

¡Mi novio me maltrata, pero no lo puedo dejar!

Escrito por Jaime A. Luque
Viernes, 02 de Agosto de 2013 05:01

Estudios serios afirman que siete de cada diez relaciones de noviazgo en adolescentes viven cierto nivel de violencia; desde manipulación psicológica hasta golpes físicos, pasando por conductas celotípicas. ¿De qué estamos hablando? de relaciones enfermas, relaciones patológicas también conocidas como relaciones afecto-destructivas, son noviazgos de alto riesgo que tarde o temprano terminarán afectando no sólo psicológicamente a la persona, también pudiera correrse el riesgo de perder la vida. ...

¿Cómo son típicamente las relaciones de abuso? estos son algunos de los rasgos de comportamiento que se viven al interior de estas relaciones: Muchas discusiones, siempre la está vigilando, la ceba sin razón, provoca miedo su reacción cuando se molesta, amenaza con matarse o hacerse algo si lo deja, la obliga a comportarse o vestirse de determinada manera, siempre le hace sentir culpable de la situación, su pareja tiene que cuidar lo que hace o dice para evitar su enojo, la hace sentir de su propiedad, no la deja salir si no va él, tiene prohibido hablar o verse con el "ex", no está permitido tener amigos del sexo opuesto, hay apretones, jalones, golpecitos, etc.

¿Cómo explicamos la existencia de una relación en donde el novio la maltrata pero ella no lo puede dejar? para comprender el por qué de esta situación, estimado lector, permítame mostrarle los factores claves presentes en las relaciones patológicas, y que debemos conocer ya sea como padres o educadores, para así poder ayudar eficazmente:

- **Tener baja autoestima:** La autoestima es el valor que uno se da, es el concepto que se tiene de la persona misma; cuando la autoestima es baja, cualquier persona que se fije en ella (o en él) es bienvenido, cualquier afecto que se le de por mínimo que este sea es suficiente para poner en las nubes a la persona, en estas condiciones de baja autoestima, la persona cree que le están haciendo un favor, por lo tanto permite bajezas.

- **Tener muy poca edad para vivir un noviazgo:** La edad y los riesgos propios de una relación afectiva están íntimamente ligados, aunque no hay una edad determinada para dar inicio a este tipo de relaciones, como psicólogo especialista en adolescentes les sugiero que no sea antes de los 14 años.

- **Tener muy poca experiencia en relaciones de noviazgo:** Se trata de ausencia, de astucia o también conocida como torpeza social, una astucia que sólo se logra en la interacción

¡Mi novio me maltrata, pero no lo puedo dejar!

Escrito por Jaime A. Luque

Viernes, 02 de Agosto de 2013 05:01

de la pareja como tal; los noviazgos son básicamente relaciones donde se aprende a comunicar, negociar, tolerar, respetar, proponer y establecer límites.

Si se llega a una relación sin estas habilidades sociales, el riesgo a vivir abuso es alto.

- **Tener 2 años o más de diferencia de edad entre ellos:** Quizá te parezca exagerada esta situación porque hay parejas de adultos que se llevan 10, 15 o más años de diferencia entre ellos y aparentemente no pasa nada, pero tratándose de adolescencia, una etapa que se caracteriza por cambios impresionantes y que estos se dan todos los días, tener 2 o más años de diferencia con su pareja es realmente una condición de alto riesgo.

- **Que el noviazgo en los adolescentes ya sea “viejo”:** Así como lo oyes, también hay noviazgos en jóvenes que se consideran ya antiguos, 1.5 años en adelante ya es mucho tiempo, porque la mayoría son relaciones que caen en hábitos o vicios y a la postre viven su relación casi como si fueran matrimonio.

- **Que uno de los dos padezca colopatía, impulsividad, o agresividad:** Cualquiera de los 5 factores ya mencionados son suficiente para un clima propicio de abuso, sin embargo este 6to factor es determinante. Por ejemplo una pareja en donde uno de los dos es celópata ya no puede tener una convivencia social funcional sin que aparezca la sospecha de engaño, y con ello vivir momentos muy desagradables.

¿Qué hacer? como padres o maestros, *debemos intervenir de inmediato* ante las primeras señales de maltrato; lagrimas, agresiones verbales y empujones son los comportamientos más evidentes de que está pasando algo, no importa que seamos sólo sus maestros, tenemos el deber moral de intervenir ante cualquier falta de respeto. Una de mis pacientes de escasos 15 años me comentó que cuando su maestro de matemáticas observó que en el receso, su novio la estaba jaloneando, se acercó a ellos y les pregunto

“¿todo está bien o necesitan ayuda?”,

esto fue suficiente para que su novio la dejara de molestar y tranquilizarse.

Como padres, involúcrense en las relaciones afectivas de sus hijos adolescentes aunque estas no sean relaciones patológicas. Cuando los padres conocen bien al novio (o novia) y tienen con él una buena relación, pueden detectar con oportunidad cualquier situación de abuso, y actuar. Y a ti estimado adolescente, si después de haber leído este artículo encuentras que esta es tu situación, identificas que tu relación de noviazgo es patológica o enferma, dile a tus padres que te busquen ayuda profesional para salirte de la relación y aprender a no repetir el error, solo no podrás lidiar con esto.

¡Mi novio me maltrata, pero no lo puedo dejar!

Escrito por Jaime A. Luque

Viernes, 02 de Agosto de 2013 05:01

Recuerden, el noviazgo en adolescentes es necesario para madurar, es enriquecedor y educativo cuando está bajo normas establecidas por los padres, sin embargo un noviazgo fuera de control puede ser la peor de las experiencias.