

## **MICROMACHISMOS: LA VIOLENCIA INVISIBLE EN LA PAREJA**

Luis Bonino Méndez

Resumen: En este artículo se ponen en evidencia los comportamientos "invisibles" de violencia y dominación, que casi todos los varones realizan cotidianamente en el ámbito de las relaciones de pareja. Dichos comportamientos, definidos como "micromachismos", son descritos, clasificados (coercitivos, encubiertos o de crisis) y analizados sus efectos sobre la autonomía y psiquismo de las mujeres. Para favorecer la igualdad de género, los varones deben reconocer y transformar estas actitudes, grabadas firmemente en el modelo masculino.

Palabras clave: violencia doméstica, micromachismo, varones, profeminismo

"Es preciso comprender cómo las grandes estrategias de poder se incrustan, hallan sus condiciones de ejercicio en microrrelaciones de poder... Designar estas microrrelaciones, denunciarlas, decir quién ha hecho qué, es una primera transformación del poder. Para que una cierta relación de fuerzas pueda no solo mantenerse, sino acentuarse, estabilizarse, extenderse, es necesario realizar maniobras..."

"Diálogos con M. Foucault" (1977), Rev. Ornicar; 10

"En muchos ámbitos, aún hoy, la dominación masculina esta bien asegurada para transitar sin justificación alguna: ella se contenta con ser, en el modo de la evidencia".

P. Bordieu (1990) "La dominación masculina". Actes de la recherche en sciences sociales. 84, Set., Francia

## **INTRODUCCIÓN**

Mujeres maltratadas, varones violentos: dos dramáticos aspectos de las asimétricas relaciones de género. En todo el mundo occidental, la violencia (masculina) hacia las mujeres se torna evidente y se deslegitima de forma creciente. Cada vez más, los dispositivos jurídicos y sanitarios ejercen acciones sobre las personas involucradas, y el campo de la salud mental no es ajeno a ello.

Sin embargo, la deslegitimación y los abordajes legales y terapéuticos se han realizado casi exclusivamente sobre las formas evidentes, máximas y trágicas de dicha violencia y sus efectos. Pero, si pensamos que la violencia de género es toda acción que coacciona, limita o restringe la libertad y dignidad de las mujeres, podemos comprobar que quedan ignoradas múltiples prácticas de violencia y dominación masculina en lo cotidiano, algunas consideradas normales, algunas invisibilizadas y otras legitimadas, y que por ello se ejecutan impunemente.

Desconocedores de ellas, muchas mujeres, profesionales de la salud y familiares (y a veces los varones, ya que muchas de ellas son no conscientes) no las perciben, o lo hacen acriticamente, con lo que contribuyen a perpetuarlas.

Mi propósito en estas líneas es poner en evidencia estas prácticas, a las que algunos autores llaman pequeñas tiranías, terrorismo íntimo o violencia "blanda" y yo, desde 1991, he denominado "micromachismos" (mM). Para ello, trataré de describirlas y visibilizarlas, tomando en este caso el ámbito de la pareja, y analizando además sus efectos en la mujer, el varón y su relación. Tomaré como base descriptiva a la pareja heterosexual de convivencia con hijos/as, lo que no significa que en las otras formas de pareja estas prácticas no existan.

Creo que es importante develar estos mecanismos como parte de la tarea de hacer un análisis crítico de las injusticias de la vida cotidiana. Si pensamos desde una óptica de igualdad entre los géneros, visibilizarlos es un primer paso para intentar su neutralización y posterior desactivación en las relaciones entre mujeres y varones, para contribuir a modificar los juegos

de dominio y permitir el desarrollo de relaciones más cooperativas, honestas e igualitarias en derechos y obligaciones. (Miller, 1996)

## PODER Y GÉNERO

Introducimos en la visibilización de estas prácticas supone tener claro previamente que en las relaciones de mujeres y varones no se juegan sólo diferencias sino sobre todo desigualdades, es decir situaciones de poder y estrategias de su ejercicio. Por eso, antes de abordar los mM y para entender más su ejecución, voy a apuntar algunas ideas que hacen a la comprensión del tema del poder entre los géneros, y que están sustentadas en pensamientos de Foucault y los estudios feministas aplicados a las familias y a las parejas.

El poder no es una categoría abstracta; el poder es algo que se ejerce, que se visualiza en las interacciones (donde sus integrantes lo despliegan). Este ejercicio tiene un doble efecto: opresivo, pero también configurador en tanto provoca recortes de la realidad que definen existencias (espacios, subjetividades, modos de relación, etcétera).

La palabra "poder" tiene dos acepciones popularmente utilizadas: una es la capacidad de hacer, el poder personal de existir, decidir y autoafirmarse. Es el poder autoafirmativo. Este poder requiere para su ejercicio una legitimidad social que lo autorice (y esta legitimidad sólo la han obtenido hasta hace muy poco los varones). La otra acepción: la capacidad y la posibilidad de control y dominio sobre la vida o los hechos de los otros, básicamente para lograr obediencia y lo de ella derivada. Es el poder de dominio. Requiere la tenencia de recursos (bienes, poderes o afectos) que aquella persona que quiera controlarse no tenga y valore, y de medios para sancionarla y premiarla. En este segundo tipo de poder, que es el de quien ejerce la autoridad, se usa la tenencia de los recursos para obligar a interacciones no recíprocas, y el control puede ejercerse sobre cualquier aspecto de la autonomía de la persona a la que se busca subordinar (pensamiento, sexualidad, economía, capacidad decisoria, etcétera).

La desigual distribución del ejercicio del poder de dominio conduce a la asimetría relacional. La posición de género (femenino o masculino) es uno de los ejes cruciales por donde discurren estas desigualdades de poder, y la familia/pareja, uno de los ámbitos en que se manifiesta. Esto es así porque nuestra cultura patriarcal ha legitimado la creencia de que el masculino es el único género con derecho al poder autoafirmativo: ser varón supone tener el derecho a ser individuo pleno con todos sus derechos (y derecho a ejercerlos). La cultura androcéntrica niega ese derecho a las mujeres. Así los varones quedan ubicados como superiores, y por creerse superiores, es que sienten que tienen derecho a tomar decisiones o a expresar exigencias a las que las mujeres deben sentirse obligadas. Es decir, ejercer poder de control y dominio sobre ellas quienes quedan en lugar subordinado. La ecuación "protección a cambio de obediencia", clave del contrato de pareja tradicional refleja un importante aspecto de esta situación y demuestra la concepción del dominio masculino en la pareja. A esto se agrega además la creencia que el espacio doméstico y de cuidado de las personas es patrimonio femenino, reservándose el varón el espacio público al cual se define como superior.

Este poder de dominio masculino, arraigado como idea y como práctica en nuestra cultura se mantiene y se perpetúa, entre otras razones por:

- La división sexual del trabajo, que aún adjudica a la mujer el espacio doméstico,
- Su naturalización y su inscripción axiomática en las mentes de mujeres y varones.
- La falta de recursos de las mujeres y la deslegitimación social de su derecho a ejercer el poder autoafirmativo.

- El uso por los varones del poder de macrodefinición de la realidad y del poder de microdefinición, que es la capacidad y habilidad de orientar el tipo y el contenido de las interacciones cotidianas en términos de los propios intereses, creencias y percepciones. Poder llamado también de puntuación que se sostiene en la idea del varón como autoridad que define que es lo correcto (Saltzman, 1989).
- La explotación de las femeninas capacidades de cuidado y de ayudar a crecer a seres humanos (el llamado "poder del amor" - Jonnasdotir, 1993) en las que nuestra cultura hace expertas a las mujeres.

Suele decirse que también todas las mujeres en su modo de ser tradicional también ejercen poder, sobre todo los llamados "poderes ocultos": el poder de los afectos y el cuidado erótico y maternal? Pero, ¿son éstos reales poderes de dominio? No, simplemente pseudopoderes: esfuerzos de influencia sobre el poder masculino y poder gerencial sobre lo delegado por la cultura patriarcal que le impone la reclusión en el mundo privado. Lo paradójico es que en este mundo se le alza a la mujer un altar engañoso y se le otorga el título de reina, título paradójico ya que no puede ejercerlo en lo característico del dominio y la autoridad (la capacidad de decidir por los bienes y personas y sobre ellos), quedando sólo con la posibilidad de intendencia y administración de lo ajeno.

Este tipo de pseudopoder es característico de los grupos subordinados, centrados en 'manejar' a sus superiores. Como en ellos, la mayoría de las mujeres se hacen expertas en leer las necesidades y en satisfacer los requerimientos del varón, logrando ser valorada por su eficiencia y exigiendo algunas ventajas a cambio. Sus necesidades y reclamos no pueden expresarse directamente, y por ello se hacen por vías 'ocultas', básicamente las quejas y reproches (a los que los varones rápidamente se hacen inmunes). Por supuesto que algunas mujeres también tienen poder, pero esto es aún historia reciente y minoritaria.

Las situaciones de poder y desigualdad suelen ser invisibilizadas en las relaciones de pareja, llevando a la creencia de que en ellas se desarrollan prácticas recíprocamente igualitarias y ocultando la mediatización social que adjudica a los varones, por el hecho de serlo, un plus de poder del que carecen las mujeres.

Si bien no todas las personas se adscriben del mismo modo a su posición de género (hay mujeres y varones dominantes, sometidos o igualitarios), y aunque el discurso de la superioridad masculina está en entredicho en casi todo Occidente, el poder del modelo tradicional de la "superioridad" masculina como configurador de hábitos y comportamientos masculinos sigue siendo enorme. Los mM son uno de esos comportamientos, quizás los más frecuentes con los que los varones expresan y defienden su supuesta superioridad y su derecho a ejercer dominio sobre las mujeres.

A pesar de los cambios las creencias ancestrales aún oscurecen las injusticias, aplauden las conductas masculinas y censuran a la mujer que asume otras competencias. Por ello la tarea a realizar en pos de la igualdad es aún de gran envergadura. En estas líneas elijo una tarea de las muchas posibles: poner en evidencia a los varones, decir qué de su poder de dominio se juega en lo cotidiano. Los varones siguen ejerciendo dominio y es importante conocer sus modos para contribuir a la transformación de las relaciones.

## **LOS MICROMACHISMOS**

Como expresé anteriormente, los mM son prácticas de dominación y violencia masculina en la vida cotidiana, del orden de lo "micro", al decir de Foucault, de lo capilar, lo casi imperceptible, lo que está en los límites de la evidencia. El prefijo "micro" del neologismo con el que nombro a estas prácticas alude a esto.

Decidí también incluir "machismo" en el término acuñado porque, a pesar de ser una palabra de significado ambiguo (en tanto designa tanto la ideología de la dominación masculina

como los comportamientos exagerados de dicha posición), alude en el lenguaje popular, a una connotación negativa de los comportamientos de inferiorización hacia la mujer, que era lo que quería destacar en el término.

Los mM comprenden un amplio abanico de maniobras interpersonales que impregnan los comportamientos masculinos en lo cotidiano. En la pareja, que será el ámbito del que me ocuparé, se manifiestan como formas de presión de baja intensidad más o menos sutil, con las que los varones intentan, en todos o en algunos ámbitos de la relación (y como en todas las violencias de género):

- imponer y mantener el dominio y su supuesta superioridad sobre la mujer, objeto de la maniobra;
- reafirmar o recuperar dicho dominio ante la mujer que se "rebela" de "su" lugar en el vínculo;
- resistirse al aumento de poder personal o interpersonal de la mujer con la que se vincula, o aprovecharse de dichos poderes;
- aprovecharse del "trabajo cuidador" de la mujer.

Es decir, los mM son microabusos y microviolencias que procuran que el varón mantenga su propia posición de género creando una red que sutilmente atrapa a la mujer, atentando contra su autonomía personal si ella no las descubre (a veces pueden pasar años sin que lo haga), y sabe contramanipular eficazmente. Están la base y son el caldo de cultivo de las demás formas de la violencia de género (maltrato psicológico, emocional, físico, sexual y económico) y son las "armas" masculinas más utilizadas con las que se intenta imponer sin consensuar el propio punto de vista o razón. Comienzan a utilizarse desde el principio de la relación y van moldeando lentamente la libertad femenina posible. Su objetivo es anular a la mujer como sujeto, forzándola a una mayor disponibilidad e imponiéndole una identidad "al servicio del varón", con modos que se alejan mucho de la violencia tradicional, pero que tienen a la larga sus mismos objetivos y efectos: perpetuar la distribución injusta para las mujeres de los derechos y oportunidades.

Los varones son expertos en estas maniobras por efecto de su socialización de género que les inculca la creencia en la superioridad y disponibilidad sobre la mujer. Ellos tienen, para utilizarlas validamente, un aliado poderoso: el orden social, que otorga al varón, por serlo, el "monopolio de la razón" y, derivado de ello, un poder moral por el que se crea un contexto inquisitorio en el que la mujer está en principio en falta o como acusada: "exageras" y "estas loca" son dos expresiones que reflejan claramente esta situación (Serra, 1993). Aun los varones mejor intencionados y con la autopercepción de ser poco dominantes los realizan, porque están fuertemente inscritos en su programa de hábitos de actuación con las mujeres.

Algunos mM son conscientes y otros se realizan con la "inocencia" del hábito inconsciente. Con ellos los varones no solo intentan instalarse en una situación favorable de poder, sino que internamente buscan la reafirmación de su identidad masculina -asentada fuertemente en la creencia de superioridad y en la necesidad de control- y satisfacer deseos de dominio y de ser objeto de atención exclusivo de la mujer. Además, mantener bajo dominio a la mujer permite también mantener controlados diversos sentimientos que la mujer provoca, tales como temor, envidia, agresión o dependencia. (Bonino, 1990). Dos mecanismos psicológicos favorecen el sostenimiento de estas prácticas como de otras que conducen al racismo, la xenofobia o la homofobia: uno, la objetificación (la creencia de que solo algunos varones -blancos- heterosexuales tienen status de persona permite percibir, en este caso, a las mujeres como "menos" persona, negándoles reconocimiento y justificando el propio accionar abusivo -Britann, 1989), y otro, la identificación proyectiva (la inoculación psicológica de actitudes, invadiendo el espacio mental ajeno). Si bien estos aspectos no serán desarrollados en este trabajo, no pueden ignorarse a la hora de trabajar en la desactivación de estas maniobras.

Puntualmente, los mM pueden no parecer muy dañinos, incluso pueden resultar normales o intrascendentes en las interacciones, pero su poder, devastador a veces, se ejerce por la reiteración a través del tiempo, y puede detectarse por la acumulación de poderes de los varones de la familia a lo largo de los años. Un poder importante en este sentido es el de crearse y disponer de tiempo libre a costa de la sobreutilización del tiempo de la mujer. Por ello, suelen producir, sobre todo en las relaciones de larga duración, diversos efectos de malestar psicofísico que frecuentemente son motivo de consulta a los dispositivos de Salud, y que al invisibilizarse su producción intersubjetiva suelen atribuirse a "ciertas" características femeninas. Más adelante nos referiremos a esos efectos. Su ejecución brinda "ventajas", algunas a corto y otras a largo plazo para los varones, pero ejercen efectos dañinos en las mujeres, las relaciones familiares y ellos mismos, en tanto quedan atrapados en modos de relación que convierten a la mujer en adversaria, impiden el vínculo con una compañera y no aseguran el afecto (ya que el dominio y el control exitoso solo garantizan obediencia y generan resentimientos).

Antes de seguir adelante, y teniendo en cuenta que quien escribe estas líneas es un varón, quisiera detenerme para realizar una reflexión: Para las mujeres, pensar estas cuestiones y reconocer estas prácticas que atañen a los modos en que los varones las colocan en lugares subordinados, puede ser fácil, iluminador y enriquecedor. No tanto para los varones, ya que hacerlo pone al descubierto las ventajas masculinas en relación con las mujeres y obligan por ello al consiguiente dilema ético de como posicionarse frente a esta injusta situación. Sería más fácil hablar de la violencia y dominaciones de los "otros" varones, los que realizan las violencias muy visibles, pero hablar de los mM, que son parte habitual de (nuestro) comportamiento masculino es más difícil pues ello supone reconocer también en nosotros (varones) los hábitos de dominación y tener que decidir qué hacer con ello. Y también difícil intentar como varón estar atento a visibilizar los mM y a exponerlos públicamente, ya que supone mostrar las trampas masculinas y, arriesgarse a ser tomado por el "club" varonil como un "traidor" que critica y muestra las "armas secretas" que usamos habitualmente con las mujeres. Difícil además porque supone cuestionar nuestra identidad, fuertemente asociada a la creencia de tener poder sobre las mujeres. Pero, si uno se posiciona contra la violencia de género y a favor de la igualdad debe aceptar la dificultad y enfrentar el desafío de realizar una autocrítica de la propia posición y prácticas de dominio, y no solo apoyar a las mujeres desde un paternalismo que se pone por fuera del problema, ni trabajar sólo para transformar a los otros varones como si uno pudiera estuviera exento de los hábitos patriarcales.

Ahora sí sigamos con los mM. Como decía anteriormente, los varones infiltran de estas maniobras la vida cotidiana. Los mM son innumerables, a veces son considerados comportamientos normales y se realizan en combinaciones complejas. Sin embargo, una vez alertados sobre su existencia y atentos a los comportamientos masculinos se pueden ir descubriendo diferentes agrupaciones de mM con características particulares que pueden ser descritas y evidenciadas con mayor precisión. Esto ha sido uno de mis intereses en estos últimos años. Así, desde la práctica clínica, la observación de la vida cotidiana con la lente de la igualdad de género, y la bibliografía he ido construyendo una clasificación en tres categorías para permitir aprehenderlos mejor. Dichas categorías son: los mM coercitivos (o directos), los encubiertos (de control oculto o indirecto) y los de crisis. Cada una de ellas comprende un repertorio de maniobras, a las que he ido designando y definiendo, en el intento siempre difícil de su visibilización. Quizás estas descripciones animen al lector a ir develando otras, de las cuales impensadamente (o no) es sujeto u objeto. Vayamos ahora sí, a descubrir los mM.

### **MICROMACHISMOS COERCITIVOS**

En estos mM, el varón usa la fuerza (moral, psíquica, económica o de la propia personalidad), para intentar doblegar a la mujer, limitar su libertad y expoliar el pensamiento, el tiempo o el espacio, y restringir su capacidad de decisión. La hacen sentir sin la razón de su parte y

ejercen su acción porque provocan un acrecentado sentimiento de derrota cuando comprueba la pérdida, ineficacia o falta de fuerza y capacidad para defender las propias decisiones o razones. Todo ello suele promover inhibición, desconfianza en si misma y disminución de la autoestima, lo que genera más desbalance de poder.

En la siguiente enumeración, como en la de las otras categorías que realizaré más adelante, procuraré nombrar, en un desordenado orden, algunas de los mM y sus características que he podido comprobar con más frecuencia.

### **Intimidación**

Este es un mM que está en el límite entre la violencia psicológica y los mM propiamente dichos. Maniobra atemorizante que se ejerce cuando el varón ya tiene fama (real o fantaseada) de abusivo o agresivo. Da indicios de que si no se le obedece, 'algo' podrá pasar. Implica un arte en el que la mirada, el tono de voz, la postura y cualquier otro indicador verbal o gestual pueden servir para atemorizar. Para hacerla creíble, es necesario, cada tanto, ejercer alguna muestra de poder abusivo físico, sexual o económico, para recordarle a la mujer que le puede pasar si no se somete. A largo plazo se crea generalmente una situación en la que el varón logra no ser molestado en lo que a él no le gusta, y no estar disponible para nadie, salvo para sí mismo.

### **Control del dinero**

Gran cantidad de maniobras son utilizadas por el varón para monopolizar el uso o las decisiones sobre el dinero, limitándole su acceso a la mujer. Basado este mM en la creencia que el dinero es patrimonio masculino, sus modos de presentación son muy variados: no información sobre usos del dinero común, control de gastos y exigencia de detalles, retención - lo que obliga a la mujer a pedir- (Coria, 1992), etc. Se incluye también en este apartado la negación del valor económico que supone el trabajo doméstico y la crianza y el cuidado de los niños.

### **No participación en lo doméstico**

Basada en la creencia que lo doméstico es femenino y lo público masculino, por este grupo de maniobra se impone a la mujer hacerse cargo del cuidado de algo común: el hogar y las personas que en ella habitan. Es una práctica de sobrecarga por omisión, que el varón justifica apelando a su rol de "proveedor" al que no se puede agobiar más de lo que soporta en su trabajo (es paradójico que esta justificación la realizan aun varones que no son los principales proveedores de o económico, con lo que imponen la "doble jornada" a la mujer que trabaja)

### **Uso expansivo-abusivo del espacio físico y del tiempo para sí**

Este grupo de mM se apoyan en la idea de que el espacio y el tiempo son posesión masculina, y que por tanto la mujer tiene poco derecho a ellos. Por tanto su apoderamiento es natural y no se piensa en la negociación de espacios y ni de tareas comunes que llevan tiempo. Así, en cuanto al espacio en el ámbito hogareño, el varón invade con su ropa toda la casa, utiliza para su siesta el sillón del salón impidiendo el uso de ese espacio común, monopoliza el televisor u ocupa con las piernas todo el espacio inferior de la mesa cuando se sientan alrededor de ella, entre otras maniobras (Guillaumin, 1992). Y en cuanto al tiempo: el varón crea tiempo de descanso o diversión a costa de la sobrecarga laboral de la mujer (por ejemplo utilizar el fin de semana para "sus" aficiones, o postergar su llegada a casa luego del trabajo), evita donar tiempo para otros, o define como "impostergables" ciertas actividades que en realidad no lo son y que lo alejan del hogar. Como decía previamente, esto tiene como efecto que, en promedio los varones tengan más tiempo libre que las mujeres (y a costa de ellas).

### **Insistencia abusiva**

Conocido popularmente como "ganar por cansancio", este mM consiste en obtener lo que se quiere por insistencia inagotable, con agotamiento de la mujer que se cansa de mantener su propia opinión, y al final acepta lo impuesto a cambio de un poco de paz.

### **Imposición de intimidad**

Este mM consiste en una acción unidireccional de acercamiento cuando el varón desea, es una práctica coactiva en cuanto el varón no se molesta en negociar movimientos hacia la intimidad. Muy típico ejemplo de esto es la seducción forzada cuando él quiere sexo.

### **Apelación a la "superioridad" de la "lógica" varonil**

En este grupo se recurre a la "razón" (varonil) para imponer ideas, conductas o elecciones desfavorables a la mujer. Utilizada por varones que suponen que tienen la "única" razón o que la suya es la mejor. No tienen en cuenta los sentimientos ni las alternativas y suponen que exponer su argumento les da derecho a salirse con la suya. No se cesa de utilizar hasta que la mujer dé lógicas razones (las del varón, por supuesto), y obligan a que ella tenga muy en claro su propia posición si no quiere someterse. Provoca intenso agobio. Ejemplo frecuente donde este mM se manifiesta es en el momento de decidir la elección del lugar de vacaciones, si a la mujer no le gusta el lugar elegido por el varón de la pareja. Es muy eficaz con mujeres que tienen un modo perceptivo o intuitivo de abordaje de la realidad. Una maniobra especial en este grupo es la monopolización de la definición de la "seriedad" o no de los temas de discusión por parte del varón: ¡yo no hablo de tonterías!, es una frase que la sintetiza.

### **Toma o abandono repentinos del mando de la situación**

Estas son maniobras o menos sorprendidas de decidir sin consultar, anular o no tener en cuenta las decisiones de la mujer, basados en la creencia del varón de que él es el único que tiene poder de decisión. Ejemplo prototípico de esta maniobra es la monopolización del zapping con el mando a distancia del televisor. El cortocircuito es un tipo especial de maniobra de este grupo: consiste en tomar decisiones sin contar con la mujer en situaciones que la involucran, y en las que es difícil negarse, por ejemplo: invitaciones a último momento de personas importantes: jefes. parientes, etcétera (Piaget, 1993).

## **MICROMACHISMOS ENCUBIERTOS**

Estos mM son los que atentan de modo más eficaz contra la simetría relacional y la autonomía femenina, por su índole insidiosa y sutil que los torna especialmente invisibles en cuanto a su intencionalidad. En ellos, el varón oculta (y a veces se oculta) su objetivo de dominio y forzamiento de disponibilidad de la mujer. En algunas de estas maniobras esos objetivos son tan encubiertos y su ejercicio es tan sutil que pasan especialmente desapercibidas, razón por la que son muy efectivas. Utilizan, no la fuerza como los mM coercitivos, sino el afecto y la inducción de actitudes para disminuir el pensamiento y la acción eficaz de la mujer, llevándola a hacer lo que no quiere y conduciéndola en la dirección elegida por el varón. Aprovechan su confiabilidad afectiva y provocan en ella sentimientos de desvalimiento o impotencia, acompañadas de confusión, zozobra, culpa, dudas de sí, (al no haber coerción evidente) que favorecen el descenso de la autoestima y la autocrédibilidad. Por no ser evidentes, no se perciben en el momento, pero se sienten sus efectos coaccionantes, por lo que conducen habitualmente a una reacción retardada (y "exagerada" dicen los varones) por parte de la mujer, con mal humor, frialdad y estallido de rabia "sin motivo". Muchos de ellos son considerados comportamientos masculinos "normales" y son muy efectivos para que el varón acreciente su poder de llevar adelante "sus" razones y sus deseos, y son especialmente devastadores con las mujeres muy dependientes de la aprobación masculina. En general se utilizan en una sutil y compleja mezcla. De ellos he podido detectar hasta ahora los siguientes

grupos que he discriminado a los fines descriptivos, pero que en general se ejecutan en una compleja y astuta mezcla:

### **Abuso de la capacidad femenina de cuidado**

Este es el grupo de mM probablemente más avalado y silenciado por la cultura. Por ellos el varón utiliza y explota la capacidad de las mujeres de cuidado hacia otras personas. Esta capacidad está muy desarrollada en ellas por efectos de su socialización que las impele a "ser para otros". Alentadas por la cultura patriarcal, estas maniobras fuerzan disponibilidad incondicional a través de la imposición de diferentes roles de servicio: madre, esposa, asistente, secretaria, gestora, etc. Las obligan a un sobreesfuerzo físico y emocional que les resta autonomía vital. Con ellas, los varones aprovechan abusivamente los beneficios del cuidado femenino ya que la imposición de disponibilidad femenina hacia el varón, acrecienta la calidad de vida de él a expensas de la mujer, sin que éste habitualmente lo reconozca. Sin embargo, las estadísticas corroboran que los varones incrementan su salud psicofísica durante el matrimonio, y las mujeres la empeoran. Y ellos disponen de más tiempo de ocio. Algunas mujeres, conocedoras de este grupo de mM lo llaman "vampirismo", es decir un comportamiento de extracción y vaciamiento de energía vital que el varón aprovecha para sí. Entre estos mM tenemos:

- Maternalización de la mujer. La inducción a que la mujer sea como una madre tradicional: cuidadosa y comprensiva, es una práctica que impregna el comportamiento masculino. De las múltiples caras de esta maniobra, algunas son: pedir, fomentar o crear condiciones para que la mujer priorice sus conductas de cuidado incondicional (sobre todo hacia el mismo varón) promoviendo que ella no tenga en cuenta su propio desarrollo laboral, acoplarse al deseo de ella de un hijo prometiendo ser un "buen padre" y desentenderse luego del cuidado de la criatura, manipularla para que sea el "complemento" del varón o el "reposo del guerrero, etc.
- Delegación del trabajo de cuidado de los vínculos y las personas. Maniobras basadas en la creencia que lo doméstico y el cultivo de la conexión son patrimonio de la mujer. Se impone aquí de diversos modos que la mujer crea que es la encargada de cuidar la vitalidad de la pareja, el desarrollo de la cría y de los vínculos con ellos/as, con la familia de él e incluso con sus amigos. La imposición del cuidado de los suegros y suegras de la mujer es un mM muy frecuente y una de las más comunes fuentes de desgaste emocional femenino en el ámbito mediterráneo y latino en sectores populares. Limitan la autonomía de la mujer en tanto el varón no se hace cargo de este enorme trabajo que no se puede dejar de hacer: sin el cuidado de las personas y los vínculos el deterioro personal y vincular es la regla.
- Requerimientos abusivos solapados: son pedidos sin pedir explícitamente, "mudos", que apelan a activar automáticamente los aspectos "cuidadores" del rol femenino tradicional y hacer que la mujer cumpla ese pedido sin percatarse que lo está haciendo por coacción. Ejemplos comunes de estos requerimientos son los comportamientos de "niño tirano" que utilizan los varones cuando enferman, la exigencia no verbal de ocuparse de la familia de él, sus amigos, y los animales que usualmente él promueve que los hijos tengan en casa, o los "antojos" masculinos (exigencias con las comidas, horarios y silencios). También corresponde a este grupo el victimismo por ser el "proveedor", por el que requiere silenciosamente que no le pidan nada, porque su rol lo agobia y "ya hace bastante". Un mM muy frecuente en las parejas donde el varón tiene hijos/as de una primera pareja, es que él requiera silenciosa y abusivamente que ella se haga cargo de la crianza y atención de dichos hijos/as.



### **Creación de falta de intimidad**

Suele decirse que los varones tienen dificultades para la intimidad. Esto es cierto, pero también es cierto que la evitación de la intimidad es un recurso de dominación que ellos utilizan

cotidianamente. Así lo muestran los mM de este grupo, que son maniobras activas de alejamiento, que impiden la conexión y evitan el riesgo de perder poder y quedar a merced de la mujer, más experta habitualmente en el manejo de las relaciones de cercanía (Weingarten, 1991). Intentan controlar las reglas del diálogo a través de la distancia y están sostenidas en la creencia varonil de su derecho a apartarse sin negociar y a disponer de sí sin limitaciones (sin permitir ese derecho a la mujer). Con ellas el varón logra que la mujer se acomode a sus deseos: cuánta intimidad tener, cuánta tarea doméstica realizar, cuándo estar disponible y qué merece compartirse. Así, predomina el deseo masculino de ocuparse sobre todo de sí mismo, y quedan coartados los deseos femeninos de relación. Estas maniobras transmiten el mensaje que para el varón lo importante es él, y el vínculo y la conexión son secundarios. Aquí podemos considerar diferentes grupos:

- **Silencio.** La renuencia a hablar o hablar de sí es una actitud habitual en los varones desde tiempo inmemorial y que recientemente se vuelve problemática al ponerse en entredicho la autoridad masculina y las mujeres exigir conexión... Independientemente de las razones internas que llevan al varón a estar silencioso (de hecho muchas veces el silencio es debido a una sensación de impotencia), esta actitud es una maniobra de dominación en tanto implica la imposición de silencio a la relación con la mujer. Permanecer en silencio no es sólo no poder hablar, sino no sentirse obligado a hablar ni a dar explicaciones (recurso que solo pueden permitirse quienes tienen poder) y por tanto imponer el no diálogo y el enmascaramiento. Se controlan así las reglas del juego de modo opuesto a la apertura, confianza y desenmascaramiento y se tiene así una autoridad silenciosa. Y además, se monopoliza un recurso que se niega a los demás: información sobre sí (pensamientos, emociones) no aceptando que la mujer haga lo mismo y forzándola a tener que adivinar lo que a él le pasa y a girar a su alrededor para captar cuándo estará accesible. La insistencia de la mujer muchas veces es vivida por el varón como una persecución que él niega haber originado. Por todo esto el silencio es un mM. Algunas de sus formas de presentación son: encerrarse en sí mismo, no contestar, contestar con monosílabos, no preguntar, no escuchar, hablar por hablar sin comprometerse, etcétera (Durrant y White, 1990; Wieck 1987; Sabo 1995). Algunas veces, esta maniobra suele dar al varón cierto aire de misteriosidad, que es muy seductor para muchas mujeres. Es frecuente que este mM se acompañe de la frase "no sé expresarme" (aunque la realidad muestra que no tiene deseos de aprender a hacerlo). Esta frase, tan común a muchos varones como justificante de la falta de diálogo es un buen ejemplo de la maniobra de encubrimiento que el silencio supone: lo encubierto es el deseo de evitar decir cosas que se piensan (por ejemplo: para qué cambiar si yo estoy bien), o tener que reconocer que no se tienen argumentos para oponerse a cambios solicitados o que punto de vista de ella puede ser válido, o que no sabe cómo hacer para ganar la partida.
- **Aislamiento y puesta de límites.** Estas son maniobras de puesta de distancia e imposición de no acercamiento que suelen utilizarse cuando la mujer quiere intimidad, respuestas o conexión y no se inhibe con el silencio. Como el silencio, estos mM imponen las reglas de vinculación. El aislamiento puede ser físico, encerrándose en algún espacio de la casa o en alguna actividad, o mental, encerrándose en sus pensamientos. Si este falla, la puesta de límites a veces con enojo ante cualquier pedido de información o de conexión puede ser útil. Si esto también falla, el enunciado de frases defensivas acompañadas de ira explosiva, tiene un eficaz efecto paralizante de la "invasión" femenina. Las frases generalmente están centradas en el comentario de sentirse invadido y acusado, y permiten evitar el posicionarse sobre la validez del reclamo de intimidad. Algunas de estas frases son:

idéjame en paz!, iestoy ocupado!, ino me vengas con problemas!, ino me presiones!, inunca estás conforme!, ino me organices!, ilo hago a mi modo!, iestoy todo el día trabajando y quiero paz! Muchas de estas expresiones suelen finalizarse con un ime tienes harto! La secuencia: aislamiento-frases con ira-más aislamiento, suele ser muy frecuente.

- Avaricia de reconocimiento y disponibilidad. Estas son maniobras múltiples de retaceo de reconocimiento hacia la mujer como persona y de sus necesidades, valores, aportes y derechos. Se retacea también el apoyo y el cuidado (además de imponerle el rol de cuidadora). Conducen al hambre de afecto (el que, en mujeres dependientes, aumenta su dependencia). Provocan además la sobrevaloración de lo poco que brinda el varón -ya que lo escaso suele vivirse como valioso- (Benard y Schiaffer, 1990). Una frase ejemplificadora de este mM es: Si sabes que te quiero (o que aprecio lo que haces), ¿para qué precisas que te lo diga?
- Inclusión invasiva de terceros (amigos, reuniones y actividades) Con esta maniobra se limita al mínimo o se hace dejar de existir los espacios de intimidad. A veces está acompañada de la acusación a la mujer de ser "poco sociable".

### **Seudointimidad**

En este grupo de mM el varón dialoga, pero manipulando el diálogo, de modo de favorecer el control y el ocultamiento, dejando a la mujer con menos poder al retacearle sinceridad.

- Comunicación defensiva-ofensiva. El objetivo de la comunicación no es aquí la apertura sino que se habla para imponer y convencer. Existen defensas y ataques para imponer las propias razones, y no apertura ni negociación.
- Engaños y mentiras. Aquí el varón oculta u omite información para desfigurar la realidad y seguir aprovechando ventajas que si fuera sincero perdería. Oculta lo que no conviene que la mujer sepa, para no ser perjudicado en lo que no quiere perder, fundamentalmente poder de decisión. Entre los engaños más frecuentes se encuentran: incumplir promesas, adular, negar lo evidente, negar descubrimientos femeninos de infidelidades, etc. Y entre las mentiras: aquellas centradas en el uso del dinero, el tiempo realmente ocupado, el no reconocer errores sabiendo que se cometieron, el ofrecer aquello que no se está dispuesto a dar (sobre todo comprensión y colaboración). Dan poder al varón en tanto impiden un acceso igualitario a la información.

### **Desautorización**

Estas maniobras están basadas en la creencia que el varón tiene el monopolio de la razón, lo correcto y el derecho a juzgar las actitudes ajenas desde un lugar superior. Presuponen el derecho a menospreciar. Conducen a inferiorizar a la mujer a través de un sinnúmero de desvalorizaciones, que en general son consonantes con las desvalorizaciones que la cultura patriarcal realiza, y que hacen mella en la autoestima femenina. Un gesto desautorizaste y despreciativo muy utilizado para acompañar este tipo de mM es 'la cara de perro', que difícilmente es aceptado como propio por el varón. Entre las desautorizaciones tenemos diferentes subgrupos:

- Descalificaciones. Suponen el derecho a valorar negativamente las actitudes de la mujer, denigrándola y no dándole el derecho a ser valorada y apreciada a menos que obedezca las "razones" del varón y haga lo que según él es "correcto". Para ello sirven todo tipo de expresiones y etiquetaciones descalificadoras. Algunos ejemplos de estos mM son: la ridiculización, el restar importancia y quitar seriedad a las opiniones femeninas, redefinir como negativos cambios positivos o cualidades de la mujer y desvalorizar cualquier transgresión al rol femenino tradicional. Muchas veces, la descalificación apunta

directamente a la inteligencia: ¡no tienes ni idea!, ¡no sabes razonar!, o a la capacidad de percepción: ¡tu exageras! o peor aún ¡tu estas loca!

- Negación de lo positivo. No se reconoce a la mujer sus cualidades ni los aportes positivos que hace al vínculo y a la vida cotidiana, especialmente el valor del trabajo doméstico.
- Colusión con terceros. Aquí, el varón intenta establecer alianzas con las personas con los que la mujer tiene vínculos afectivos (parientes, amistades) a través del relato de historias sesgadas, secreteos, etc., con el objetivo de desautorizarla y dejarla sola y a su merced. (Bograd, 1991).
- Terrorismo misógino. Se trata aquí de comentarios descalificadores repentinos y sorprendidos, tipo "bomba", realizados generalmente en el ámbito público, que dejan indefensa a la mujer por su carácter abrupto. Producen confusión, desorientación y parálisis. Utilizan la ridiculización, la sospecha, la agresión y la culpabilidad. Así tenemos por ejemplo: realizar en contextos no pertinentes comentarios recordatorios de las "tareas femeninas" no realizadas, los sorprendidos comentarios descalificadores del éxito femenino, o resaltar las cualidades de mujer-objeto cuando ella se muestra como mujer-persona (Coria, 1992).
- Autoalabanzas y autoadjudicaciones. En estas maniobras, se desautoriza a la mujer a través de la hipervaloración que hace el varón de sus propias cualidades o aportes, así como autoadjudicándose espacios, objetos o tiempos que se niegan al mujer. Pertenecen a este grupo la actitud de no dejarse enseñar por la mujer (sobre todo las tareas domésticas) porque, según dice el varón: ¡ya lo sé! o ¡tu no sabes enseñar!, la exclusión de la mujer de alguna actividad diciéndole ¡deja, yo lo hago mejor!, la autoadjudicación del coche más grande de los existentes en casa porque ¡tu no lo cuidas y es muy complicado para ti!, etc.

### **Paternalismo**

En este tipo de maniobra se enmascara la posesividad y a veces el autoritarismo del varón, haciendo "por" y no "con" la mujer e intentando aniñarla. Se detecta sobre todo cuando ella se opone al aniñamiento, y él no puede tolerar que ella sea autónoma y no controlarla.

### **Manipulación emocional**

Tenemos aquí a un grupo de mM donde el varón utiliza el afecto no para el intercambio emocional sino como instrumento para lograr el control de la relación. Se emiten mensajes que se aprovechan de la confianza y la afectividad de la mujer para promover en ella dudas sobre sí misma y sentimientos negativos, generando inseguridad y dependencia. Se usan para ello dobles mensajes, insinuaciones, acusaciones veladas, etcétera. De entre su amplia variedad podemos destacar:

- Culpabilización-Inocentización. Este mM presenta dos caras. Por una, se hace sentir a la mujer en falta de los modos más variados, generalmente apelando a su "no saber hacer", o a no desempeñar "correctamente" su rol de esposa o madre. Basada en que la creencia que lo que la mujer "debe hacer" está definido por el varón y que ella es culpable (desde Eva) por naturaleza. Por la otra cara de esta maniobra, el varón nunca se siente responsable de nada, es decir, es inocente en cuanto a la producción de disfunciones en lo cotidiano. De entre sus infinitos ejemplos podemos nombrar: culpar a la mujer de cualquier disfunción familiar (con la consiguiente inocentización del varón), culparla del placer que la mujer siente con otras personas o situaciones donde él no esté (asentada en la creencia de que la mujer sólo puede disfrutar con su compañero afectivo) culparla de lo que a él le pasa, e incluso culpabilizarla de la irritación que a ella siente cuando él se abusa, etc.

- Dobles mensajes afectivos: En este tipo de maniobras el varón emite mensajes de afecto con un fin manipulativo oculto y que dejan a la mujer sin posibilidad de reacción: si los acepta, es manipulada, si no los acepta es culpabilizada por no ser afectuosa. Tenemos aquí a la seducción manipulativa (acercamiento interesado para lograr otros fines diferentes al afecto) y la elección forzosa (maniobra del tipo de "Si no haces esto por mi es que no me quieres").
- Enfurruñamiento: Acusación culposa no verbal frente a acciones que no le gustan al varón, pero a las cuales no se puede oponer con argumentos "rationales" Ejemplo típico de esta maniobra es la frase: "A mi no me importa que salgas sola", dicho con cara de enfado, cuando la mujer decide realizar una actividad personal sin él, y que la hace sentirse abandonante y culpable.

### **Autoindulgencia y autojustificación**

En estas maniobras el varón se autojustifica o es muy indulgente consigo mismo frente a la no realización de tareas o actividades que hacen al cultivo de un vínculo igualitario. Procuran bloquear la respuesta de la mujer ante acciones e inacciones del varón que la desfavorecen puesto que al no hacerlas él, la obligan a hacerlas a ella (fundamentalmente cuidado de las personas y de lo doméstico) Hacen callar apelando a "otras razones", y eludiendo la responsabilidad por lo que se hace o deja de hacer. Eluden dejar claro algo que en general el varón piensa: "esas no son mis responsabilidades, lo que hago ya es bastante. Entre ellas podemos nombrar:

- Hacerse el tonto. En este mM el varón elude responsabilizarse por sus actitudes injustas, su desinterés en el cambio o el no tener en cuenta a la mujer apelando a diversas razones que, según él, son inmodificables: la inconsciencia ("No me di cuenta"), las dificultades de los varones ("Quiero cambiar, pero me cuesta, los hombres somos así"), las obligaciones laborales ("No tengo tiempo para ocuparme de los niños"), la torpeza, la parálisis de la voluntad u otros defectos personales ("No pude controlarme", "es imposible para mí"), o el propio bienestar ("¿para qué quieres que cambie si así me siento bien?").
- Impericias y olvidos selectivos. Esta maniobra consiste en evitar responsabilidades (e imponérselas a la mujer) a partir de declararse inexperto para determinadas tareas (limpiar la cocina por ejemplo) o manejo de aparatos (lavadora, lavavajillas), ocultando su nula predisposición para el aprendizaje: ¿cómo es posible si no que muchos varones manejen tan fácilmente un aparato tan complejo como el ordenador y no sepan hacer funcionar la lavadora? En este grupo se incluyen también los olvidos selectivos, aquellos que no son producto de la desmemoria (en alguien que por otra parte generalmente registra y recuerda todo lo que le interesa), sino de la desmemoria parcial sobre actividades que en realidad siente que no le corresponden y que acepta por imposición. Ejemplos de estos olvidos es no recordar cita del médico para los niños, no comprar alimentos, no comprar regalos, etc.
- Comparaciones ventajosas. Con esta maniobra el varón intenta acallar los reclamos de la mujer apelando a que hay varones peores que él, y que entonces no debería quejarse.
- Seudoimplicación doméstica. Este mM es frecuente entre los varones progresistas, que demuestra que no existe un deseo de real corresponsabilidad en lo doméstico. En él, el varón actúa sólo como "ayudante" de la mujer, sobrecargándola y asumiendo además las tareas menos engorrosas.
- Minusvaloración de los propios errores. Los propios errores, descuidos, desintereses y equivocaciones en lo que hace al trabajo doméstico y de conexión son poco tenidos en

cuenta y fácilmente disculpados. Inversamente, se está poco dispuesto a aceptar los errores de la mujer, tachándola frecuentemente de inadecuada o exagerada en sus preocupaciones por las cosas y personas.

## **MICROMACHISMOS DE CRISIS**

Estos mM suelen utilizarse en momentos de desequilibrio en el estable desbalance de poder en las relaciones, tales como aumento del poder personal de la mujer por cambios en su vida o pérdida del poder del varón por razones de pérdida laboral o de limitación física. Generalmente estos cambios se acompañan de reclamos por parte de la mujer de mayor igualdad en la relación. Suelen ser útiles no sólo para impedir que la mujer sea más autónoma o para no sentirse dependiente de ella, sino también para impedir los reclamos de ella respecto a la necesidad que él también cambie modificando sus hábitos de superioridad. El varón, al sentirse perjudicado, puede utilizar específicamente estas maniobras o utilizar las descritas anteriormente, aumentando su cantidad o su intensidad con el fin de restablecer el statu quo. Los grupos que describiré a continuación suelen utilizarse frecuentemente en una secuencia del primero al último, según la permeabilidad de la mujer para dejarse presionar. Pertenecen a esta categoría:

### **Hipercontrol**

Este mM consiste en aumentar el control sobre las actividades, tiempos o espacios de la mujer, frente al temor que el aumento real o relativo de poder de ella pueda dejarlo a él en un segundo lugar e inferiorizado

### **Seudoapoyo**

Apoyos que se enuncian sin ir acompañados de acciones cooperativas, realizados con mujeres que acrecientan su ingreso al espacio público. Se evita con ello la oposición frontal, y no se ayuda a la mujer a repartir su carga doméstica y tener más tiempo.

### **Resistencia pasiva y distanciamiento**

Este mM consiste en utilizar diversas formas de oposición pasiva y abandono: falta de apoyo o colaboración, desconexión, conducta al acecho (no toma la iniciativa, espera y luego critica. "Yo lo hubiera hecho mejor"), distanciamiento, amenazas de abandono o abandono real (refugiándose en el trabajo o en otra mujer "mas comprensiva"), etc.

### **Rehuir la crítica y la negociación**

Con este mM se intenta acallar los reclamos de la mujer respecto a las actitudes dominantes del varón y evitar el cambio sosteniendo que él no lo deseó. Se acompañan generalmente de culpabilización hacia el cambio femenino. Algunas frases que reflejan esta maniobra son: ¿por qué debería cambiar si tú cambias?, ¡Es tu problema! ¿De qué te quejas si me conociste así? ¡Si no hubieras cambiado todo estaría bien!

### **Promesas y hacer méritos**

Maniobras en las que frente a reclamos de la mujer el varón realiza modificaciones puntuales que implican ceder posiciones provisoriamente por conveniencia, sin cuestionarse la creencia errónea de la "naturalidad" de la tenencia de dicha posición. Estos cambios suelen dejar de realizarse cuando la mujer deja de enfadarse y acepta darle "otra oportunidad". Algunos ejemplos: hacer regalos, prometer ser un buen hombre, ponerse seductor y atento, hacer cambios superficiales, reconocer errores frente a amenazas de abandono.

### **Victimismo**

Por este mM el varón se declara víctima inocente de los cambios y "locuras" de la mujer., con culpabilización acompañante para intentar doblegarla. Si finalmente él se decide a algún cambio, lo vive como un gran sacrificio, por lo que no se le puede pedir mucho, esperando ser aplaudido por pequeños cambios y frustrándose si no lo hacen. ¡A ti nada te conforma! es una frase manipulativa habitual utilizada en esta situación.

### **Darse tiempo**

Este mM consiste en postergar y alargar el tiempo de decidirse a darle importancia a los cambios y reclamos femeninos o a cambiar, hasta que haya algo que obligue (en general un ultimátum de separación). Se manipula el tiempo de la respuesta al pedido de cambio intentando dilatar la situación de injusticia relacional. Es una clara maniobra de poder en tanto obliga a la mujer a someterse a los tiempos y deseos del varón, que es quien conserva el poder de decisión del momento de comenzar un cambio. Los modos de dilatar el diálogo y la decisión de cambio pueden ser variados: ¡ya hablaremos!, ¡ya veremos!, ¡lo pensaré! Otro modo frecuente es a través de la negativa a acceder a una ayuda terapéutica, y si se lo hace, postergar frecuentemente la consulta antes de decidirse realmente a hacerla.

### **Dar lástima**

Cuando el varón realiza este mM procura que se apenen de él para lograr que la mujer ceda. Para ello, puede, desde buscar aliados que comprueben lo "bueno" que él es (y lo "mala" que es ella), hasta comportamientos autolesivos tales como accidentes, aumento de adicciones, enfermedades, amenazas de suicidio, que apelan a la predisposición femenina al cuidado y le inducen a pensar que sin ella él podría terminar muy mal. El varón exhibe en estos últimos comportamientos, manipulativamente, su invalidez para el autocuidado.

## **EFFECTOS DE LOS MICROMACHISMOS**

W. Shakespeare ilustra, espléndidamente, las estrategias de utilización de muchas de estas maniobras en función de dominar a la mujer, restringiendo con hábiles artes su autonomía, en su obra "La fierecilla domada". Su lectura alumbró con gran nitidez el efecto devastador de estas estrategias de dominio.

La efectividad de todas estas maniobras, junto a la falta de autoafirmación de la mujer, forman una explosiva mezcla con enormes efectos negativos para ella y el vínculo que, como decíamos al comienzo de este artículo suelen ir haciéndose visibles a largo plazo. Habitualmente no suele reconocerse la causalidad interpersonal de estos efectos, que suelen atribuirse culposamente a la mujer. En los varones no solo producen efectos "positivos" (para él) sino también efectos negativos que no se pueden tampoco descuidar.

En las mujeres los mM suelen provocar:

- un agotamiento de sus reservas emocionales y de la energía para sí, con una actitud defensiva o de queja ineficaz por el sentimiento de derrota e impotencia que producen,
- un deterioro muchas veces enorme de su autoestima, con aumento de la desmoralización, aumento de la inseguridad y disminución de la capacidad de pensar (los estudios epidemiológicos muestran que las mujeres en pareja disminuyen su salud mental y calidad de vida, al contrario de los varones, quienes las aumentan),
- una disminución de su poder personal y parálisis del desarrollo personal,
- un malestar difuso, una irritabilidad crónica y un hartazgo de la relación, de los cuales se culpan por no percibir que su producción es por presión externa, y que son frecuentes motivos de consulta a los dispositivos de salud mental. En estos dispositivos, frecuentemente y al igual que él varón de la pareja, suele atribuirse dichos malestares a la exageración de ciertas "características femeninas (dramatismo, inconformismo, etc.)

En los varones los efectos de su ejecución de los mM suelen ser:

- un aumento o conservación de su posición superior y de dominio, con desinterés creciente de las necesidades y derechos de la mujer,
- una afirmación de su identidad masculina, sustentada en las creencias de superioridad sobre la mujer y la autonomía autoafirmativa con negación de la vincularidad,
- un aislamiento receloso creciente, ya que el dominio no asegura el afecto femenino, sólo obediencia, y sólo puede generar aumento del control o aumento de la desconfianza e incompreensión hacia la mujer a quien no se puede controlar nunca plenamente.

Finalmente, los mM producen en el vínculo:

- el encarrilamiento de la relación en dirección a los intereses del varón, favorecido esto por el mandato cultural hacia las mujeres de que acepten al varón como es, y que a lo sumo lo traten con sus armas "ocultas". Sutilmente se van creando las condiciones para forzar la disponibilidad de la mujer hacia el varón y no lo inverso. Los mM llevan al "dejar hacer" femenino que permite que predominen los tipos de situaciones que el varón desea, ya que dicho "dejar hacer" lleva a que dependa del varón qué, cuánto se puede hacer, y cuándo. Todo esto lleva a la perpetuación de los desbalances de poder y de las disfunciones en la relación (muchas mujeres suelen decir: ¡Cómo no voy a ceder. No puedo estar peleándome todo el tiempo!)
- etiquetamiento de la mujer como "la culpable" del deterioro del vínculo, cuando ella desea un cambio y él se niega a moverse hacia la igualdad. A veces, la mujer percibe que algo anda mal en el vínculo y él lo niega. Al no poder clarificar la causa (causa que es frecuentemente el deterioro vincular producido por la falta de igualdad relacional a la que los mM contribuyen), ella, por mandato de género tiende a autoculparse y él, que no se reconoce como dominante, queda como inocente
- guerra fría, transformación de la pareja en adversarios convivientes, y empobrecimiento de la relación, creándose el terreno favorable para otras violencias y abusos.

## CONSIDERACIONES FINALES

Quizás esta larga enumeración de maniobras y sus efectos haya sido fatigosa y haya provocado alivios y rechazos. Como en todo tema que se desvela, suele ser mas frecuente que sientan alivio aquellos a quienes la invisibilización los desfavorecía, y rechazo quienes se sentían favorecidos por dicha invisibilización. Sin embargo, para todas las personas, tolerar la visibilización de la microviolencia cotidiana no es tarea fácil. Muchas mujeres se alegrarán de entender mejor las maniobras en que se ven involucradas, pero soportarán menos el reconocimiento de su propia subordinación (Dio Bleichmar, 1992) por lo que muchas veces tenderán a seguir responsabilizándose de lo que es sólo responsabilidad masculina, ya que al menos eso mantiene la creencia de tener algún poder sobre la relación. Pocos varones, pese a reconocerse en este listado, estarán dispuestos a aceptar, a pesar de sus cambios, lo que en ellos aun permanece de la atávica dominancia masculina (Britana, 1989). Pero la transformación se basa en esos dolorosos reconocimientos y aceptaciones

Luego de leer estas líneas probablemente el/la lector/a no hayan descubierto nada muy desconocido. Lo que sí han visto nombrados y descriptos es un repertorio de comportamientos que representan los trucos y trampas más habituales en los varones modernos para ejercitar en lo cotidiano la violencia de género. Comportamientos variados que, y esa es la importancia de su puesta en evidencia, suelen ser "invisibles" y pasar desapercibidos o tomados como naturales, ignorándose sus daños.

Nombrar es uno de los modos de hacer visible lo imperceptible, en este caso lo que molesta a las mujeres pero no se detecta claramente. Espero que las descripciones anteriores hayan roto su carácter de "invisibles". Pero nombrar, describir y clasificar, es importante además porque es el primer paso para que algo pueda hacerse con lo delimitado con el

nombrar, en este caso que pueda ser transformado. Nombrar los mM y ver sus efectos es también anormalizarlos, ya que muchas veces cuando se perciben aisladamente, se juzgan como intrascendentes sin evaluar el daño que producen por reiteración y su capacidad de ser caldos de cultivo para otras violencias. Y anormalizarlos consiste en considerar que su accionar no es trivial y que deben ser incluidos claramente en el listado de estrategias y prácticas de violencia de género ejercidas por los varones, que hay que tratar de erradicar. Nombrar los mM es también una tarea que supone el análisis crítico de la cotidianidad y los comportamientos de "seudoigualdad" que circulan diariamente. Así, ponerlos en evidencia debería ser útil para las que las mujeres pudieran:

- legitimar y ampliar su registro perceptivo de los comportamientos masculinos de dominación que ellas sufren y que los varones generalmente no reconocen realizar.
- reconocer el lenguaje de acción y manipulación- que no de palabras -, tan propio de los varones pese a la creencia que la manipulación es un arma fundamentalmente femenina.
- disminuir la culpabilización inducida por estas maniobras y recuperar su pensamiento y posibilidades de acción autónoma en la vida de pareja cotidiana.
- aumentar las posibilidades de crear sus modos de evitación y resistencia ya que lo que se ve claramente puede ser mejor combatido.
- también y de modo importante, saber de sus efectos, porque el no poder detectar que muchos de los malestares emocionales e inseguridades son provocados por el ejercicio de los mM, hace que las mujeres (y sus parejas y los profesionales de la salud) tiendan a adjudicarlos a problemas intrapersonales o a "exageraciones" femeninas. Así surge la doble victimización.

Alertar sobre su existencia y frecuencia supone también criticar las creencias que las violencias de género son solamente sus formas más dramáticas y que sólo la ejercen algunos varones. Como hemos visto, los mM también son violencia de género y son comportamientos habituales en todos los varones: la violencia no es sólo cosa de otros, sino también de nosotros (varones). Reconocer esto supone que los varones que creemos en la igualdad, debemos hacer algo más que acompañar a las mujeres en sus reclamos y adaptarnos con esfuerzo a los cambios femeninos: debemos cambiar también nosotros. Por esto último, nombrar los mM debería servir para contribuir a que los varones que no se reconocen en el ejercicio de la violencia mayor, que tienen una ética de justicia y respeto, no ignoren las propias maniobras de dominio y dominación cotidianas. Para ello es necesario:

- estar dispuesto a una autocrítica sobre el ejercicio cotidiano del poder y sobre la socialización en que son criados, la que avala la superioridad sobre las mujeres y por tanto la creencia en tener derechos sobre ellas.
- entrenarse en el cambio de actitudes hacia la igualdad y el respeto, ya que sólo con conocer no alcanza. Los grupos de reflexión de varones son un buen espacio para ello.
- tomar iniciativas para realizar acciones, en tanto varones, que favorezcan la erradicación de las violencias de género y no dejar que sean únicamente las mujeres que luchan contra la violencia que nosotros producimos. Iniciativas como la campaña canadiense del lazo blanco, el manifiesto del grupo de hombres de Sevilla, la red de hombres profeministas europeos, los trabajos de Jorge Corsi, o los grupos Coriac y Cantera en Latinoamérica.

Finalmente hacer visibles los mM debe servir para no olvidar que son factores que deben tenerse en cuenta en las estrategias de erradicación de la violencia de género. Para esto no es necesario un ámbito particular, ya que al ser comportamientos habituales en lo cotidiano, se pueden realizar acciones contra ellos en todos los ámbitos (salud y educación fundamentalmente).

Para concluir: sería un error deducir de todo lo que hemos descrito un juicio descalificador y una atribución de "maldad" hacia todos los varones. Lo que sí muestran estas



líneas con claridad es una crítica a un modelo masculino tradicional que se basa en creer que el varón es superior, que provoca daño a las mujeres y que tampoco es humanamente provechoso para los varones, que quedan, para defenderlo, cada vez más atrapados en el pasado. De este modelo derivan las violencias de género entre las que están los mM. De estas violencias los varones son responsables, las mujeres no son responsables y por tanto sólo a ellos les corresponde intentar modificarlas e sí mismos si desean relaciones igualitarias y cooperativas con las mujeres. Ellas sólo podrán presionar pero no cambiar lo que ellos no quieran.

*Madrid, junio de 1998*

(Sigue Anexo para Terapeutas)

### **ANEXO PARA PSICOTERAPEUTAS**

Estoy cada vez más convencido de que el abordaje de la violencia masculina no puede centrarse sólo en sus formas extremas, sino que debe incluir los mM que, como he intentado mostrar, son formas de violencia y abuso cotidianos. Ellos generan alto monto de sufrimiento, relaciones defensivo-agresivas y desbalances de poder, que se oponen a la plena potenciación de las personas. A diferencia de las grandes situaciones de violencia, que requieren un contexto terapéutico mas o menos especial, en todo espacio psicoterapéutico pueden detectarse y pensar caminos para develar, desactivar y transformar los mM.

En cuanto a las estrategias de detección, éstas diferirán en función del contexto terapéutico: En las terapias de pareja o familia, los mM y sus efectos se pondrán en escena ante el o la terapeuta. En las terapias con varones habrá que inferirlos, ya que la mujer objeto de estas maniobras esta ausente, y el varón suele no responsabilizarse del efecto de sus conductas. En las terapias con mujeres será preciso descubrir cual de sus malestares son efecto de los reiterados mM ejercidos sobre ellas, y entonces distinguir la problemática intrasubjetiva de lo inducido por la manipulación ajena.

En cuanto a las estrategias de desactivación y transformación, no es propósito de este anexo desarrollarlas, aunque sí creo necesario enumerar algunos requisitos que necesita cumplir el/la terapeuta que desee enfrentarse a la tarea de transformación de estas prácticas:

#### **En lo personal:**

- Intentar develar sus puntos ciegos y revisar sus prejuicios sexistas en relación con su propia posición de género, los aspectos asimétricos de su relación con el otro género y sus creencias sobre la responsabilidad del trabajo doméstico.
- Revisar sus ideas y comportamientos en relación con la reciprocidad en el cuidado entre las personas, la justicia y la democracia en los vínculos.
- Aclararse las propias creencias sobre la determinación de los comportamientos de dominación y sus eventuales justificaciones, y la propia reacción frente a ellos (temor, parálisis o enfrentamiento).

#### **En lo teórico-técnico:**

- Incluir la ética del cuidado mutuo y de la democratización de la vida cotidiana como marco referencial, para ayudar a los varones a hacerse responsables de los efectos de su propia conducta (Sheinberg1992)

- Conocer los modos de construcción de la condición masculina, sus privilegios y sus costos, a fin de ayudar a la pareja y al propio varón a desconstruir los aspectos dominantes del rol masculino tradicional.
- Tener una actitud clínica de alerta para detectar las maniobras de control de los varones (que fácilmente pueden quedar invisibilizadas). Para ello la clasificación antes propuesta puede ser muy útil.
- Saber que es probable que el varón intente ejercer maniobras de control sobre el o la terapeuta, más si es mujer. El terapeuta varón debe prestar especial atención a los intentos del varón por lograr su alianza para desautorizar a la mujer (Bograd, 1991).
- Tener la capacidad de confrontar, de soportar confrontaciones y de poner en práctica la autoafirmación de modo asertivo
- Estar capacitado/a para realizar intervenciones que hagan impacto sobre el balance de poder interpersonal, a fin de no estereotipar los desbalances que sostienen la disfuncionalidad del statu quo. (Algunas de estas intervenciones son: reorganización de responsabilidades, rebalance de acuerdos, develamiento de maniobras de control, redefinición de las "provocaciones" femeninas, puestas de límites a los abusos, apoyo al aumento del poder personal de la mujer, etcétera.)

## BIBLIOGRAFIA

- Benard, Ch. y Schiafferj. (1993): *Dejad a los hombres en paz*, Barcelona: Paidós.
- Benjamin, J. (1988): *The Bonds of love*. NY: Panteon.
- Bograd, M. (1991): *Feminist aproaches for men in family therapy*, NY: Harrington Park Pre
- Bonino, L. (1991): "Varones y abuso domestico", en P. Sanroman (coord.) *Salud mental y ley*, Madrid, AEN
- Bonino, L. (1995): *Los micromachismos en la vida conyugal*. En Corsi, J.: *Violencia masculina en la pareja*. Buenos Aires: Paidós.
- Bonino, L. (1998): *Desconstruyendo la "normalidad" masculina*. *Actualidad Psicológica*, 254, 25-27.
- Brittan, A. (1989): *Masculinity and power*; Oxford, Uk: Blackwell.
- Brod, H and Kaufman, M. (1994): *Theorizing masculinities*. London: Sage.
- Burin, M. (1987): *Estudios sobre la subjetividad femenina*, Buenos Aires: GEL
- Coria, C. (1992): *Los laberintos del exito*, Buenos Aires: Paidós.
- Dell, P. (1989): "Violence and the sistemic view: The problem of power", *Family Process* 28: 1-14.
- Dio Bleichmar, E. (1998): *Sexualidad Femenina*. Madrid: Paidós.
- Durrant, M. y White, Ch. (1990): *Terapia del abuso sexual*, Barcelona, Gedisa, 1993.
- Erickson, B. (1993). *Helping men*, Londres: Sage.
- Fernández, A.M. y Giberti, E. (comps.) (1989): *La violencia invisible*, Buenos Aires: Sudamericana.
- Flaskas, M. y Humphreys, C.: "Theorizing about power: intersecting the ideas ot Foucault with the 'problem' of power in family therapy", *Family Process* 32:35-47, 1993.
- Goodrich, T. y otras (1989): *Terapia familiar feminista*. Buenos Aires. Paidós.
- Guillaumin, C. (1992): *Sexe. Race et pratique du pouvoir*, Paris, Cotef.
- Jenkins, A. (1990): *Invitations to responsibility: the Therapeutic engagement of men who are violent and abusive*, Adelaida: Dulwich Centre Publ.
- Jonnasdotir, A. (1993): *El poder del amor*, Madrid: Catedra
- Meth, R. y Pasick, R. (1990): *Men in therapy*, Nueva York, Guilford, 1990.
- Miller, A. (1996): *Terrorismo íntimo*. Barcelona: Destino, 1996.
- Novelli, A. (1994): "Mujeres y negociacion", III Seminario Internacional «Mujer y poder», Madrid: UAM.
- Piaget, J. (1993): *Personas dominantes*, Buenos Aires: Vergara.

- Rabkin, R. (1978): 'Who Pays the pipes?', Family Process 17:485-488.
- Sabo, D. y Gurden, D. (1995): Rethinking Men's Health and Illness, London: Sage.
- Saltzman, J. (1992): Equidad y género, Madrid: Catedra.
- Serra, P. (1993): "Physical violence in the couple relationship", Family Process 32: 21-33,
- Sheinberg, M. (1992): "Navigating treatment impasses at the disclosure of incest: combining ideas from feminism and social constructionism", Family Process 31:201-216.
- Walters, M. y otras (1988): La red invisible, Buenos Aires: Paidós.
- Weingarten, I. (1993): The discourse of intimacy: adding a social constructionist and feminist view", Family Process 30:285-305.
- White, M. y Epston, D. (1989): Literate means to therapeutic ends, Adelaida: Dulwich Centre Publ.
- Wieck, W. (1987): Manner lasen lieben, Stuttgart: K. Verlag.

En este artículo uso frecuentemente el entrecorillado en determinadas palabras indicando una lectura crítica, no naturalista, de su significado.

Este artículo es una versión corregida y ampliada de los artículos publicados en las actas de las Jornadas de la Federación de sociedades españolas de terapia familiar (1993) y de la Dirección de la mujer de Valencia/España (1996) sobre violencia de género, y en Corsi, J. (1995): La violencia masculina en la pareja. Madrid: Paidós.

**Luis Bonino Méndez**

Madrid, España