia social](#)  
[Cómo entrar al silencio y salir reconstruidas](#)  
[Cómo Superar la Torpeza y evitar errores a repetición](#)  
[La Ley de la Atracción](#)  
[Cómo lograr tus Objetivos](#)  
[Curso de Desarrollo del Talento](#)  
[Curso de autoayuda](#)  
[Basta de miedo a volar!](#)  
[Dejar de ser víctima](#)  
[Crea Abundancia en Tu Vida](#)  
[Ayuda a tus hijos a aprender](#)  
[Curso de Lectura del rostro y gestual](#)  
[Taller de Risoterapia](#)  
[Desarrollo de la Inteligencia](#)  
[Ecología Global](#)  
[Los sueños: Cómo realizar nuestros sueños](#)  
[Pasos para conseguir y conservar la pareja perfecta](#)  
[Curso Psicología transpersonal](#)  
[Curso de para Dejar de fumar](#)  
[Curso de Visualización Creativa](#)  
[Curso de Expresión de emociones](#)  
[¡Cambie su actitud!: Curso de expresión corporal y eutonía](#)  
[Curso de Superación Personal](#)

## Referencias:

Carozo, J. C... Clínicas Especializadas sobre Violencia Familiar. Universidad Alas Peruanas. Lima-Perú.  
Castello, J... Dependencia Emocional y Violencia Doméstica. Valenc  
Gordillo R y Ruiz-Caro, L... Conciliación en Asuntos de Familia. CPsP. Lima.  
Palacios, A. Ante el Abuso y el Maltrato siento dolor y angustia. Libro digital. Caracas, Lima  
Palacios, A. ... Señales de Alerta de la Violencia Familiar. Libro digital. Carcas, Lima  
Palacios, A... Cuando el Amor se convierte en adicción. Artículo. Caracas, Lima  
Unión Nacional de Hombres Libres. N.Y.  
Varios artículos, foros y entrevistas en la Web.