



# “A mi me pegaron cuando chico, y estoy bien”

## La normalización del maltrato

Marcela Merino Vásquez

Mayo de 2016

Me parece que he perdido la cuenta de la cantidad de veces que he escuchado algo así. Incluso, a ello le acompaña la siguiente frase "es que yo me portaba mal, es que yo me lo merecía, estuvo bien por que yo era porfiado, era malo. Eran coscachos no más, eran sólo palmadas... ustedes los psicólogos son tan exagerados."

La violencia está tan naturalizada, que no se le considera como tal aunque se la tenga frente a las narices. O se cree que mientras no haya un golpe como tal, entonces no hay violencia, como sería el decir: "yo a mi hijo le grito, lo trato de tonto y hueón, pero no lo pego", como bajándole el perfil. Hay golpes al cuerpo, hay golpes al alma, y las marcas quedan en ambos casos.

Cuando un niño ve a unos de sus padres exaltado, sobrepasado por la rabia y que descarga esa frustración con su hijo ya sea con golpes o palabras, el niño aprende lo siguiente:

- Está bien reaccionar agresivamente cuando tengo rabia.
- Está bien golpear/herir a quien amo, y está bien que quien me ama me golpee/hiera.
- Los conflictos se resuelve con violencia y descalificaciones.
- Está bien golpear/herir a quien es más desvalido que uno.
- Respetar y tener miedo de alguien, es lo mismo.

Una reacción natural en el niño es justificar al padre que lo golpea, y que lo ha convencido de que él es malo, y de que se merece que no lo respeten.



Luego, ese niño que fue instruido a puntetes y no por medio del afecto, es un niño que tiene dificultades para autorregular sus emociones, que se agrede a si mismo y/o a otros, que no se respeta a si mismo ni a otros, etc. Y más tarde, se convierte en un adulto que sigue teniendo problemas para qutorregular sus emociones, que explota o que se guarda todo, que está deprimido, que tiene crisis ansiosas, etc.

Las temáticas de maltrato han estado en la palestra por años, las cantidad de estudios que demuestran los daños que generan en el cerebro/espíritu de quien los recibe son tan contundentes, que para los psicólogos esto dejó de ser un tema sobre el cuál se puede opinar, y pasó a ser una bandera de lucha sobre el cual no se transa.

Por eso, cuando escucho a un adulto decir “a mi me pegaron cuando chico y estoy bien”, en realidad estoy escuchando “a mi me pegaron cuando chico, y eso me llevó a desconectarme de mis emociones. Tanto así, que ni siquiera puedo reconocer el dolor y el sufrimiento que esos golpes me causaron. No logro ver que eso en vez de ayudarme, me llevó a reprimir la pena, la rabia, a bajar mi autoestima, y a convencerme de que eso era lo que me merecía. Pero como estoy convencido de que estoy bien, voy a hacer lo mismo con mis hijos. Por que a mi me pegaron... y estoy bien”