

Edición Especial - 25N: Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Violencia de Género

entrevista a:
Mariela Michelena



Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Mariela Michelena

Mariela nace en Caracas y es Licenciada Psicología por la Universidad Católica Andrés Bello, en la misma ciudad.

Llega a Madrid en 1983 y realiza su formación como psicoanalista en la Asociación Psicoanalítica de Madrid (APM), componente de la International Psychoanalytic Association (IPA), a la que pertenece como miembro titular con función didáctica. Está también acreditada como psicóloga clínica por el Ministerio de Educación. Ha dirigido el Departamento de Niños y Adolescentes de la Asociación Psicoanalítica de Madrid. Ha sido profesora del máster de Psicoanálisis de Niños y Adolescentes tanto en Sepypna, como en la Escuela de Psicoanálisis de Niños y Adolescentes. Ha supervisado durante cinco años el trabajo del equipo de Casa Verde, de la Fundación Manantial, que se ocupa de ofrecer apoyo, prevención y seguimiento a hijos de personas con trastorno mental. Actualmente pertenece a la Comisión de Supervisiones de la Comisión de Enseñanza del Instituto de la APM.

Trabaja como psicoanalista en Madrid y es autora de diversos libros de psicoanálisis que cualquier persona puede entender: *“La vida son los miércoles”*; *“Anoche soñé que tenía pechos”*; *“Mujeres malqueridas”*; *“Me cuesta tanto olvidarte”*; *“Mujeres que lo dan todo a cambio de nada”*; *“Un año para toda la vida”*; *“Saber y no saber: curiosidad sexual infantil”*.

Escribe artículos en revistas y periódicos de tirada nacional y da conferencias sobre los temas que tratan sus escritos en España y América.

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

¿Qué es para tí la Violencia de Género?

Mariela: Bueno, ¿qué es para mí?, tampoco soy yo un referente. Si yo tuviera algo que decir de la violencia de género distinto a lo que sale en los periódicos o a lo que conocemos, es que la violencia de género empieza mucho antes del golpe, que la violencia de género empieza con detalles nimios, con “no te vistas así”, “no te pongas esto”, “mejor no salgas con tus amigas, quédate conmigo”, “¿por qué tienes que hacer esto?, ¡no lo hagas!”, “¡cállate!, de esto no sabes opinar”. Yo creo que ahora las campañas contra la violencia de género están tomando en cuenta estos pequeños detalles, antes aparecía como maltrato, la mujer amoratada del golpe y es muy difícil que una mujer se identifique con eso, a menos que lo esté padeciendo, porque cuando vemos a la mujer amoratada pensamos: “eso les pasa a otras”; “eso pasa en otro medio social”; “eso pasa en otro medio económico”; “eso a mí no me va a pasar” y eso pasa en todos los medios sociales, en todos los medios económicos, a mujeres brillantes, a mujeres autónomas, a mujeres feministas, que, sin darse cuenta, empiezan a ceder terrenos que no se tienen que ceder. Empiezan a mantener relaciones en donde la reciprocidad no está garantizada, entonces eso es violencia de género, desde el principio.

Con respecto a lo que decías de la prevención que se hace hoy en día, hay una inversión importantísima, un despliegue enorme, pero parece que está muy enfocado desde lo cultural y lo educativo...

Mariela: ...y lo social...

En tu opinión, ¿hay algún otro elemento desde el que se haga la prevención?

Mariela: a mi me parece que la prevención tiene que empezar en los Institutos, porque es sorprendente la cantidad de adolescentes que están sometidas a violencia de género. Ahora con esto de la modernidad, de que todos somos iguales, de que todo se vale, hay que probarlo todo y si no lo pruebas todo o no lo haces todo o no dices a todo que si es como que eres tonta, que estás retrasada, como que no estás al día y entonces, las chicas aceptan cosas que no tienen por qué aceptar.

...la violencia de género empieza mucho antes del golpe, la violencia de género empieza con detalles nimios...

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Mariela: Creo que antes había unos diques, unas prohibiciones por parte de los padres, de la educación, de la religión, etc., que no es que yo diga que haya que volver a eso, pero esos diques protegían a la chica de sus propias inclinaciones. Porque a los 13, 14, 15 años tú lo que quieres es pertenecer al grupo, ser una más, ser aceptada, gustar y pagas el precio que haga falta con tal de conseguir eso. Eso es muy delicado. A mí me parece que ese es el lugar donde hay que hacer la labor más importante. Tuve una paciente adolescente que, ante un hecho de violencia de género en el que habían matado a una mujer, ella me dice: “pues yo lo veo muy fácil” y le digo: “¿lo ve muy fácil?”, y ella dice: “un bate”; cuando ella dice que “lo ve muy fácil”, yo pienso: “¡que bien, me va a dar la solución al problema que yo estoy buscando solucionar hace tiempo!”, y le digo: “¿cómo un bate?”, y me dice: “bueno, pues tienes un bate detrás de la puerta y en cuanto el señor se te acerca, le das un batazo en la pierna, no lo vas a matar, pero...”. Al tiempo, empezó ella con su propia rueda, el chico que le gustaba sólo estaba con ella cuando estaba borracho y por sexo y después se desaparecía y ella sufría y ella lloraba y ella esperaba y yo le decía: “¿y el bate?, ¿dónde está el bate?”. Allí es donde tiene que empezar el bate. El bate no hay que guardarlo detrás de la puerta esperando un golpe, el bate hay que sacarlo cuando sientes que estás sufriendo, que lo estás pasando mal, que lo que estás haciendo no te gusta, que te están diciendo cosas que no quieres escuchar. Ayer otra paciente hiper feminista, me cuenta de un chico que le manda un SMS a cambio de nada: “¿entonces qué?, ¿follamos?”, ese SMS no se responde, eso es una falta de respeto.



...a los 13, 14, 15 años tú lo que quieres es pertenecer al grupo, ser una más, ser aceptada, gustar y pagas el precio que haga falta con tal de conseguir eso...

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

En este sentido, además del miedo, ¿hay otros elementos que influyen en las relaciones de maltrato sostenidas en el tiempo?

...el miedo a quedarse sola y vacía con una imagen de sí misma aterradora: “¿cómo pude?!; ¿cómo acepté?!; ¿cómo toleré?!; ¿cómo estuve allí?!; ¿cómo me quedé?!; ¿cómo no salí corriendo?! ...

Mariela: yo creo que el miedo es una cosa significativa, porque el miedo no es solamente el miedo al maltratador. El miedo al maltratador por supuesto que es muy importante y que está allí y cuando las parejas tienen hijos, pueden surgir preguntas como: ¿qué va a pasar con los hijos?. También veo que hay miedos mucho más profundos, creo que hay un miedo al vacío y a la soledad que es tremendo, hay un miedo a reconocerse a sí misma en un lugar de maltratada que es muy humillante y muy difícil de aceptar. Es como si hubiera una escisión, o sea, en una parte de tu cabeza esto es lo que está pasando, es decir, en la realidad este hombre te maltrata, te grita,

te pega, te empuja, te es infiel, te hace una vida imposible. Pero otra parte de tu cabeza piensa: “esto va a cambiar, no pasa nada, esto yo lo puedo controlar, esto ha sido sólo dos veces, tampoco es considerable porque sólo han sido dos veces, sólo me ha pegado dos veces”. Juntar esas dos partes en la cabeza, juntar lo que ha pasado en la realidad con la imagen que tienes de ti misma, de mujer de hoy en día, del “ME TOO”, del Siglo XXI, de mujer feminista, etc., juntar todo eso es insoportable. A veces se tolera el maltrato por el miedo a quedarse sola, vacía y a quedarse sola y vacía con una imagen de sí misma aterradora: “¿cómo pude?!; ¿cómo acepté?!; ¿cómo toleré?!; ¿cómo estuve allí?!; ¿cómo me quedé?!; ¿cómo no salí corriendo?!”. Aparte, por supuesto, del miedo concreto y real de un hombre que pueda maltratar y que pueda hacer daño y, que puede hacerlo porque tiene una fuerza y una determinación loca de que es dueño, de que posee, de que aquello no es una mujer sino que es un objeto, que es suyo como si fuera su mano: “¿cómo es que su mano no va a ser lo que él manda o lo que él quiere o lo que él espera!?”. Hay, por supuesto, un miedo real, pero también, hay un miedo a cosas internas que son más profundas, que son difíciles de detectar a primera vista, pero que están allí. Hay una dificultad de verse a sí misma en el lugar de maltratada: “eso les pasa a otras, esto no se puede considerar maltrato, porque total, han sido sólo dos veces”, y creo que el terror a la soledad y al vacío y al abismo que se abre también es muy importante.

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Se puede pensar que, en las relaciones de maltrato ¿el poder y el amor se mezclan?

Mariela: Tenemos una idea loca de que el sacrificio nos hace poderosas, “tanto sufres, tanto vales”, “tanto sufro por ti, tanto me sacrifico por ti, tanto me debes”, aquí hay algo de la dialéctica del amo y del esclavo: “¿quién manda a quién?; ¿quién es dueño de quién?; ¿quién posee a quién?; ¿quién controla?; ¿quién domina?”. Lo del poder es algo muy delicado de ver. En nuestro ámbito nos importa escuchar, minuciosamente, cuál es la cuota de poder que la mujer siente que tiene sobre ese hombre cuando ella está sacrificándose, dándolo todo por él, olvidándose de sí misma por él, manteniéndolo, en muchos casos, haciéndose cargo o de la familia de él o de los problemas de él y olvidándose de los propios. Eso nos da a poder a las mujeres cuando tenemos un bebé que nos sacrificamos muchísimo y nos olvidamos de nosotras mismas por atenderle, somos las dueñas de ese bebé y ese bebé cuando nos ve, no tiene nada más en el mundo que ver a su mamá y sonreír. Allí funciona, por un tiempo, porque ni el bebé es dueño de nosotras, ni nosotras somos dueñas del bebé, pero funcionamos desde esta perspectiva y nos pensamos que el sacrificio nos da poder y es como decir: “yo que llevo tantos años contigo; yo que llevo tantos años esperándote; etc.”; entonces pienso: “sacrificate menos; puede menos”



Me invitaron una vez a dar una charla sobre empoderamiento y yo decía: “tenemos que no poder.” Tenemos que reconocer que no podemos, porque en la medida en que nos sentimos que lo podemos todo, que podemos tolerar todo, que podemos aguantar todo, que esto no nos duele tanto, vamos a tolerar un montón de cosas que no tendríamos por qué perdonar. En la medida en que nos reconocemos como frágiles: “¡esto no me gustó!; ¡por aquí no paso!”; a la primera, o bueno, a la segunda vez que ocurra, pero sin dejar pasar demasiado tiempo que permita que el maltrato se instaure.

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Mariela: Desde el punto de vista del hombre, el poder consiste en sentirse dueño de la otra persona y, en esa medida, ni siquiera tiene conciencia de que está violentando nada, es decir, al mando a distancia lo tratas como te parece porque para eso lo tienes y la televisión tiene que responder cuando tú le das al botón y si, resulta que se queda sin batería, tiras el mando a distancia al suelo. De alguna manera, el hombre se siente dueño de esa mujer, en una concepción loca de lo que es una pareja o de lo que es una relación y está convencido de que esa mujer tiene que responder desde su mando a distancia, sin chistar.

En estas relaciones es obvia una sensación de dependencia bastante importante y recordando tu libro "Mujeres Malqueridas", hay una frase que me viene a la cabeza "Si la autonomía del otro supone rendición, la propia independencia es libertad", ¿a qué te refieres?

Mariela: Descubrir la autonomía del otro, una cosa que nos ocurre como a los 7 meses, cuando aparece la angustia ante el extraño, cuando el bebé siente algo así como: ¿perdón, esta señora no es mía!?. Winnicott define la Experiencia de Continuidad, donde el bebé no distingue a la madre de sí mismo, sino que él tiene hambre y él se alimenta; él tiene sueño y él se duerme; y todas las cosas que pasan a su alrededor deberían suceder, de tal manera, que él sienta que todo está previsto en el universo para que esto sea así y punto. A medida que él va creciendo y se incorpora, puede ver que la mamá se aleja, que vuelve, que él tiene que esperar. La mamá lo hace esperar y descubre que hay otros en el mundo, que él no es el único, que esa mamá se puede ir y ahí entra la angustia ante el extraño y el terror ante la separación. Con esta mala noticia de que no somos dueños de nadie, que nadie es dueño de nadie, tenemos que convivir el resto de la vida y eso es muy difícil, porque cuando estamos enamorados es como si pensáramos: "yo soy tuya y tú eres mío", porque hay un anhelo de completud y todos queremos el amor perfecto, buscamos el alma gemela, un anhelo, una búsqueda de la ilusión, del enamoramiento con todas sus florituras. De pronto nos tropezamos con que: "¡sí!, yo te quiero muchísimo, pero hasta aquí y tu me quieres muchísimo, ¡pero esto no!".

"Con esta mala noticia de que no somos dueños de nadie, que nadie es dueño de nadie, tenemos que convivir el resto de la vida y eso es muy difícil, porque cuando estamos enamorados es como si pensáramos: yo soy tuya y tú eres mío."

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Mariela: De modo que, es verdad que hay algo de rendición en aceptar la autonomía del otro, pero cuando uno recupera la propia autonomía hay libertad, no sólo para uno, sino, para el otro. En la medida en que uno ejerce su propia autonomía, también permite al otro que la ejerza. Tenía una paciente que tenía una relación muy estrecha con su madre y que, a medida que se fue psicoanalizando, viendo cosas y comprendiendo cosas, esta relación se fue espaciando. En vez de hablarse cuatro veces al día por teléfono con su madre (una mujer hecha y derecha con hijos), a lo mejor hablaban una o, en vez de todos los fines de semana ir a comer con su madre, a lo mejor un fin de semana si y otro no. La madre de mi paciente me odiaba, yo era la mala de la película, hasta que, de pronto, la madre empezó a hacer planes con sus amigas, se apuntó a clases de baile de salón y mi paciente estaba horrorizada, como diciendo: *¿y ésta qué se ha creído?!* De alguna manera, la autonomía que mi paciente fue adquiriendo en los años de psicoanálisis era un pasaporte, era una puerta para la libertad de la propia madre, porque estas relaciones de dependencia siempre son mutuas. Es verdad que hay una dependencia afectiva que está allí, por supuesto que siempre en una relación de pareja siempre hay una dependencia afectiva, si no apaga y vámonos, si no dependemos un poquito del otro, si no nos echamos de menos, si no necesitamos estar un poquito con el otro, ¿por qué vamos a dormir todas las noches con un señor y despertarnos con él o él con nosotras? Siempre hay una cuota de dependencia que forma parte de una relación sana, pero hay algo de esa dependencia que, como todas las cosas en exceso, son venenosas.



“...siempre en una relación de pareja hay una dependencia afectiva, sino dependemos un poquito del otro, sino nos echamos de menos, sino necesitamos estar un poquito con el otro, ¿por qué vamos a dormir todas las noches con un señor y despertarnos con él o él con nosotras?...”

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Antes has hablado del miedo a la soledad y ahora has hablado de mucho de libertad, un gran miedo a la libertad también, de ser libre, de qué hacer con esa libertad?

Mariela: Claro porque la libertad es también abismal, es decir, mientras más libre eres, más decisiones tienes que tomar. Mientras más libre eres, más expuesta estás también. Hay algo de esta dependencia que da mucha seguridad, porque todo está previsto. Podemos retomar lo que era la educación antes, lo que había comentado antes de las adolescentes. Antes las adolescentes tenían menos libertad y estaban más seguras, estaban más protegidas, no tenían ellas que decidir cada vez, porque había cosas que ya estaban decididas de antemano. Había algo que daba una cierta seguridad y que permitía que el adolescente creciera, por lo menos, hasta los 18. Ahora no, ahora son libres desde muy pronto y tienen que vérselas con decisiones y con situaciones complejas, quizá antes de tiempo, quizá antes de estar suficientemente adultas y preparadas y tener criterio propio, de saber: “esto es lo que me gusta y esto no”. A los 13 años no sabes quién eres, ni cómo eres, ni qué esperas de una pareja. A los 13 años quieres estar integrada y pertenecer a algo o a alguien. A lo mejor tienes que pertenecer al grupo de esa manera y pagar ese precio, que es el precio que están pagando ahora nuestras adolescentes. Por eso pensaba que el trabajo de prevención tiene que empezar por la adolescencia. Libertad es también soledad en un sentido, una paciente separada me decía: “¡sí!, muy libre, muy libre, pero lo que estoy es sola”. Por todo se paga un precio, no hay nada en la vida que sea gratis, lo que uno tiene que decidir es cuál es el precio que uno está dispuesto a pagar y por qué está uno dispuesto a pagar un precio sí y otro no y hay precios que son impagables, hay precios que ninguna mujer tendría que estar dispuesta a pagar.

“Mientras más libre eres, más decisiones tienes que tomar. Mientras más libre eres, más expuesta estás también, hay algo de esta dependencia que da mucha seguridad, porque todo está previsto”

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

En la línea de lo que decías de las adolescentes de hoy en día, ¿qué papel cumplen las redes sociales?

Mariela: No sé si han visto *“Por trece razones”*, a mi me parece que es el mundo en el que estamos, no vamos a demonizar lo que hay porque lo que tenemos que hacer es ver qué hacemos con lo que hay, preparar a nuestros adolescentes para que se enfrenten a lo que hay. La serie *“Por trece razones”*, damos por sentado que quiénes nos leen también la han visto y sino vayan a verla. Esta serie es una buena formación para padres y adolescentes de lo que pasa con las redes sociales, de la inmediatez, de la falta de protección. En cualquier adolescente de cualquier época, por lo menos en nuestra cultura occidental, todo se juega a *“cara o cruz”*, porque el adolescente no tiene perspectiva de futuro, el adolescente siente que se juega su identidad ya y si esta noche no sale, ya va a ser infeliz para toda la vida y si no puede ligar con fulanita o con fulanita entonces ya nunca más en la vida encontrará a nadie. Tengo una paciente adolescente que me decía: *“no salí el fin de semana porque el pelo me quedó horrible”* y no salió en todo el fin de semana, entonces ya se siente excluida del grupo y el otro fin de semana, esta misma paciente decía: *“fueron todos con vaqueros y camiseta negra”*, y ella con vaqueros y camiseta blanca. Ese tipo de cosas nimias son dramáticas, por esta sensación de que todo se juega a *“cara o cruz”*, de que todo tiene que ser inmediato, de que todo tiene que ser ya. Esto que forma parte del pensamiento adolescente, se ve subrayado, fomentado, favorecido por las redes sociales en las que todo es ¡ya!, todo es inmediato, no hay tiempo de dilucidar, no hay

tiempo de pensar, no hay tiempo de elegir. Es verdad que las redes sociales, además son un escaparate que nos exponen y exponen nuestra vida feliz, que es lo que mostramos, pero también exponen lo que no tenemos, lo que nos falta, lo que no podemos alcanzar y nos deja en una situación muy precaria ante el mundo.



“...el adolescente siente que se juega su identidad ¡ya! y si esta noche no sale, ya va a ser infeliz para toda la vida...”

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Mariela: En las redes sociales se nos ven las manchas en la cara, se nos ven los defectos, todo queda a la luz, todos nuestros defectos quedan expuestos. Los adolescentes se la tienen que ver con toda una situación que es nueva para la que no tienen referentes, para la que los adultos estamos aprendiendo de ellos, porque los adultos no tenemos herramientas para decirles: *“lo sano es esto; lo que tienes que hacer es esto; la mejor manera es esta”*, porque ni siquiera sabemos cómo se llaman las redes, porque sale una nueva cada vez, ya Facebook está completamente desfasado y cuando los adultos pensamos: *“soy súper moderna, tengo Facebook”*, ya resulta que eso no tiene ninguna importancia. Ni siquiera tenemos la opción de guiar a nuestros adolescentes, aunque no nos hagan caso, pero por lo menos poder decirle: *“te lo dije”*. Entonces se las tienen que ver con situaciones nuevas cada día, todos nos la tenemos que ver. Pero, los que estamos más hechos por la edad, por la trayectoria, por la experiencia, por nuestra formación, estamos más hechos y estamos más expuestos a todos los efectos de las redes sociales, pero podemos enfrentarlos de otra manera. Un adolescente que está crudo todavía, que está por hacerse, que está por definirse es una víctima mucho más frágil ante estas cosas. En la serie *“Por trece razones”*, desde la primera foto, se muestra algo que no es verdad, que no pasó, que no sucedió. La foto es una *fake news*, que también se están llevando tanto las *fakes news*, porque esa es otra, que no sabemos los límites de la verdad y la mentira, todo puede ser verdad y todo puede ser mentira. Dentro de eso, es muy importante la sensación de irrelevancia que puede tener un adolescente en esta época: *“¿quién soy?; no soy nada; no valgo nada; no soy nadie; no tengo un lugar en el mundo; mi futuro: no está demasiado claro qué va a pasar conmigo; ¿qué mas da?!; ¿qué importa?!”*

“...es muy importante la sensación de irrelevancia que puede tener un adolescente en esta época: ¿quién soy?; no soy nada; no valgo nada; no soy nadie; no tengo un lugar en el mundo; mi futuro: no está demasiado claro qué va a pasar conmigo; ¿qué mas da?!; ¿qué importa?! ...”

Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

En “Mujeres Malqueridas”, citando a Simone De Beauvoir, relacionabas el estilo de querer típicamente femenino con la condición de desventaja social de la mujer de aquella época. En el 2018, después de tantos derechos adquiridos gracias al feminismo, ¿el estilo del querer ha cambiado?

Mariela: Desgraciadamente no. A mi me parece que eso es una cosa importante porque tú empezabas contándome que todas las políticas están enfocadas desde el punto de vista social, jurídico, etc., y yo creo que es importante atacar el germen de lo femenino, del masoquismo femenino, del masoquismo moral. Freud decía que lo más misterioso que había en el ser humano era el masoquismo, es que no se puede comprender. No se puede comprender que alguna persona busque el sufrimiento y, esto es un tema muy delicado porque no es políticamente correcto, porque pareciera que uno está culpabilizando a la víctima diciéndole: “¡claro!, te lo has buscado” y no es que te lo has buscado, pero es verdad, que hay una cierta inclinación en nosotras al sacrificio, a olvidarnos de nosotras mismas, a postergarnos y a pensar en el otro antes que en nosotras mismas.

“Freud decía que lo más misterioso que había en el ser humano era el masoquismo, es que no se puede comprender que alguna persona busque el sufrimiento y esto es un tema muy delicado porque no es políticamente correcto, porque pareciera que uno está culpabilizando a la víctima”



Violencia de Género: Entrevista a Mariela Michelena

Mariela: La única manera de cambiar eso es si sabemos que eso está allí, por eso yo creo que hay que nombrarlo, aún a riesgo de parecer anticuadas, de que estamos señalando a la pobre víctima y culpabilizándola, que no es el caso. Hoy en día, desde luego, las pacientes que yo tengo y que han sufrido situaciones de maltrato, te diría que el 80% ganaban más dinero que sus maridos, no sólo ganaban más dinero, mantenían a sus maridos, entonces la situación de desventaja social ya no me vale, la situación de desventaja económica ya no me vale. Por su puesto que tenemos que seguir luchando por la paridad salarial, pero para conseguir la verdadera paridad, la verdadera igualdad, tenemos que aceptar y reconocer que somos diferentes y que en esa diferencia ellos tienen unas inclinaciones y nosotras otras y tenemos que vérnoslas nosotras con nuestras inclinaciones. En un trabajo de prevención esto es fundamental, es decir: *“ojo con tu vena maternal; ojo con tu deseo de proteger a los demás; ojo con: no importa, ya lo hago yo”*; porque hay algo que ya no se explica como en el Siglo XIX o a principios del Siglo XX.

