

Límites entre la violencia psicológica y la relación de pareja meramente disfuncional: implicaciones psicológicas y forenses

Enrique Echeburúa^{1*} y José Manuel Muñoz²

¹ Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco (UPV/EHU) (España).

² Tribunal Superior de Justicia de la Comunidad de Madrid (España).

Resumen: El objetivo principal de este artículo es establecer las diferencias entre la violencia psicológica en la pareja como estrategia habitual de relación y las relaciones de pareja meramente disfuncionales, en las que sus miembros no saben cómo afrontar los problemas cotidianos o cómo negociar el proceso de ruptura y abordar adecuadamente los problemas emocionales surgidos. En este artículo se describen las pautas de conducta características de una relación violenta y se analizan las consecuencias psicológicas sufridas por la víctima. Estos dos aspectos son fundamentales para distinguir una relación de pareja con violencia psicológica de una pareja meramente disfuncional sin conductas violentas sistemáticas. Esta diferenciación es fundamental para abordar el problema de una forma adecuada. Algunas parejas pueden malinterpretar una relación disfuncional como una relación de pareja violenta. Las implicaciones para la práctica forense son muy distintas en ambos casos. Se sugieren algunas vías de actuación derivadas de la buena práctica en este ámbito.

Palabras clave: violencia psicológica de pareja, relación abusiva, relación disfuncional, psicología forense.

Title: Boundaries between psychological intimate partner violence and dysfunctional relationships: psychological and forensic implications.

Abstract: The main purpose of this paper is to point out the differences between psychological intimate partner violence (IPV) as usual strategy and relational process and a dysfunctional relationship in which partners do not know how to deal with everyday problems or how to negotiate the break-up process and manage the negative emotional states. In this paper behavior patterns of the psychologically violent intimate relationship are outlined and psychological consequences for victims are described. Both of them are useful for distinguishing a psychological IPV from a dysfunctional relationship without systematic violent behaviors. This differentiation is very relevant in order to deal with the problem in an adequate way. Some couples can misinterpret a dysfunctional relationship as intimate partner violence. Implications for forensic practice are very different in each case. Suggestions for good practice in this field are commented on.

Key Words: psychological intimate partner violence, abusive relationship, dysfunctional relationship, forensic psychology.

Introducción

La buena relación entre los miembros de la pareja es identificada cada día por más personas como una fuente muy importante de su bienestar emocional y como un antídoto eficaz contra las contrariedades existentes en la vida cotidiana (Cuenca, 2013).

La armonía de la relación depende, entre otros factores, del vínculo de la atracción sexual, de los sentimientos de ternura, de la comunicación y de la compañía mutua. Lo difícil, sin embargo, no es encontrar el amor, sino mantenerlo activo. En general, una pareja se mantiene viva cuando hay una comunicación satisfactoria, se mantiene un nivel mutuo de apoyo y comprensión, las expectativas respecto al sexo se satisfacen en ambos miembros y se afrontan adecuadamente los problemas planteados en la convivencia, como, por ejemplo, los referidos a la economía, la educación de los hijos, la ocupación del tiempo libre, los espacios de intimidad propia o la relación con la familia extensa (Yela, 2000).

A su vez, el deterioro de la pareja comienza cuando hay un intercambio de pocas conductas agradables y de muchas desagradables, surgen preferencias discrepantes en cuanto al grado de intimidad deseada (entre el deseo de independencia y la necesidad de relación), hay una disonancia entre las expectativas y la realidad y aparecen adversidades imprevistas, tales como el desarrollo de una infidelidad, la pérdida de trabajo, el nacimiento de un hijo indeseado o la disminución de las actividades recreativas. En estos casos el balance de la

relación puede percibirse como insatisfactorio y generar un malestar más o menos profundo (Gottman y Silver, 2012).

Mención aparte merece lo relativo a las expectativas equivocadas de lo que es el amor a largo plazo. Muchas parejas caen en el desencanto cuando la pasión desaparece y esto lleva a frustraciones que empeoran la convivencia. La convulsión pasional es siempre transitoria y limitada, en cualquier caso, a los primeros meses/años. En cambio, la relación amorosa (el espacio en el que termina la idealización y empieza el amor sin deslumbramientos) puede ser muy estable y gratificante. El amor auténtico no se basa en grandes tormentas, sino en pequeñas semillas que con el tiempo arraigan (Ortiz-Tallo, 2001). Hay personas que no están locamente enamoradas, pero que se quieren apaciblemente y que sufren cuando se muere la pareja. Sin embargo, cuando no se llega o no se acepta esta situación, se instalan la infelicidad, la incomunicación, la intolerancia ante las conductas del otro y el aburrimiento mutuo, que constituyen la antesala de la ruptura o de la rutina (Gottman y Silver, 2012).

De la crítica al desprecio no hay más que un paso, y el desprecio es el veneno que mata las relaciones. Discutir no es malo. Lo malo es cuando se pierde el respeto por el otro y las discusiones vienen cargadas de críticas, sarcasmos o insultos, sin un arrepentimiento sincero (Serrat-Valera y Larrazábal, 2008).

Al margen de que hay relaciones deterioradas que pueden durar toda la vida por razones de distinta índole (intereses económicos, creencias religiosas, temor a la soledad o miedo a la desintegración de la familia) y de que la mera duración en el tiempo no es señal inequívoca de bienestar, muchas parejas que han experimentado la pérdida de cariño optan por separarse o divorciarse (Cuenca, 2013). El deterioro en la relación es resultado de un proceso más o menos largo y puede

*** Correspondence address [Dirección para correspondencia]:**

Enrique Echeburúa. Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco.
Avda. de Tolosa, 70. 20018 San Sebastián (España).
E-mail: enrique.echeburua@ehu.eus

afectar de forma distinta a cada miembro de la pareja. En este proceso de ruptura emocional, sobre todo en las últimas fases, pueden darse conductas inadecuadas de un miembro de la pareja hacia el otro derivadas del desbordamiento emocional que supone una ruptura de pareja y que están en el límite de lo que es el maltrato psicológico (Feliú, 2000). No en vano una relación de pareja genera grandes expectativas y supone mucho esfuerzo invertido, hasta el punto de que a menudo representa el eje vertebrador del proyecto vital de una persona (Martínez, 2013).

La violencia en la pareja, a tenor de la investigación, es un fenómeno frecuentemente bidireccional, heterogéneo, multicausal e independiente del género, si bien las consecuencias más graves las sufren las mujeres. De ahí que la mayoría de los estudios y medidas político-criminales se hayan orientado en el ámbito de la pareja hacia la violencia contra la mujer (Muñoz y Echeburúa, 2016).

La violencia física es fácilmente objetivable, pero, sin embargo, el maltrato psicológico puede manifestarse de múltiples formas, más o menos sutiles, lo que dificulta su objetivación (tabla 1). Además, las lesiones físicas se reflejan en forma de hematomas, esguinces, fracturas, etcétera, mientras que las lesiones psíquicas (el daño psicológico) no tienen una correspondencia tan explícita ni tan reconocida con problemas clínicos específicos, como el trastorno de estrés postraumático, la sintomatología ansioso-depresiva, el estrés crónico, etcétera (Muñoz, 2013). Por ello, el objetivo de este artículo es diferenciar entre la violencia psicológica, como estrategia relacional habitual dentro de la pareja, de lo que es una relación conflictiva disfuncional derivada del manejo inadecuado de los problemas cotidianos o de la gestión inadecuada de un proceso de ruptura. Especialmente en el contexto forense esta diferenciación es de especial importancia, dadas las consecuencias legales diferenciales asociadas a cada una de estas situaciones (Muñoz y Echeburúa, 2016).

Tabla 1. Formas de expresión de la violencia psicológica. Elaboración propia a partir de Labrador et al. (2004), Hirigoyen (2005) y Rodríguez-Carballeira et al. (2005).

AISLAMIENTO
-Controlar lo que hace el otro, a quién mira y habla, qué lee, adónde va, etc.
-No respetar su privacidad (fiscalización de su correo, redes sociales, teléfono, etc.)
-Limitar los compromisos del otro fuera de la relación de pareja
-Devaluar a familiares o amigos del otro, mostrando rechazo a la interacción con ellos
-Organizar actividades u obligaciones ante propuestas individuales del otro
DISTORSIÓN DE LA REALIDAD
-Normalizar el maltrato, equiparándolo con conflictos propios de la convivencia en pareja
-Reconocer el abuso pero restarle importancia
-Responsabilizar al otro de la propia conducta violenta
-Convencer al otro de que la violencia es una forma de corregir su conducta inadecuada y de que entonces es por su bien
INTIMIDACIÓN (VIOLENCIA INDIRECTA)

-Infundir miedo por medio de miradas, acciones o gestos
-Romper objetos, muebles, etc., durante las discusiones
-Destruir propiedades del otro de significación afectiva para este
-Maltratar a animales de compañía
-Mostrar armas u objetos contundentes
USO DE AMENAZAS
-Amenazar con infligir daño físico al otro
-Amenazar con la realización de un acto suicida
-Amenazar con abandonar al otro o con tener una aventura con otra persona
-Amenazar con echar al otro de casa
-Amenazar con quitar la custodia de los hijos en caso de denuncia por parte del otro
-Amenazar con maltratar a los menores en caso de denuncia por parte del otro
ABUSO EMOCIONAL
-Provocación interesada de emociones positivas en el otro (luna de miel)
-Menosprecio y/o rechazo de su persona y/o de sus roles
-Manipulación del sentimiento de culpa. Usar el amor para justificar las conductas abusivas
-Indiferencia ante las demandas del otro
-Utilizar el chantaje emocional
ABUSO ECONÓMICO
-Hacer preguntas constantes sobre el dinero
-Controlar el dinero del otro
-Confiscar el sueldo del otro
-Restringir el acceso al dinero familiar del otro
-Impedir que consiga o conserve un trabajo
UTILIZACIÓN DE LOS MENORES
-Desprestigiar la figura de autoridad del otro delante de los hijos para provocar faltas de respeto de estos
-Manipular a los hijos para debilitar la relación de estos con el otro progenitor
-Usar a los hijos como espías del otro
-Usar a los niños como mensajeros de las amenazas y devaluaciones
-Introducir tensión durante las entregas y recogidas de los menores
ACOSO Y ACECHO
-Provocar discusiones interminables repitiendo constantemente el mismo mensaje, lo que socava la capacidad crítica y de juicio del otro, logrando que acepte nuestros postulados
-Seguir físicamente a la persona
-Llamarla constantemente por teléfono
-Someterla a interrogatorios interminables al regresar de una actividad individual
-Esperarla a la salida del trabajo

En 2015, según la macroencuesta cuatrianual sobre la Violencia contra la Mujer que encarga el Ministerio de Sanidad español (Centro de Investigaciones Sociológicas, 2015), con entrevistas en persona a 10.171 mujeres, el 12,5% de las mujeres españolas mayores de 16 años (cerca de 2,5 millones) declaran haber sufrido malos tratos por parte de su pareja o expareja alguna vez en su vida. La violencia psicológica está presente especialmente en las jóvenes y adolescentes. Así, la denominada *violencia psicológica de control* (si el agresor impide a la víctima ver a los amigos o amigas, trata de evitar la relación con la familia, insiste en saber dónde se encuentra la mujer en cada momento, muestra

sospechas injustificadas de infidelidad, le obliga a pedir permiso para salir por su cuenta, etcétera) afecta en el último año al 25% de las adolescentes de 16 y 17 años, frente al 9,6% de la media general.

¿Dónde termina la relación de pareja conflictiva y dónde comienza la violencia psicológica?

Cuando una pareja decide poner fin a la relación, puede hacerlo a través de un mutuo acuerdo o a través de un procedimiento contencioso, que será llevado por los Juzgados de lo Civil o Juzgados especializados de Familia en los partidos judiciales donde estos existan (Muñoz y Del Campo, en prensa). Sin embargo, a partir de la Ley 1/2004, cuando la mujer alude a maltrato psicológico en la relación, el proceso de ruptura es tramitado por los Juzgados de Violencia sobre la Mujer con consecuencias, ya no solo en el ámbito civil, sino también en el penal, lo que supone medidas de protección de la víctima y limitación de los derechos y libertades del imputado (Castillejo, 2009).

No siempre es fácil delimitar con precisión lo que es la fase final de una pareja al borde de la ruptura, con reiteración de reproches, acusaciones y faltas al respeto, de lo que es una violencia psicológica que tiene como objetivo controlar y anular a la otra persona. Y esta distinción tiene unas repercusiones muy importantes para el futuro de los miembros de la pareja. Es decir, se trata de deslindar lo que tiene relevancia penal de lo que es solo reprochable ética y socialmente (por ejemplo, infidelidad, desatención económica o material, etcétera) (Follinstad, 2007).

Desarrollo de la violencia en la pareja

Por extraño que pueda parecer, la relación de pareja -marco, en principio, de cariño, de compañía mutua y de satisfacción de las necesidades básicas para el ser humano- puede suponer un riesgo para las conductas violentas (Rennison, 2003; Rojas Marcos, 2008). La conducta violenta contra la pareja supone un intento de control de la relación en forma de abuso de poder.

Una vez que ha surgido el primer episodio de violencia, y a pesar de las muestras de arrepentimiento del agresor, la probabilidad de nuevos episodios -y por motivos cada vez más insignificantes- es mucho mayor. Rotas las inhibiciones relacionadas con el respeto a la otra persona, la utilización de la violencia como estrategia de control de la conducta se hace cada vez más frecuente. El sufrimiento de la mujer, lejos de constituirse en un revulsivo de la violencia y en suscitar una empatía afectiva, se constituye en un disparador de la agresión (Alcázar y Gómez-Jarabo, 2001).

No es fácil responder a la pregunta de por qué un hombre llega a comportarse de forma violenta con su pareja, que es una persona a la que se ha vinculado afectivamente en un proyecto de vida en común. La violencia es resultado de un estado emocional intenso -la ira-, que interactúa con unas

actitudes de hostilidad, un repertorio de conductas pobre (déficits de habilidades de comunicación y de solución de problemas) y unos factores precipitantes (situaciones de estrés, consumo abusivo de alcohol, celos, etcétera), así como de la percepción de vulnerabilidad de la víctima. En la conducta violenta intervienen, por tanto, los siguientes componentes (Dutton y Golant, 1997; Echeburúa y Corral, 1998):

- a) *Una actitud de hostilidad.* Esta puede ser resultado de estereotipos sexuales machistas en relación con la necesidad de sumisión de la mujer, de la existencia de celos patológicos y de la legitimación subjetiva de la violencia como estrategia de solución de problemas.
- b) *Un estado emocional de ira.* Esta emoción, que varía en intensidad desde la suave irritación o molestia a la rabia intensa y que genera un impulso para hacer daño, se ve facilitada por la actitud de hostilidad hacia la mujer y por unos estímulos generadores de malestar ajenos a la pareja (contratiempos laborales, dificultades económicas, problemas en la educación de los hijos, etcétera).
- c) *Unos factores precipitantes directos.* El consumo abusivo de alcohol o drogas, sobre todo cuando interactúa con las pequeñas frustraciones de la vida cotidiana en la relación de pareja, contribuye a la aparición de las conductas violentas.
- d) *Un repertorio de conductas pobre.* Más en concreto, los déficits de habilidades de comunicación y de solución de problemas impiden la canalización de los conflictos de una forma adecuada. El problema se agrava cuando existen alteraciones de la personalidad, como suspicacia, celos, autoestima baja, falta de empatía o necesidad extrema de estimación.
- e) *La percepción de vulnerabilidad de la víctima.* Un hombre irritado puede descargar su ira en otra persona (mecanismo *frustración-ira-agresión*), pero suele hacerlo solo en aquella que percibe como más vulnerable y en un entorno -el hogar- en que sea más fácil ocultar lo ocurrido (Sarasua, Zubizarreta, Corral y Echeburúa, 2012).
- f) *Los logros obtenidos con las conductas violentas previas.* Muy frecuentemente con los comportamientos de violencia anteriores el hombre maltratador ha conseguido los objetivos deseados. La violencia puede ser un método sumamente efectivo y rápido para salirse con la suya. A su vez, la sumisión de la mujer puede quedar también consolidada porque, con un comportamiento claudicante, consigue evitar las consecuencias derivadas de una conducta violenta por parte de la pareja que puede ir a mayores.

Según el modelo ecológico de Dutton (1995, 2006), que trata de considerar los factores de riesgo de la violencia contra la pareja, las variables que contribuyen a la violencia se sitúan en varios niveles: macroestructural o social; exosistema (regional); nivel micro (grupal); y ontogenético (individual).

Pautas de conducta implicadas en la violencia psicológica

En una mala relación de pareja hay una pérdida gradual del cariño y de la comunicación, las fricciones o los exabruptos surgen con frecuencia y empieza a cobrar fuerza el deseo de poner fin a una relación que ya se percibe como disfuncional. La duración del proceso de ruptura puede ser variable de unos casos a otros y depende, en buena medida, del balance histórico de la relación (Ortiz-Tallo, 2001). Así, si no hay hijos de por medio y la relación se ha percibido como insatisfactoria desde el principio (o desde hace mucho tiempo), el proceso de ruptura es rápido; si la relación ha sido gratificante durante mucho tiempo y ahora ha dejado de serlo y se cuenta con hijos, la disolución de la pareja puede tardar más en llegar y el proceso ser más oscilante. En general, toda ruptura genera unas relaciones simétricas, si bien no idénticas, de sufrimiento en ambos miembros de la pareja, excepto que alguno de ellos cuente con una pareja alternativa y perciba la ruptura como una vía libre para la nueva relación. El dolor de la ruptura no es necesariamente proporcional a los años de relación, sino que está en función del grado de enamoramiento, de la compenetración con la otra persona y de los recursos y experiencias que la persona abandonada tenga (Serrat-Valera y Larrazábal, 2008).

Por el contrario, la violencia o el maltrato psicológico a la pareja como estrategia habitual de relación es un fenómeno reiterado (no limitado, por tanto, a momentos puntuales) que se manifiesta de diversos modos: la presencia de insultos, desvalorizaciones públicas y humillaciones, en forma de críticas constantes que acaban por socavar la autoestima de la víctima; el uso continuado de conductas controladoras, facilitadas ahora por la generalización de las nuevas tecnologías (el *WhatsApp* especialmente); el recurso a amenazas de diversa índole, todo ello acompañado de un lenguaje con frecuencia soez y coactivo; la imposición de conductas restrictivas a nivel social y económico; y el acoso continuado cuando la víctima ha decidido poner fin a la relación (Echeburúa y Corral, 1998; Follinstad, 2007; Navarro-Góngora, Navarro-Abad, Vaquero y Carrascosa, 2004). Hay también otras manifestaciones adicionales de la violencia psíquica, como pueden ser la imposición de conductas degradantes a nivel sexual o algún otro tipo de sexualidad coactiva, la revelación de secretos o la atribución continuada a la víctima de estar *loca* o de ser causante de los males o desgracias sufridos por el agresor. Un listado de estas conductas violentas figura en la tabla 1. Todo ello crea una situación de dominio y de miedo profundo en la víctima. Además, si bien no ocurre en todos los casos, la violencia psíquica puede ser un primer peldaño para la violencia física (Sarasua, Zubizarreta, Echeburúa y Corral, 2007).

Con frecuencia las conductas implicadas en la violencia psicológica entre parejas jóvenes aluden a sobresaltos, gritos, llamadas constantes y control absoluto, a veces envuelto en llanto. Así, es frecuente apartar a la víctima de las amigas, acompañarla todo el rato, enfadarse con ella si se para a

hablar con cualquiera o si queda para ir al gimnasio. Muchas de las víctimas no interpretan esas conductas como una forma de victimización y subestiman, por tanto, el riesgo que supone mantenerse en la relación (González-Ortega, Echeburúa y Corral, 2008).

El maltrato psicológico sistemático puede instalarse de una forma gradual, tan escalonadamente que ni la propia persona afectada puede apreciarlo. Los maltratadores pueden comenzar con conductas sutiles en relación con la víctima, tales como una minusvaloración explícita de su capacidad intelectual, de su atractivo o de su capacidad en el trabajo y un control incipiente respecto a la forma de vestir, los gastos o las relaciones sociales, para pasar más tarde a una violencia psicológica explícita. En esta última fase el menosprecio de la pareja, las humillaciones y los intentos de aislarla constituyen el eje central de la estrategia del maltratador para conseguir el dominio o el control sobre la víctima (Hirigoyen, 2006).

Las víctimas pueden aguantar mucho tiempo porque los valores de las mujeres están impregnados de la idea del *amor romántico* mal entendido (*"hay que tener una pareja a toda costa"*, *"lo bueno es darlo todo por la persona a la que se ama, sacrificarse por ella o perdonarlo todo"*). Las chicas pueden, por ello, aguantar mucho, seducidas por una figura dominante y protectora. A su vez, los hombres pueden pensar que el amor debe ser exclusivo, posesivo y eterno, donde la ruptura se contempla como el peor de los fracasos. Es decir, el virus de lo romántico puede envenenar el pensamiento de la víctima y del agresor (Ferrer, Bosch y Navarro, 2010). Es más, muchas víctimas muestran incluso una vocación redentora y una actitud de sacrificio (*"el amor lo puede todo; conseguiré que cambie"*) o se autoengañan (*"es buena persona y, en el fondo, me quiere"*).

Sin embargo, hay parejas en que el maltrato psicológico es recíproco, en forma de una violencia cruzada, sin que haya una relación de dominio clara. En estos casos se crea una relación mutua basada en un intercambio de conductas malsanas, en donde las figuras de la víctima y del maltratador varían en función de las circunstancias (Muñoz-Rivas, Graña, O'Leary y González, 2007).

Consecuencias psicológicas de la violencia psíquica

Las adversidades de la vida cotidiana, como es el caso de una ruptura no deseada de pareja o la constatación de un proyecto de vida en común frustrado, generan malestar emocional y dolor (Gottman y Silver, 2012). Sin embargo, la mayor parte de las personas cuentan con recursos psicológicos y con una red de apoyo familiar y social para sobreponerse a estas contrariedades y retomar el control de su vida sin llegar a experimentar consecuencias psicopatológicas ni necesitar ayuda profesional, excepto que se trate de personas muy inestables emocionalmente, tengan una personalidad anómala (dependiente, obsesiva o narcisista) o arrastren un historial de victimización (Echeburúa, Sarasua y Zubizarreta, 2014).

Cuestión distinta es cuando la violencia psicológica constituye una estrategia habitual para conseguir el control y la

anulación del otro miembro de la pareja. En estos casos la víctima de esta situación puede ver desbordadas sus estrategias de afrontamiento y sufrir daño psicológico (lesiones psíquicas y secuelas emocionales), lo que hace necesario frecuentemente el recurso a una ayuda profesional (psicológica o médica) (Echeburúa y Corral, 1998). El daño psicológico relacionado con el suceso se puede manifestar en forma de cuadros clínicos, tales como el trastorno de estrés posttraumático, los trastornos adaptativos de tipo ansioso-depresivo o la descompensación de una personalidad anómala, o de síntomas que interfieren en el bienestar emocional o en su calidad de vida (déficits de autoestima, irritabilidad, pérdida de deseo sexual, sentimientos de culpa, descuido en su aspecto físico o aislamiento social) (Picó-Alfonso, Echeburúa y Martínez, 2008).

Otra forma de expresión del daño psicológico es la adopción por parte de la víctima de estrategias de afrontamiento defectuosas, como el recurso a la automedicación o al abuso de alcohol, el consumo excesivo de comida o la implicación en conductas de riesgo.

Además, conviene precisar que la violencia psíquica habitual es una forma de estrés crónico, en donde se excretan niveles altos de cortisol. El estrés provoca cambios en el Sistema Nervioso y Endocrino que pueden acabar afectando al sistema cardiovascular e inmunológico. Si el estrés se cronifica, hay mayor riesgo de infecciones, diabetes, hipertensión o infartos. La víctima puede mostrar fatiga permanente, dolores de cabeza, de estómago y de articulaciones, mareos o problemas gastrointestinales, así como una mayor probabilidad de obesidad (Picó-Alfonso et al., 2008). Por ello, puede haber una mayor consulta de las víctimas a los médicos de Atención Primaria en busca de ayuda por estos problemas físicos, sin atreverse a veces a referir la situación de violencia existente con su pareja. Es decir, la violencia psíquica puede producir daño psicológico, pero también daño físico. Los síntomas somáticos descritos y las alteraciones emocionales sufridas por la víctima pueden ser consecuencia del sobreesfuerzo compensatorio o de adaptación ante una realidad estresante crónica que la desborda (Cobo, 2006).

Por último, la violencia psicológica habitual sobre la pareja, al generar un clima violento, puede producir reacciones psicológicas negativas en los menores que conviven en el hogar: rendimiento escolar defectuoso, miedo y ansiedad, problemas de sueño, sentimientos de culpa, baja autoestima o descontrol de sus emociones. En las niñas predominan los llantos inmotivados; en los niños, las respuestas de agresividad (Echeburúa y Corral, 2009). En cualquier caso, el estado psicológico de los menores va a depender del tiempo de exposición a la violencia (antigüedad del maltrato), de la gravedad de esta, de si la sufre directamente y de la intensidad del vínculo afectivo con el maltratador (Arruabarrena, De Paúl, Indias y Ullate, 2013; Patró y Limiñana, 2005; Taylor, Stewart-Tufescu y Piotrowski, 2015).

Abordaje jurídico de la violencia psicológica

Definición en el Código Penal

El Código Penal considera un delito el ejercicio habitual de la violencia psíquica sobre la pareja o la expareja, independientemente de que genere una lesión psíquica en la víctima (art. 173.2), y lo castiga con una pena de prisión de seis meses a tres años. El bien jurídico protegido en este caso es el respeto mutuo y la igualdad entre los miembros de la pareja.

La violencia psíquica se caracteriza por la presencia de un comportamiento habitualmente violento en el agresor que establece una situación permanente de dominio sobre la víctima, a la que atemoriza e impide el libre desarrollo de su vida (STS, de 10 de noviembre de 2009). No se trata, por tanto, de un número determinado de conductas, sino de la imposición de un estilo de conducta violento habitual sobre la víctima (STS, de 22 de febrero de 2006). En ese tipo de conductas se incluyen el acoso psicológico, la coacción y la intimidación.

Jurisprudencia del Tribunal Supremo

Si bien el maltrato psicológico habitual resulta difícil de operativizar como concepto y de deslindarlo de lo que es una relación meramente disfuncional, la jurisprudencia del Tribunal Supremo lo ha delimitado como “*vejeción y humillación continuada, metódica y deliberada con el objetivo de conseguir una situación de dominio...*” (STS 932/2003, de 27 de junio), como “*hostigamientos reiterados, descalificaciones, expresiones intimidatorias, amenazas de muerte...*” (STS 1750/2003, de 18 de diciembre) o como “*amenazas reiteradas y permanentes y sometimiento de la víctima y su familia a una situación de verdadero acoso*” (ATS, de 12 de septiembre de 2002).

Es decir, en la violencia psíquica sistemática debe existir una relación habitual de dominio del agresor sobre la víctima que genere en esta una situación de malestar emocional profundo (miedo intenso, desesperanza, limitación de la libertad, depreciación de la autoestima), independientemente de que no llegue a producir un trastorno mental propiamente dicho.

Dificultad de valoración de la prueba

El maltrato psicológico no deja una huella tan evidente como la violencia física, a pesar de que las consecuencias sobre la víctima pueden ser incluso más graves que en este último tipo de violencia (Labrador, Fernández-Velasco y Rincón, 2010). Los elementos probatorios son fundamentalmente de dos tipos:

- a) *Las conductas habituales habidas en la relación de pareja.* En este aspecto, además del relato de la víctima, desempeña un papel importante el testimonio de aquellas personas (hijos, familiares o personas allegadas) que hayan podido presenciar situaciones constitutivas de maltrato (insultos, vejaciones, desprecios o humillaciones), siempre que es-

tén dispuestas a testificar sobre ello en sede judicial. Aunque es improbable, si existen mensajes de voz o de texto dejados en un teléfono móvil, deben transcribirse y comunicarse al juzgado a fin de que el Secretario Judicial pueda llevar a cabo un acta de transcripción de los mismos.

- b) *Las consecuencias psicológicas sufridas por la víctima como resultado del maltrato psicológico habitual al que ha estado expuesta.* El elemento fundamental es la conexión entre el malestar emocional experimentado con el maltrato habitual sufrido. La clave aquí está en diferenciar la lesión psíquica, penalmente relevante, del malestar emocional sufrido cuando hay una ruptura no deseada de la relación de pareja o del desgaste emocional que supone mantenerse durante mucho tiempo en una relación disfuncional. Al margen de que hay personas más resilientes y personas más vulnerables que otras, hay ciertas reacciones psicológicas que están más relacionadas con la experimentación de un maltrato continuado (Muñoz y Echeburúa, 2016). Estas consecuencias deben ser objetivables, de entidad suficiente y sujetas al valor de la prueba (diagnóstico clínico) porque la percepción de las víctimas acerca de su estado psíquico como consecuencia de la violencia sufrida puede ser muy variable de unos casos a otros.

La acreditación de los hechos resulta especialmente compleja cuando la violencia denunciada es psicológica. Esto es así por diferentes motivos (Navarro-Góngora et al., 2004):

- a) *El delito se produce en la mayoría de los casos en la intimidad de la pareja, es decir, sin testigos.* Por ello, la única prueba de cargo con la que va a contar el juez son las declaraciones contradictorias de denunciante y denunciado.
- b) *Cuando la violencia ejercida se ha mantenido en el tiempo, la posibilidad de deterioro psicológico de la víctima es alta.* En estos casos las mujeres pueden adoptar una actitud pasiva que limita la acción probatoria, sin aportar datos fácticos útiles durante la instrucción.
- c) *La relación de afectividad entre la víctima y el victimario es ambivalente.* Los sentimientos de amor y cariño hacia el agresor explican la minimización que las víctimas hacen de los comportamientos violentos de este y la generación de esperanzas de cambio. Esta situación explica las ambivalencias respecto a la denuncia que presentan algunas víctimas, así como el elevado número de retractaciones (por ejemplo, retirar la denuncia en la fase de instrucción, acogerse a la dispensa de la obligación de declarar contra el acusado o retractarse de su declaración inicial). Otras situaciones que pueden explicar este fenómeno son la creación de una vinculación de dependencia emocional con el agresor, el miedo a las repercusiones posteriores, la dependencia económica, el temor ante la situación administrativa irregular y el riesgo de expulsión en víctimas extranjeras o el deseo de no perjudicar a los hijos (Consejo General del Poder Judicial, 2013)

Además, la violencia psicológica no deja un daño fácilmente perceptible (no produce señales externas en la víctima), por lo que sus consecuencias son más difíciles de obje-

tivar (Guija, 2009). Asimismo el impacto psíquico es fácil de enmascarar por la víctima (disimulación o atribución a otras causas), lo que es relativamente habitual en este tipo de procesos de victimización. De ahí que en ocasiones se la denomine violencia “invisible” (Rodríguez-Carballeira et al., 2005).

La dificultad de valoración de la prueba deriva de la complejidad de definir operativamente las conductas de maltrato, de la inespecificidad de la clínica experimentada y, en ocasiones, de la vulnerabilidad previa de la víctima o de la existencia de otros estresores, que dificultan establecer unas relaciones de causalidad entre el daño psicológico actual y la mala relación de pareja existente (Muñoz, 2013). Se trata, además, de establecer si la lesión psíquica es ligera, moderada o grave, en función del grado de interferencia en la vida cotidiana y en la estabilidad emocional de la víctima. El nexo de causalidad entre el maltrato sufrido y el menoscabo emocional es más complejo aún cuando la violencia psíquica es crónica (incluso desde el comienzo de la relación). Es decir, el abuso emocional continuado en una relación de pareja produce una quiebra del sentimiento de seguridad de la víctima, pero el alcance del daño psicológico sufrido va a depender, entre otras circunstancias, de la mayor o menor estabilidad emocional previa de la víctima, así como de su personalidad más o menos resiliente y de otros factores psicosociales (recursos psicológicos, clase social, nivel educativo, apoyo social, satisfacción laboral, etcétera) (Echeburúa y Corral, 2009; Esbec y Echeburúa, 2014).

Instrumentalización de las denuncias de maltrato

El tema de la instrumentalización de denuncias en el marco de la Ley 1/2004 ha dado lugar a diversas controversias sociales y jurídicas (Serrano, 2012; Pérez y Bernabé, 2012). Los datos aportados por el Observatorio contra la Violencia Doméstica y de Género del Consejo General del Poder Judicial, tomando el conjunto de órganos jurisdiccionales, presentan una tasa alta de sentencias absolutorias (38,8%), además de sobreseimientos libres (3,9%) y sobreseimientos provisionales (37,5%) (CGPJ, 2015). Si bien la falta de indicios delictivos no es sinónimo de una instrumentalización de la denuncia, también es cierto que el delito de acusación y de denuncia falsa es inherente al Sistema de Justicia, como así lo demuestra su presencia en las legislaciones más antiguas, como, por ejemplo, el Código de Hammurabi (Maqueda, 1999). No hay, por ello, nada que nos permita descartar su presencia en el contexto de la Ley 1/2004.

Como ocurre en otros campos del Derecho Penal, por ejemplo en el de las denuncias de abuso sexual infantil (Pareda y Arch, 2009), se identifican dos fuentes de distorsión en la interposición de denuncias contra la pareja:

- a) Interpretación errónea de la realidad derivada de una acumulación de malestar o frustración por la permanencia en una relación de pareja que resulta ya insatisfactoria, y en donde, con frecuencia, se suceden episodios de fricciones que pueden erosionar, en mayor medida, la estabi-

lidad psíquica de uno de los miembros de la pareja, en este caso de la mujer.

- b) Fabricación premeditada de la denuncia de maltrato asociada a la búsqueda de beneficios secundarios (agilización y ventajas en el proceso civil de divorcio u obtención de beneficios sociales recogidos en la Ley 1/2004), o a la satisfacción de los deseos de venganza y rencor generados hacia la pareja por despecho o por una inadecuada elaboración del proceso de ruptura.

Ahora bien, el sobreseimiento (archivo) de una denuncia o la absolución no equivalen necesariamente a una denuncia falsa. Tras denunciar, muchas mujeres se apean del proceso judicial o no declaran contra su pareja por miedo, ambivalencia afectiva o presión del entorno. En esos casos el juez valora la presunción de inocencia y archiva el caso por falta de pruebas.

Realizar el diagnóstico diferencial, en el caso de la violencia psicológica, es una actividad compleja para el psicólogo forense, que se ve dificultada por las limitaciones de los instrumentos de evaluación forense, así como por los diferentes factores moduladores del impacto psíquico, que impiden el establecimiento de un perfil psicopatológico único de las mujeres víctimas de violencia de pareja (Echeburúa, Muñoz y Loinaz, 2011).

Una adecuada preparación del proceso de evaluación pericial donde se atienda a los distintos factores moduladores del impacto psíquico (factores relacionados con la relación de pareja victimizante, factores bio-psico-sociales de vulnerabilidad y factores bio-psico-sociales de protección), la adopción de una perspectiva multimétodo-multidimensión y el contraste de la información, consultando diversas fuentes de datos, contribuirá a una intervención forense más eficaz (Muñoz, 2013). Un listado de instrumentos para evaluar el daño psicológico en víctimas de violencia puede encontrarse en Echeburúa, Corral y Amor (2002).

Conclusiones

El estudio de la violencia psicológica en la pareja es fundamental en el contexto forense. La falta, en muchas ocasiones, de pruebas físicas o de testigos que corroboren las manifestaciones de víctima y victimario convierten al estudio de la violencia psicológica en el protagonista de la acción penal (Subijana, 2009).

Una característica de la violencia psíquica contra la pareja es la negación de esta conducta por parte del agresor. Cuando una conducta genera malestar al pensar fríamente en ella o es rechazada socialmente, se utilizan estrategias para eludir la

responsabilidad, como buscar excusas, alegar que se trata de un problema estrictamente de los dos, echar la culpa a la pareja o a problemas de otra índole, considerar lo que ocurre como *normal* en todas las parejas o minusvalorar las consecuencias negativas de esas conductas para la víctima (Cobo, 2006).

A su vez, muchas víctimas de maltrato psicológico habitual no son conscientes de su victimización. De hecho, pueden quitar importancia a lo que les ocurre, atribuir las conductas humillantes sufridas a la forma de ser de su pareja y no percatarse de la relación directa existente entre el malestar emocional experimentado y las conductas de maltrato recibidas (Follinstad, 2007). Por ello, si bien es difícil cuantificarla numéricamente, la cifra negra del maltrato psicológico es bastante mayor que la del maltrato físico.

La definición operativa de las conductas características del maltrato psicológico en la pareja y de lo que constituye el daño psicológico facilita la distinción entre lo que es una mera mala relación de pareja disfuncional de lo que es la violencia psicológica sistemática, con las implicaciones judiciales que un hecho de esta naturaleza comporta (Cobo, 2006).

La acreditación de la violencia psicológica en una relación de pareja requiere muy frecuentemente los dictámenes periciales de las Unidades de Valoración Forense Integral para objetivar la violencia psíquica habitual existente y el posible daño causado. Sin embargo, estas periciales son laboriosas y complejas, ya que no existe un perfil de víctima ni de victimario. Las distintas investigaciones describen diferentes tipos de agresores de pareja (Echeburúa, Amor y Corral, 2009; Amor, Echeburúa y Loinaz, 2009); por otro lado, el elevado número de moduladores del impacto psíquico impide hablar de un perfil psicopatológico exclusivo de la violencia de pareja (Muñoz, 2013).

Sin embargo, no se debe perder de vista el principio de intervención mínima que tiene el Derecho Penal. Por ello, no hay que judicializar cuestiones de intimidación en la relación o sentimientos de humillación en la persona ni la gestión disfuncional de un proceso de ruptura. Se evitaría así la utilización de la jurisdicción penal para resolver cuestiones propias de la vía civil (Derecho de Familia) (Subijana, 2009).

Son diversos los retos de futuro en relación con el análisis psicológico forense de la violencia psicológica en la relación de pareja. Además de definirla lo más operativamente posible, hay que establecer niveles de gravedad de la lesión psíquica (ligera, moderada, intensa) y determinar la relación causal (causa principal o coadyuvante) de la situación estresante con la lesión psíquica, así como diseñar instrumentos de evaluación lo más objetivos posibles (Puente-Martínez, Ubillos-Landa, Echeburúa y Páez-Rovira, 2016).

Referencias

Alcázar, M. y Gómez-Jarabo, G. (2001). Aspectos psicológicos de la violencia de género. Una propuesta de intervención. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 1, 33-49.

Amor, P.J., Echeburúa, E. y Loinaz, I. (2009). ¿Se puede establecer una clasificación tipológica de los hombres violentos contra su pareja? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9, 519-539.

Arruabarrena, I., De Paúl, J., Indias, S. y Ullate, M. (2013). Psychologists and child psychological maltreatment severity assessment. *Psicothema*, 25, 482-487.

- Castillejo, R. (2009). Intervención legal en violencia de género. En F. Fariña, R. Arce y G. Bucla-Casal (Eds.), *Violencia de género. Tratado psicológico y legal* (pp. 39-59). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Centro de Investigaciones Psicológicas (CIS) (2015). *Macroencuesta. Violencia contra la mujer 2015*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Cobo, J.A. (2006). El juez y la valoración de la lesión psíquica. *Cuadernos de Derecho Judicial*, 4, 253-331.
- Consejo General del Poder Judicial (2013). Guía de criterios de actuación frente a la violencia de género. Recuperado de: <http://www.poderjudicial.es/cgpi/es/Temas/Violencia-domestica-y-de-genero/Guias-y-Protocolos-de-actuacion/Guias/Guia-de-criterios-de-actuacion-judicial-frente-a-la-violencia-de-genero--2013->
- Consejo General del Poder Judicial (2015). La violencia sobre la mujer en la estadística judicial: Datos anuales de 2014. Recuperado de: <http://www.poderjudicial.es/cgpi/es/Temas/Violencia-domestica-y-de-genero/Actividad-del-Observatorio/Datos-estadisticos>
- Cuenca, M.L. (2013). Ajuste diádico en la pareja: revisión teórica. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 13, 177-189.
- Dutton, D.G. (1995). *The domestic assault of women: Psychological and criminal justice perspectives*. Vancouver, BC: UBC Press.
- Dutton, D.G. (2006). *Rethinking domestic violence*. Vancouver, BC: UBC Press.
- Dutton, D.G. y Golant, S.K. (1997). *El golpeador. Un perfil psicológico*. Buenos Aires: Paidós.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1998). *Manual de violencia familiar*. Madrid: Siglo XXI.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (2009). ¿Por qué las víctimas no reaccionan de la misma manera ante un mismo suceso traumático? Factores de protección y factores de vulnerabilidad. En A. Medina, M.J. Moreno, R. Lillo y J.A. Guija (Eds.), *El sufrimiento de la víctima (Psiquiatría y Ley)* (pp. 161-184). Madrid: Triacastela.
- Echeburúa, E., Amor, P.J. y Corral, P. (2009). Hombres violentos contra la pareja: trastornos mentales y perfiles tipológicos. *Pensamiento Psicológico*, 6, 27-36.
- Echeburúa, E., Corral, P. y Amor, P.J. (2002). Evaluación del daño psicológico en las víctimas de delitos violentos. *Psicothema*, 14 (supl.), 139-146.
- Echeburúa, E., Muñoz, J.M. y Loinaz, I. (2011). La evaluación psicológica forense frente a la evaluación clínica: propuestas y retos de futuro. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 11, 141-159.
- Echeburúa, E., Sarasua, B. y Zubizarreta, I. (2014). Individual versus individual and group therapy regarding a cognitive-behavioral treatment for battered women in a community setting. *Journal of Interpersonal Violence*, 29, 1783-1801.
- Esbec, E. y Echeburúa, E. (2014). La evaluación de los trastornos de la personalidad según el DSM-5: recursos y limitaciones. *Terapia Psicológica*, 32, 255-264.
- Feliú, M.H. (2000). *Aabar bien: cómo afrontar la separación y el divorcio*. Barcelona: Martínez Roca.
- Ferrer, V.A., Bosch, E. y Navarro, C. (2010). Los mitos románticos en España. *Boletín de Psicología*, 99, 7-31.
- Follinstad, D.R. (2007). Rethinking current approaches to psychological abuse: Conceptual and methodological issues. *Aggression and Violent Behavior*, 12, 439-458.
- González-Ortega, I., Echeburúa, E. y Corral, P. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: una revisión. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 16, 207-225.
- Gottman, J.M. y Silver, N. (2012). *Siete reglas de oro para vivir en pareja. Un estudio exhaustivo sobre las relaciones y la convivencia*. Barcelona: Penguin Random House Mondadori.
- Guija, J.A. (2009). Aspectos psiquiátricos-forenses de la valoración de la víctima. En A. Medina, M. J. Moreno, R. Lillo y J. A. Guija (Eds.), *El sufrimiento de la víctima. Psiquiatría y Ley* (pp. 28-56). Madrid: Triacastela.
- Hirigoyen, M.F. (2006). *Mujeres maltratadas: Los mecanismos de la violencia de pareja*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Labrador, F.J., Paz, P., De Luis, P. y Fernández-Velasco, R. (2004). *Mujeres víctimas de la violencia doméstica*. Madrid: Pirámide.
- Labrador, F. J., Fernández-Velasco, R., y Rincón, P. P. (2010). Características psicopatológicas de mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicothema*, 22, 99-105.
- Maqueda, M.L. (1999). *Acusación y denuncia falsas*. Valencia: Tirant lo Blanch.
- Martínez, J.M. (2013). *Celos. Claves para comprenderlos y superarlos*. Barcelona: Paidós.
- Muñoz, J.M. (2013). La evaluación psicológica forense del daño psíquico: propuesta de un protocolo de actuación pericial. *Anuario de Psicología Jurídica*, 23, 61-69.
- Muñoz, J.M. y Echeburúa, E. (2016). El diagnóstico diferencial de la violencia en la relación de pareja: implicaciones para la evaluación psicológica forense. *Anuario de Psicología Jurídica*, 26, 2-12.
- Muñoz, J. M. y Del Campo, M. (en prensa). La evaluación pericial psicológica de idoneidad de custodia y régimen de visitas en los procedimientos de violencia de género en el contexto legal español. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*.
- Muñoz-Rivas, M., Graña, J.L., O'Leary, K.D. y González, P. (2007). Physical and psychological aggression in dating relationships in Spanish university students. *Psicothema*, 19, 102-107.
- Navarro-Góngora, J., Navarro-Abad, E., Vaquero, E. y Carrascosa, A.M. (2004). *Manual de peritaje sobre malos tratos psicológicos*. Valladolid: Junta de Castilla y León.
- Ortiz-Tallo, M. (2001). *Amor y desamor*. Málaga: Aljibe.
- Patró, R. y Limiñana, R.M. (2005). Víctimas de violencia familiar: Consecuencias psicológicas en hijos de mujeres maltratadas. *Anales de Psicología*, 21, 11-17.
- Pereda, N. y Arch, M. (2009). Abuso sexual y síndrome de alienación parental: criterios diferenciales. *Cuadernos de Medicina Forense*, 15, 279-287.
- Pérez, F. y Bernabé, B. (2012). Las denuncias falsas en casos de violencia de género: ¿Mito o realidad? *Anuario de Psicología Jurídica*, 22, 37-46.
- Picó-Alfonso, M.A., Echeburúa, E. y Martínez, M. (2008). Personality disorder symptoms in women as a result of chronic intimate male partner violence. *Journal of Family Violence*, 23, 577-588.
- Puente-Martínez, A., Ubillos-Landa, S., Echeburúa, E. y Páez-Rovira, D. (2016). Factores de riesgo asociados a la violencia sufrida por la mujer en la pareja: una revisión de meta-análisis y estudios recientes. *Anales de Psicología*, 32, 295-316.
- Renninson, C.M. (2003). *Intimate partner violence, 1993-2001 (NCJ 197838)*. Washington, DC: U.S. Department of Justice. Bureau of Justice Statistics.
- Rodríguez-Carballeira, A., Almendros, C., Escatín, J., Porrúa, C., Martín-Peña, J., Javaloy, F. y Carrobes, J.A. (2005). Un estudio comparativo de las estrategias de abuso psicológico: en pareja, en el lugar de trabajo y en grupos manipulativos. *Anuario de Psicología*, 36, 299-314.
- Rojas Marcos, L. (2008). *Convivir. El laberinto de las relaciones de pareja, familiares y laborales*. Madrid: Punto de Lectura.
- Sarasua, B., Zubizarreta, I., Echeburúa, E. y Corral, P. (2007). Perfil psicopatológico diferencial de las víctimas de violencia de pareja en función de la edad: un estudio exploratorio. *Psicothema*, 19, 459-466.
- Sarasua, B., Zubizarreta, I., Corral, P. y Echeburúa, E. (2012). Factores de vulnerabilidad y de protección del impacto emocional en mujeres adultas víctimas de agresiones sexuales. *Terapia Psicológica*, 30, 7-18.
- Serrano, F. (2012). *La dictadura de género. Una amenaza contra la justicia y la igualdad*. Córdoba: Almuzara.
- Serrat-Valera, C. y Larrzábal, M. (2008). *¡Adiós, corazón!* Madrid: Alianza Editorial.
- Subijana, I.J. (2009). La violencia en la relación de pareja: la protección de las víctimas en el sistema institucional de justicia. En E. Echeburúa, J. Fernández-Montalvo y P. Corral (Eds.), *Predicción del riesgo de homicidio y de violencia grave en la relación de pareja* (pp. 115-136). Valencia: Centro Reina Sofía. Serie Documentos 15.
- Taylor, K., Stewart-Tufescu, A. y Piotrowski, C. (2015). Children exposed to intimate partner violence: Influences of parenting, family distress, and sibling. *Journal of Family Psychology*, 29, 29-38.
- Yela, C. (2000). *El amor desde la Psicología Social*. Madrid: Pirámide.

(Article received: 29-09-2015; revised: 08-02-2016; accepted: 02-03-2016)