



Instituto Latinoamericano
de Estudios de la Familia, A.C.



Algunas herramientas teóricas y prácticas para trabajar con violencia en la pareja: cómo romper el silencio

Ponencia presentada por el Centro de Atención a la Violencia Doméstica (CAVIDA) del Instituto Latinoamericano de Estudios de la Familia (ILEF).

Coordinadores: Dr. Ignacio Maldonado y Dra. Flora Aurón, **integrantes:** T. F.

Alejandra López, Psic. María Maldonado, T. F. Maribel Nájera, T. F. Marisa Oseguera, T. F. Adriana Segovia, T. F. Fanny Sonabend, T. F. Patsy Stillmann, T. F. Emily Sued, T. F. Luis del Valle.

Entrevistas de Maribel Nájera y Fanny Sonabend.

Una familia que vive violencia, vive vergüenza. Ante la vergüenza..... la culpa; el aislamiento, el cierre de fronteras ante el mundo: “la ropa sucia se lava en casa”.

Creencias como “hay que desconfiar de los extraños”, “hay que cuidarse de las habladurías, de los chismes, de las ‘malas’ compañías”, es decir, “sólo se puede confiar en la familia”, mantienen límites rígidos entre la vida privada y la pública, pretenden “proteger” la integridad del sistema familiar, a través de crear reglas propias, particulares e íntimas. Éstas pueden tender a divergir de la ley social, con sus derechos y garantías individuales. En el caso de un sistema regido por la violencia, por la dominación y el poder absoluto de un subgrupo del sistema, la vida privada se convierte en un camino a la prisión y a la muerte.

I. Marco teórico (ECRO)

Nuestro ECRO (esquema conceptual, referencial y operativo) nos remite no sólo a una serie de modelos y conceptos teóricos, sino a una serie de valores, como lo mencionaba Pichón Riviére, es una posición ante un fenómeno que contiene nuestra historia personal, profesional y cultural. Las bases teóricas principales de nuestro modelo se basan en:

TEORÍA GENERAL DE SISTEMAS: Atender a la primera y segunda cibernética para observar en los sistemas aquellos cambios que mantienen la estabilidad y los que permiten los cambios de estructura o de segundo orden. Una intervención sistémica reconoce el proceso relacional entre la pareja, la familia extensa y otros servicios sociales que constituyen el sistema que mantiene el problema. Sin embargo, aunque la teoría sistémica enfatice una causalidad circular, no debe perderse de vista la existencia de jerarquías, indispensables para distinguir el peso diferente entre la responsabilidad del abusador y del abusado, así como las diferencias sociales basadas en el poder.

El *isomorfismo* –la tendencia de los sistemas a reproducir las estructuras de los macrosistemas en los que se actúa- es un concepto relevante de esta teoría para entender la violencia, ya que frecuentemente vemos reflejados en los diferentes sistemas a saber, equipos de trabajo, institucionales y terapéuticos, entre otros, los mismos elementos de frustración, impotencia, confusión y coraje velado, así como las estructuras de alianzas, coaliciones y abusos de poder que se organizan en torno a las familias que viven violencia.

CIBERNÉTICA DE 2º. ORDEN: Destacar la inclusión del observador en el sistema.

CONSTRUCCIONISMO SOCIAL: (en atención especial a la construcción de género). Las acciones sólo tienen significado en el contexto en que se *construyen*. Debe considerarse el ecosistema en su conjunto.

MODELO ESTRUCTURAL: Trabajar con diferentes subsistemas estableciendo límites y jerarquías.

MODELO NARRATIVO. Deconstruir la historia de violencia y victimización para construir una historia alternativa basada en fortalezas y en modelos pacíficos de relación.

MODELO DE VIRGINA GOLDNER: Reconocimiento del doble papel que los terapeutas juegan, como terapeutas y como agentes del control social. Reconocer la responsabilidad que el hombre tiene cuando decide agredir y la de la mujer para decidir cuidarse.

TRANSPARENCIA, MULTIPARCIALIDAD Y RESPETO: Nos son relevantes estas premisas éticas y terapéuticas.

CUIDADO DEL OPERADOR: Como partes de los sistemas en los que interactuamos, es indispensable contener a los miembros de los equipos y terapeutas que trabajan con violencia y elucidar las historias personales de violencia.

CONSTRUCCIÓN DE PAZ: Es el objetivo principal de nuestro trabajo, promover aquellas acciones individuales, familiares, comunitarias y sociales que promuevan las relaciones pacíficas, tendientes a que el ecosistema sea estable, con justicia social y respeto a los derechos humanos y a la equidad.

En este trabajo nos atenderemos a diez puntos centrados en la formación y ruptura del silencio, como eje organizador de los vínculos violentos. Citaremos además los fragmentos de entrevistas realizadas por dos miembros del equipo a dos pacientes, respectivamente, después de haber pasado por un proceso terapéutico que les ayudó a salir de un vínculo de violencia, y que ilustran los conceptos que exponemos.

II. Cómo se forma la muralla del silencio

1. Mistificación y hechizo

Los conceptos de *mistificación* de Laing, -que apunta a la idea de confundir, ofuscar, ocultar o enmascarar lo que está ocurriendo-, así como el concepto de *hechizo* de

Perrone y Nanninni, -que se caracteriza por la influencia de una persona sobre otra sin que ésta lo sepa, una colonización o invasión no sólo del territorio sino, más dramáticamente, de la mente de otra persona, que niega la existencia y el deseo de la víctima- son útiles para entender la manera en que una mujer queda atrapada en un vínculo violento, más allá de los golpes. Su percepción de la realidad ha sido alterada, el bombardeo permanente de que es tonta, inútil, incapaz y encima culpable, termina dejándola en un lugar de impotencia que ella se cree y del que resulta difícil moverse. La colonización de la mente logra, por medio de estas acciones, alterar la identidad que ésta tiene de sí misma. Este embotamiento psicológico es fundamental para entender por qué una mujer no puede salir de un vínculo violento aunque “sepa” que algo está mal. “Saber” no es suficiente, es necesario desmistificar su realidad, reconstruir una identidad y ayudarla a salir del hechizo.

¿Cómo se construyó la muralla del silencio?

Paciente 1: Porque es como una gotita de agua que va cayendo todos los días y que uno no se da cuenta, y me aísla porque no tengo ni la confianza para decírselo a alguien que me quiere, mi madre, por ejemplo, o alguna prima. Y en mis problemas yo trato de pensar que la única salvación que tengo es mi gran pareja que me quiere mucho y que está dispuesto a ayudarme en todo. Entonces el boleto te lo venden al revés, que es como una maravilla, pero en el fondo te estoy controlando y te estoy destruyendo, y uno no se da cuenta...

Paciente 2: Sentía que era una mujer que no valía nada, una mujer que no tenía alternativa. Me refugié en la comida y en llorar y en ir jalando lo que yo creía que estaba condenada. Realmente yo pensé que nada iba a cambiar esta situación.

Terapeuta: ¿Por qué creías que no tenías alternativa?

Paciente 2: Porque sentía que no valía nada, porque sentía que no iba a tener el valor, porque sentía no tener apoyo. Soy la última de una familia de mujeres, no tenía la fuerza de mis padres o de un hermano varón, porque sentía miedo. Miedo a quedarme sin una seguridad económica.

2. Concepto del “amor”: porque lo quiero...

Es frecuente que al preguntar a las mujeres por qué siguen en una relación violenta, ellas respondan “porque lo amo”, y “porque sé que él me quiere”. En una etapa inicial de la relación violenta la mujer y el hombre suelen dar una serie de justificaciones de

la conducta violenta, como: “ha tenido muchos problemas en el trabajo, está preocupado por el dinero, o yo no sé como hablarle, tal vez lo hago enojar o los niños lo provocan”.

La mujer violentada sufre una permanente confusión, su estado de conciencia alterado, sus percepciones distorsionadas, no le permiten distinguir entre los actos violentos y lo que podría ser una conducta amorosa.

Generalmente la alternancia entre los periodos de agresión y de reconciliación generan un mayor atrapamiento, en la medida que aparece la esperanza y el dolor como un binomio que con el tiempo va dando lugar a otros sentimientos, a veces tan confusos como el miedo, la desesperación, el enojo y la consiguiente depresión. Estos ciclos han sido descritos con detalle por Leonor Walker.

También hemos constatado que una premisa presente en nuestra cultura y que en algunas parejas se suma a la complejidad de la relación violenta, es considerar que el sufrimiento traerá recompensas, como el hecho de tolerar y aceptar su maltrato, con la expectativa de que “algún día se dará cuenta y lograré cambiarlo”. Es decir, la mujer se vive como la cuidadora y la salvadora de ese hombre “que sufrió en su infancia o en su vida adulta”, y que en algún momento se verá recompensada de todo el dolor que ha asumido. El vínculo que se va entretejiendo, lleno de dobles mensajes, por ambas partes, se va convirtiendo en un vínculo que parece significar la única forma de sobrevivir.

3. Aislamiento

La existencia de una red balanceada y amplia fomenta el diálogo, el cambio, el crecimiento, la adquisición de nueva información, el aprendizaje y la construcción de una vida sana. Cuando un sistema se cierra, corta sus redes, fomenta la intolerancia y la evolución de sus procesos tiende a una mayor violencia y a la locura. Quitar redes es quitar poder.

Así, en el sistema familiar, cuando una frontera al exterior se cierra, se rigidiza la estructura interna. Los subsistemas se polarizan y uno de ellos (que consta de uno o varios miembros) tiende a incrementar su poder sobre los demás, reduciendo la libertad de lo(a)s dominado(a)s. Los límites rígidos que la familia ha establecido hacia el exterior se reproducen isomórficamente al interior, impidiendo incorporar nuevas visiones, un criterio consensuado socialmente y referentes para el crecimiento sano de la familia. Aquello que la cultura patriarcal había formado dentro de la cultura familiar, retroalimenta las acciones de dominación y de abuso hacia los demás hasta reducir al mínimo la libertad de sus miembros. Esto es lo que consideramos violencia. El sistema familiar va enajenándose del sistema social, construyendo una nueva visión de la realidad, con leyes, historias, significados y explicaciones propios. El aislamiento impide comparar, confrontar esta realidad con la común de la sociedad y cuando las libertades van siendo reducidas, la violencia se va incrementando. De esta manera podemos decir que la disminución del contacto social, es decir, el aislamiento, va en proporción directa a la violencia. Se conectan de manera circular el aislamiento, la desaparición de las redes y la violencia.

III. Cómo se rompe la muralla del silencio

4. Cuestionar la realidad

A partir del contexto cultural, se han construido sistemas sociales, económicos, políticos, ideológicos y educativos, que parecen dictar (en ocasiones con carácter de obligatoriedad) formas de ser, de pensar, de sentir y de ver una realidad en un mundo que se mueve a partir de principios predominantemente patriarcales. De este modo se ven como *naturales* (y no como *construidos*) los hechos de violencia que se ejercen contra la mujer, ubicándolos en un estado de incuestionabilidad. Aquello construido se vive como natural y es tan íntimo al sujeto que no se percibe lo arbitrario del fenómeno de la violencia.

La terapia representa un contexto de seguridad en donde se pueden confrontar, desarmar y comprender aquellas premisas de género implícitas en las historias de violencia.

El cuestionamiento de la realidad tiene como condición brindar al mismo tiempo una contención básica de seguridad, contactar con el sufrimiento y con el nivel de desesperación, tanto de quien ejerce como de quien recibe violencia, para lograr el objetivo de desculpabilizar a quien recibe violencia. La culpa se origina en esa realidad incuestionada, por desertar del papel de cuidadora, que implica traicionar las expectativas sociales de permanencia de la relación. La mujer deberá luchar con las consecuencias de cuestionar las prerrogativas masculinas impuestas por el sistema de valores y creencias de la cultura y pensar en su protección y en la de sus hijos.

5. Nombrar la violencia

Un punto fundamental del proceso terapéutico es nombrar a la violencia, iluminando aquellos actos en que el poder de dominio ha eliminado la libertad de la víctima. Se analizará el tipo de violencia sufrida, la forma en que la pareja ejerce la violencia (cobras y toros, concepto de John Gottman), deconstruyendo el proceso de mistificación que ha generado la violencia, aunada a las creencias culturales de género patriarcales. Éstas han bloqueado la conciencia de quien sufre violencia de su necesidad de protegerse (cuando se trata de adultos), disminuyendo gradualmente su autoestima hasta impedir cualquier movimiento que la empodere. Desmistificar irá eliminando su sensación de culpabilidad. De esta manera se posibilita el camino de la liberación. Es muy importante destacar que la violencia no se justifica por ningún motivo.

La información –legal, médica- es parte importante de los cambios en los sistemas de valores y creencias. Esta información también es indispensable para los profesionales que atienden o tienen contacto con mujeres maltratadas (médicos, enfermeras, abogados, trabajadores sociales, maestros) y que pueden iniciar este proceso de "nombrar la violencia", ya que la mujer tiende a ocultar (por vergüenza o miedo) su condición de víctima de violencia. Esta información y actitud de los profesionales de la salud es hoy en día una cuestión ética y una responsabilidad de que deben asumir.

6. Darse cuenta

Es la primera consecuencia de nombrar la realidad, cuando la violencia deja de ser "normal".

7. Responsabilidad

En la intervención para que los hombres se responsabilicen por el control de su violencia y las mujeres por su seguridad personal, el terapeuta debe tener claro que además de su función de apoyo psicológico, cuenta con el compromiso ético de ser un agente que coadyuve al control social (V. Goldner), es decir, informar y orientar sobre las garantías y sanciones que marca la ley en los códigos civil y penal, que tipifican a la violencia familiar como un delito, ya que al amparo del marco legal la mujer puede encontrar condiciones que favorezcan su seguridad y el hombre límites al abuso del poder. El reconocimiento y la posición del hombre respecto a su propia violencia definen los caminos a seguir en la terapia. Si se trata de un sujeto cuya estructura de personalidad o bases biológicas le impiden el control de sus impulsos y el reconocimiento del daño al otro, es primordial que el terapeuta construya una red de apoyo interinstitucional para que la mujer cuente con la protección y apoyo que le brinda la ley y, de ser posible, canalizar a este tipo de hombre a ayuda psiquiátrica.

Si se trata de un sujeto que tiene la capacidad de percibir los efectos de su violencia en el otro y tiene voluntad para enfrentar su problemática, debe iniciarse un proceso psicoeducativo que le ayude a asumir la responsabilidad de detener su violencia, en el que la reconozca como un acto de voluntad, aprendido, y no como “cosas que suceden” y que son naturales. Este tipo de intervención contempla la conexión del cuerpo con las emociones, el reconocimiento de los mitos en torno a la masculinidad y la elaboración de su historia personal. La asunción de las responsabilidades respectivas de los agresores y de las víctimas no son, necesariamente, procesos interdependientes.

Es primordial que la mujer, independientemente de lo que decida el hombre, se desenganche del mandato de género de proteger al niño maltratado que subyace en todo hombre violento. Su responsabilidad consiste en decidir cuidarse, aprender que tiene derechos humanos, garantías individuales y leyes que respaldan su plena ciudadanía, es decir, su libertad, su salud, así como su integridad emocional, física y moral.

8. Empoderamiento

El empoderamiento consiste en el proceso de volver a construir la autoestima, reafirmando el poder para cuestionar las premisas de género así como el sistema de

creencias familiares y culturales que atraparon a la mujer en una relación violenta. A partir de este cuestionamiento se obtiene el poder para construir un nuevo modelo de relación, con una identidad basada en derechos de igualdad y respeto al self. El empoderamiento se va obteniendo desde el inicio del trabajo terapéutico y se va afianzando en las intervenciones como parte de un proceso.

Al trabajar con las mujeres, se hace énfasis en su responsabilidad personal de protección, de tal manera que ellas se involucran activamente en el proceso de cambio y se moviliza su sentido de dignidad, de integridad física y emocional, con lo cual automáticamente queda implícita la valorización y el cuidado del sí mismas. Aunque estas mujeres han sido víctimas, no significa que se deben quedar paralizadas por esta posición (V. Goldner).

¿Qué o quién te quitó poder?

Paciente 1: Las culpas y la inmadurez. También tenía en cuenta que si mi papá se enojaba, yo ahí me anulaba, ¿no? Creo que perdí el control o el poder porque dejé de hacer lo que me gustaba, dejé vivir lo que sentía, dejé de querer a la gente que siempre me acompañó durante toda la vida y empecé a darle gusto a él. Dejé de tomar decisiones y se las puse en sus manos para que dijera qué estaba bien y qué no estaba bien. Y en algunos momentos pues era cómodo, pero en algunos era la muerte, porque hacía cosas que no quería actuaba como no quería y mi persona pues se perdía, no existía. Es como un muñeco, un títere que hace lo que el otro dice.

Paciente 2: Pues no sé si nunca lo tuve o siempre estuve con él y no... estuve ignorante de él. ¿Qué me quitó el poder? Tanta agresividad, tanto maltrato, tanto insulto. Ya no tenía fuerzas yo de luchar, y creía que quedándome callada pues iba a provocar menos, tal vez. Pero fue todo lo contrario.

Terapeuta: ¿Qué pensabas, que quedándote callada qué iba a pasar?

Paciente 2: Pues que iba a pasar el tiempo y que, como las olas del mar, un día iba a estar bien el señor, un día iba a estar mal. De una familia donde el divorcio era tabú, era una educación muy tradicional, tal vez fuimos mujeres diseñadas para aguantar, ése era el mensaje: no hacer escándalos, no rebelarse. Fuimos sólo mujeres, pues dentro de las normas tuvimos menos libertad.

9. Redes

Para marcar el camino hacia una mayor salud mental, hacia una construcción social de la paz, es fundamental activar las redes dormidas de los miembros de la familia violenta, como lo han señalado terapeutas como Carlos Sluzki. Especialmente aquellas donde la víctima surja como una persona capaz, exitosa, querida, bien mirada, con posibilidad de crear su vida, de realizar sus habilidades creativamente y de ejercer su libertad. Esto posibilita la reconstrucción de una identidad proactiva de la víctima. Posteriormente se reconstruirá la identidad perdida de la víctima.

En el momento que un límite consensuado implícitamente es roto, los registros de la realidad son confrontados y la ley social puede sustituir temporalmente las leyes internas de la familia, es decir el poder absoluto del dominador. De la misma manera actúan todas aquellas personas o instituciones que atestiguan la presencia de la violencia, como serían los trabajadores sociales, los terapeutas, médicos, amigos, compañeros de trabajo, y otras instituciones que sirven de referente para aclarar la situación de violencia que se ha vivido y los derechos de vivir sin ella que tienen garantizados todos los miembros de una sociedad. Todos los elementos de esta red sustituyen al subsistema dominante dentro de la familia y tienen el poder de co-construir una nueva realidad para la víctima que ha sufrido violencia por tanto tiempo. Una red heterogénea está formada por múltiples voces constituidas por familiares, amigos, compañeros de trabajo e instituciones que capaciten a la persona para recuperar el ejercicio de su libertad. Ésta implica la posibilidad de elegir. Una red amplia y heterogénea es la medida de la salud mental.

¿Qué te ayudó a romper el silencio?

Paciente 1: Primero pienso que me ayudaron amistades, porque me cuestionaron que no era una relación normal, pero yo creo que definitivamente lo que me abrió los ojos en este juego de celos (fue) que él tenía otras parejas, además de con la pareja que iniciamos (que éramos tres). Cuando yo sentí que me las iba a pagar, me pregunté a mí “estás mal, ya te excediste, ya estás pidiendo para hacerle mal y no vas a ganar nada” Y me decidí a salir de esa casa, anulada como persona y como madre, sintiéndome muy mal. Mediocre, como él me lo decía, tragándome las malas cosas que él pensaba de mí por el hecho de haberme salido...

Tener contacto primero con otras mujeres que tenían un problema similar, con psicólogos, pero en el caso tuyo pasó algo que me ayudó a cambiar mi visión de

mí, ya que me preguntabas si yo veía bien que la relación hubiera empezado cuando yo tenía 12 y él 23. Desde ahí no debía haber sido, porque eso es un abuso.

Cuando fui a buscar ayuda a CAVI me tocó hablar con una psicóloga y una abogada y ahí me dijeron “¿qué le decía?”, (yo dije) no me ofende, no me pega, nunca me dice grosería, y entonces me pregunté, si no me ofende ni me pega, por qué es que me siento tan mal. Y ellas me enseñaron a darle el nombre, porque sí era cierto que me ofendía con sus palabras rebuscadas de diccionario, me decía “mediocre, incapaz, inconsistente, nulidad” y de unas que ya ni me acuerdo. Y también me di cuenta que eso que me hacía sentir tan mal tenía un nombre, y yo no entendía y no lo sabía, que si yo había estudiado hasta la universidad, pues como que estaba raro que alguien preparado pudiera ser objeto de violencia.

Paciente 2: Me ayudó el consejo profesional, me ayudó el pensar en la suerte, en el destino de mis hijos principalmente, me ayudó el consejo profesional de los médicos cuando estuve en el hospital y la desesperación. El haber llegado a tocar fondo. Bueno, hasta el momento sí he recibido ayuda, sobre todo y antes que nada de mis hermanas y de mis cuñados, he contado con el apoyo al 100%, aunque al principio no hubieran estado de acuerdo, pero al ver la situación real, cuento con todo el apoyo. La situación comunitaria en mi caso me ayudó a conservar las garantías de mis hijos, digámoslo así, el estar en un lugar seguro. Al presentarse eventos violentos me han mandado gente para apoyarme. Apenas hace una semana fue gente para sacarlo porque él se negaba rotundamente a salir de la casa, fue intempestivamente y en general he sentido la respuesta muy cálida de la gente.

10. Parámetros del “éxito” terapéutico

Existe una discusión entre quienes atienden a las familias o a las mujeres que viven violencia sobre si el éxito terapéutico consiste en que las mujeres se separen de sus parejas violentas.

En nuestra experiencia hemos tenido que transitar por encuentros que pensamos que sólo pueden durar una sesión y en los que tenemos que priorizar qué elementos destacar y distinguir si las receptoras de violencia están en peligro que atente contra su vida o no; en otras ocasiones sabemos que el encuentro terapéutico puede durar más sesiones, en otras, quizá las menos, completamos un proceso. En todas ellas el elemento fundamental a destacar es “detener la violencia”, “romper el silencio” -y por

lo tanto el aislamiento en el que se encuentran las víctimas- y recuperar la capacidad de decisión.

Estos procesos son lentos y graduales. De hecho algunas investigaciones señalan que este proceso puede llevar de uno a diez años, y en ese proceso nosotros somos una parte de las múltiples redes que nos entrecruzamos para contraponernos a la violencia en cualquiera de sus formas. . Por lo tanto los operadores y/o terapeutas deben enfrentarse a un proceso de frustración y paciencia.

A diferencia de otros modelos donde el objetivo es la separación de la pareja, en principio no nos manifestamos ni a favor ni en contra de este hecho concreto, sino en el proceso de distinguir, de nombrar la violencia, de pararla, de cuestionar las premisas que la sostienen, para después construir junto con ellos otras historias con maneras pacíficas de relación.

¿De qué manera rompiste el silencio?

Paciente 1. Protestando. Protestaba yo porque las cosas no me gustaban. Que una de las maneras de romper eso era decirle: "tú sí haces esto y yo también lo debo de hacer." Pero definitivamente el silencio se rompe separándome de un sujeto así. Porque estando viviendo con él, siempre era yo capaz de volver a considerar su punto de vista antes que el mío.

Paciente 2: Sucede que ahora ya no soy la rama de un árbol, sino que ya soy un tronco. Ya estoy sola y ya depende de mí. Y me llegó la opción, o saltábamos, como cuando se iba a hundir el Titanic, o nos íbamos a hundir también todos.

En una ocasión golpeó a uno de mis pequeños, de mis gemelos, y se presentó un episodio muy violento en el que me correteó por la casa... pues siempre se desquitaba precisamente con ese gemelo, él nunca aceptó tener dos hijos más, él quería solamente dos, no tres, y cuando lo agredió físicamente fue cuando me decidí y le dije "hasta aquí".

Me ha ayudado sentir que recuperé mi dignidad, me ha ayudado la certeza de saber que a mis hijos, aunque en estos momentos la estamos pasando muy mal, les espera un futuro mejor. Y la certidumbre de que los voy a salvar.

¿Qué les dirías a otras mujeres que están en esta situación?

Paciente 1: Pues si están en esta situación las felicitaría, porque es volver a vivir, porque tomar decisiones por uno mismo es una maravilla, las decisiones más chiquitas como que zapatos te pones, o si te levantas temprano o no, o si lavas o no, eso es una maravilla disfrutarlas uno, aunque se equivoque uno, aunque la riegue, es bueno. Pero a quien no (ha roto con la violencia) yo creo que las invitaría a que reflexionaran en sí mismas qué es lo que quieren ellas en la vida, porque es muy complicado. Porque es una decisión que tiene que ser personal. A cada una nos llega un momento.

Paciente 2: Pero ya cuando uno toma la decisión, lo demás viene más fácil, el primer paso es el difícil. Les diría que no se dejen, que siempre, por más difícil que parezca, hay otra salida. Yo nunca me imaginé trabajar, nunca me imaginé estar sola, pero todo es mejor; que tengan valor, que tengan valor de encontrar la tranquilidad y la dignidad, que se atrevan a ser mujeres dignas, que no se dejen maltratar, porque nadie tiene el derecho de maltratar a otra persona. Y ojalá que estas palabras le sirvan a otras mujeres, y que cuando oigan mi testimonio y el de otras mujeres, sea una luz, aunque sea pequeñita en el camino, para poder solucionar algo que no se vale. La violencia no se vale.