

¿COMO IDENTIFICAR LAS ETAPAS INICIALES DE LA VIOLENCIA PSICOLOGICA?

Resumen.

La violencia psicológica, es una violencia común, que afecta a las mujeres de manera significativa. Lo que se pretende por medio de este artículo es evidenciar las alarmas o síntomas que esta arroja en sus etapas iniciales. Esto se hace necesario, teniendo en cuenta que, dada las características de la violencia psicológica y por los factores endógenos y exógenos, su identificación resulta compleja. En la búsqueda de este propósito consultamos bibliografía, sentencias y un importante aporte mediante entrevistas de profesionales idóneos de la Comisaria Octava de Familia de la ciudad de Cali, también contamos con la entrevista que utilizamos a manera de estudio de caso de una de las víctimas de violencia psicológica, de la zona de la influencia analizada mediante graficas. Como objetivos se planteó, que las mujeres identificaran la violencia psicológica, las formas que se presentan, las alarmas tempranas que este tipo de violencia arroja, mostrar el marco legal existen para la protección integral y como objetivos específico poner de conocimiento que existen instituciones e instrumentos que unen fuerzas para salvaguardar la integridad, física, mental y emocional de las mujeres víctimas de este flagelo. Importante, muy importante que las mujeres entiendan que una intervención a tiempo hace la diferencia.

Palabras claves.

Identificación, violencia psicológica, alarmas, síntomas, intervención, instituciones, marco legal, endógeno, exógeno, etapas iniciales, características silenciosas.

Introducción.

Desde mi experiencia de funcionario de la Comisaria Octava de familia de la ciudad de Cali, se evidencia que una de las violencias más difícil de identificar es la violencia psicológica. La razón principal es porque para ejercer este tipo de violencia no se necesita contacto físico y es ejercida por personas con las cuales existen vínculos sentimentales fuertes, esto conlleva a que sus secuelas transitorias como permanentes no sean notorias. otra de las realidades que se evidencian es que las mujeres justifican estas agresiones, naturalizan estos comportamientos y en el peor de los casos se sienten culpables de estas situaciones. Las mujeres víctimas de este flagelo, buscan las instituciones cuando esta problemática es una realidad, cuando la afectación está en su mayor grado; razón esta por la cual se hace necesario procurar que las mujeres, identifiquen la sintomatología y las alarmas tempranas que la violencia psicológica presenta en sus etapas iniciales, que comprendan que las instituciones no solo ejercen acciones sancionatorias, y que existen herramienta y espacios para, consultar, prevenir e identificar si se está sufriendo de este tipo de violencia, como lo es la Línea 155 y la línea purpura.

Es pertinente de igual manera que las mujeres comprendan que existe un marco legal que las protege de toda situación que amenace su integridad y que atente contra su dignidad como derecho fundamental y, que las instituciones tanto administrativas como judiciales, de manera conjunta en una sinergia necesaria, debe dar alcance y aplicación al contenido en el marco legal para la obtención del fin constitucional.

En un importante aporte que hace en este artículo la Comisaria Octava de familia de la ciudad de Cali, en cuanto a la identificación temprana de la violencia psicológica, donde recomienda estar atentos como funcionarios, del actuar que realizan las mujeres víctimas de este flagelo, como referente para identificar si la persona consultante esta siendo víctima de violencia psicológica, esto es, si la mujer justifica, niega o naturaliza las actuaciones equivocadas de su

agresor. Esto es de gran importancia, con la identificación por parte del funcionario se debe proceder a realizar orientación amplia para ayudar a la víctima a reconocer que se está presentando una violencia psicológica en su vida y que hay factores de riesgo que no puede desconocer.

Violencia Psicológica.

La violencia psicológica es una especie de violencia silenciosa, muda, no es notoria a la vista, es de trato sucesivo, duradera en el tiempo, ataca directamente la psiquis, es la violencia más invisible que afecta a las mujeres, se puede entender como violencia psicológica las agresiones que se presentan sin la necesidad de que exista un contacto físico, se presenta por medio de palabras descalificadoras, humillantes, hirientes, malos tratos. El Ministro del Interior definió, a través de continuos pronunciamientos los malos tratos psíquicos como “cualquier acto o conducta intencionada que produce desvalorización, sufrimiento o agresión psicológica a la mujer (insultos, vejaciones, crueldad mental...)”, otra definición de la violencia psicológica, es la que trae la revista con fines psicológicos “Definición” en la cual describe la violencia psicológica como: “Se denomina violencia psicológica a una agresión realizada sin que medie contacto físico entre personas. Esta se canaliza principalmente en frases descalificadoras...” al respecto, la ley 1257 de 2008, en su artículo Tercero (03) Numeral (a) define la violencia psicológica como.

Artículo 3. Concepto de Daño Contra la Mujer... a) Daño psicológico: Consecuencia proveniente de la acción u omisión destinada a degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza, directa o indirecta, humillación, aislamiento o cualquier otra conducta que implique un perjuicio en la salud psicológica, la autodeterminación o el desarrollo personal.(Senado Colombiano, 193d. C.)

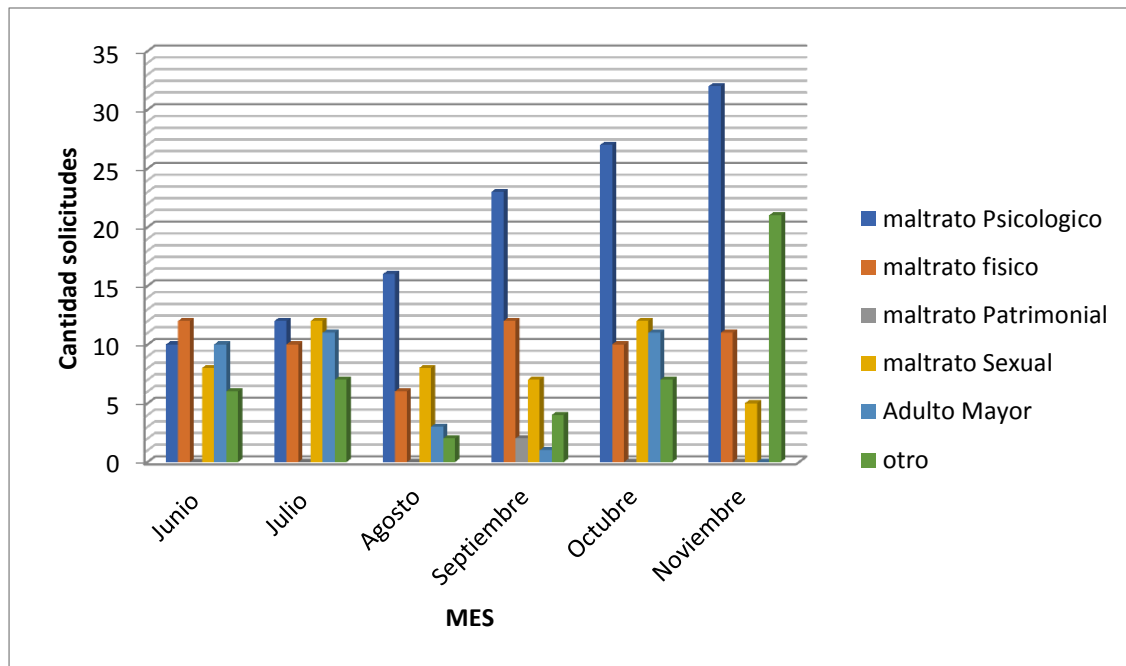
Las diferentes definiciones y conceptos asociados a esta violencia dan cuenta de que es en efecto un tipo de violencia silenciosa, que puede darse antes que la violencia económica, sexual o física. como lo menciona la secretaria Distrital de la mujer de la ciudad de Bogotá, “esta es una violencia desencadenadora de otro tipo de violencia”, de aquí la importancia en la identificación de las alarmas tempranas para prevenir que las mujeres sufran las lamentables secuelas que este tipo de violencia producen.

Desde la mirada de la Comisaria Octava de Familia de la Ciudad de Cali, Notamos que la identificación de la violencia psicológica se presenta compleja a simple vista, dado a sus características y comportamientos de las mujeres víctimas de este flagelo, la Comisaria Octava de Familia tiene como zona de influencia las comunas ocho (08) y doce (12), vemos con preocupación que las mujeres víctimas de violencia psicológica, que consultan a esta entidad, tiene tendencia a justificar o confundir los comportamientos de sus victimarios, llegan incluso a sentirse culpables por lo que está pasando, esto, en algunos casos se debe a que existe algún tipo de dependencia, bien sea, económica, laboral o sexual.

En lo corrido del año 2018 las cifras por medio de la Comisaria Octava de Familia de la ciudad de Cali, respecto la violencia Psicológica, en lo comprendido en el segundo semestre del año, es decir entre los meses de junio y noviembre de 2018, se puede notar el incremento de las mujeres consultantes por esta problemática.

RESULTADOS GESTION JUNIO A NOVIEMBRE DE 2018

Tipo de solicitud	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre
maltrato Psicológico	10	12	16	23	27	32
maltrato físico	12	10	6	12	10	11
maltrato Patrimonial	0	0	0	2	0	0
maltrato Sexual	8	12	8	7	12	5
Adulto Mayor	10	11	3	1	11	0
otro	6	7	2	4	7	21



(Comisaria Octava de Familia, s. f.).

Lo que se nota en las mujeres consultantes, es que la gran mayoría llegan a esta institución cuando el problema es una realidad (Violencia Psicológica), llegan devastadas y con graves afectaciones en la personalidad, en su salud mental, incluso el deterioro de sufrir esta violencia de manera duradera en el tiempo afecta de manera significativa su estado emocional.

Demostrado lo anterior, entrevistamos a la Doctora Jaqueline del Pilar Quintero, Psicóloga egresada de la universidad Católica de la Ciudad de Bogotá, quien hace seis (06) años hace parte del equipo psicosocial de la Comisaria Octava de Familia de la ciudad de Cali, profesional que trabajo en el sector salud por más de quince años, en la atención a las mujeres víctimas de violencia en todas sus presentaciones. La Doctora Jaqueline del Pilar Quintero describe la violencia Psicológica contra la mujer como:

El acto de sometimiento, de humillación, de manipulación y de agresión verbal, mediante palabras descalificadoras, soeces y depordebajeadas, que afectan y atenta contra la integridad en todos los campos de la dignidad de la mujer, atacando directamente su estado emocional, su dignidad y su personalidad. (JAQUELINE DEL PILAR QUINTERO. Psicóloga egresada de la universidad Autónoma de la Ciudad de Bogotá. Psicóloga del equipo psicosocial de la Comisaria Octava de Familia de la Ciudad de Cali, 2018)

La profesional entrevistada tiene una mirada a esta problemática similar a la Doctora Mariela Almenares Aleaga. Máster en psicología de la Salud, de nacionalidad cubana, quien define la violencia psicológica como "... es la capacidad de destrucción con el gesto, la palabra y el acto. Esta no deja huellas visibles inmediatas, pero sus implicaciones son trascendentes..."

A la doctora Jaqueline del Pilar Quintero se realizó la pregunta "cómo se puede identificar la violencia psicológica de manera temprana. A lo cual respondió.

"La violencia psicológica es la violencia más difícil de identificar, dada que esta violencia no deja rastros visibles en las mujeres víctimas. Las mujeres que sufren esta problemática llegan a naturalizar el comportamiento de sus agresores, muchas veces porque existe un cariño, un querer. partiendo de la idea que esta violencia es suministrada a gran proporción por su pareja sentimental, por su príncipe azul. **Lo que debe tener en cuenta las mujeres víctimas de este tipo de violencia, es que no es sano y no es normal que te excluyan, no es sano y no es normal que te ridiculicen en frente de las personas, no es sano y no es normal que cuestionen tu maneras de ser, no es sano y no es normal que no te tengan en cuenta, no es sano y no es normal que te callen, no es sano y no es normal que te hagan sentir mal**, si eso pasa en alguna relación, se debe estar atenta, seguramente la pareja tiene cierta influencia hacia la mujer, y se está ejerciendo, de manera desprevénida para la víctima; violencia psicológica..."

Por último, en el importante aporte de la Doctora Jaqueline del Pilar Quintero, manifiesta una seria de medidas de prevención que vale la pena tener en cuenta.

“... para evitar que las mujeres sigan siendo víctimas de Violencia Psicológica, es necesario que se socialice mas el tema, que se eduque a las mujeres para que aprendan a identificar cuando se les están vulnerando sus Derechos, y también motivarlas para que hagan usos de las instituciones, no solo para salvaguardar sus derechos, sino también para prevenir y de esta manera evitar que las mujeres sufran las terribles consecuencias que este tipo de violencia trae para las mujeres víctimas...”

Dado el aporte de la profesional del equipo psicosocial de la Comisaria Octava de Familia de la ciudad de Cali, la Doctora Jaqueline del Pilar Quintero, quisimos mostrar la otra realidad, para lo cual entrevistamos a la señora JESSICA BELTRAN, mujer víctima de Violencia Psicológica, residente de en la comuna doce (12) de la ciudad de Cali, (Zona de influencia Comisaria Octava) donde a manera de estudio de Caso podremos evidenciar de persona presente, las alarmas tempranas de la violencia psicológica, las cuales por medio del relato podremos evidenciar, también podremos notar las terribles y nefastas afectaciones que este tipo de violencia genera en las mujeres víctimas de este flagelo, su consecuencias y secuelas.

Mi nombre es JESSICA BELTRAN, vivo actualmente en la comuna doce (12) de la ciudad de Cali, tengo una niña de siete (07) años, de nombre SVMB, con una persona de nacionalidad peruana, tengo Veintisiete (27) años de edad y me vine a dar cuenta que era víctima de violencia psicológica cuando hablé con los funcionarios de la Comisaria de Octava de Familia Cali, ubicada en el Barrio Villacolombia. (JESSICA BELTRAN. mujer víctima de violencia psicológica, residente en la comuna 12 de la ciudad de Cali, 2018)

Como lo menciona la señora Jessica Beltrán “se dio cuenta que era víctima de violencia Psicológica” cuando el problema era una realidad, la afectación ya era un hecho, no identifico las alarmas o la sintomatología que este tipo de violencia arroja en sus etapas iniciales. veremos en el relato lo que venimos exponiendo a lo largo del artículo, la naturalización y justificación del comportamiento por parte de la víctima, comportamientos estos que se buscan deslegitimar.

Señora JESSICA BELTRAN, usted porque considera que fue víctima de violencia psicológica.

Porque cuando conocí al padre de mi hija, el era una persona bastante atenta, cariñosa y comprensiva, era muy atento conmigo. El es mayor que yo, era muy respetuoso conmigo cuando recién lo conocí, me hacía sentir muy bien. Antes de quedar en embarazo empezó todo mi suplicio, lo primero que hizo fue alejarme a todos mis amigos, decía que no eran buena influencia para mi y que yo ya era una mujer de hogar, que tenía que cambiar de personalidad (cuestionamientos). Cuando le reclamaba por esto me decía “que esa era el temor de el de estar conmigo porque yo era muy joven y no entendía muchas cosas” y pues yo la verdad lo quería y me sentía mal por esto (manipulación), me aleje de mis amigos y de mi familia para que el no se molestara (Justificación). Luego quede en embarazo de mi bebe, para ese entonces ya vivíamos en el país de Perú, allá todo fue mas duro y fue creciendo. Yo trabajaba con él, en la empresa, nunca me pago nada (violencia psicológica), me decía “que para eso el me daba la comida y todo lo que necesitaba” si algo quedaba mal me decía frases como “inútil no servís para nada y la frase preferida de para herirme, pedazo de mierda” cuando nació la niña, todo fue peor, cuando la niña lloraba me decía “que ni para madre servía, pero que todo era culpa de el por tener un hijo con una mocosa buena para nada” la verdad en ese entonces me sentía muy mal porque sentía que todo era mi culpa, me sentía una inútil, incapaz de hacer feliz al hombre que amaba, (lazos

sentimentales) me acostumbre a que el me tratara de la manera que lo hacía (naturalización de la violencia psicológica) estaba por ratos bien y de un momento a otro explotaba por la más mínima cosas y me agredía de manera verbal y luego llegaron los empujones y los jalones de pelo (violencia física), me sentía devastada, llegue a sentir que merecía todo eso que estaba pasando. Hasta el día que el me saco prácticamente a patadas, en un país donde no conocía a nadie, sin dinero, con mi hija muy pequeña, me bajo del carro y me bajo la maleta, yo tenia mi hija en mis brazos, se fue y me dejo en una esquina, no le importo nada, acudí a las autoridades, por la ayuda de la ciudadanía y por medio de la policía logré regresar con mi hija a Colombia nuevamente. Esto que me paso es fue algo realmente horrible, pienso como pude ser tan boba y no darme cuenta del daño que él me estaba haciendo, permite que el hiciera conmigo lo que se le dio la gana, sentía que no valía nada, pienso que si el no me hubiera echado de la manera que lo hizo yo estaría a su lado, sintiéndome culpable y permitiéndole todas sus agresiones. Esto es algo de lo cual no me puedo reponer, voy a citas con psicólogos, desde que me separe de ese personaje, no he podido establecer una relación sentimental estable con nadie, tengo miedo de que me hagan daño, me volví una persona agresiva, lo cual estoy manejando, la verdad esto me causo mucho daño.

Como se puede establecer en el relato de esta mujer víctima de violencia psicológica y comparado con la entrevista de la Psicóloga del Equipo psicosocial de la Comisaria Octava de Familia. la violencia psicológica si demuestras síntomas, alarmas en sus fases iniciales. Las palabras hirientes, humillantes y descalificadores, son un claro síntoma de que existe indicios de violencia psicológica, y como manifestaba la profesional citada, no es sano y no es normal estos comportamientos, que atenta contra la integridad de las mujeres, el amor no puede ser sinónimo de agresión.

En la búsqueda de tener mayor claridad sobre la identificación de las alarmas tempranas de la violencia psicológica se dialogó con la Comisaria Octava de Familia de la ciudad de Cali, donde desde el punto de vista de funcionaria, manifiesta algunas alarmas tempranas en las personas consultantes, esto es importante resaltarlo, teniendo en cuenta que puede ser una herramienta necesaria al momento de orientar a las mujeres consultantes.

... las mujeres que son víctimas de violencia Psicológica, asumen inicialmente una posición dócil frente a su agresor, se doblegan ante esta persona, se puede notar en los relatos que estas mujeres hacen, la manera que naturalizan las agresiones que reciben, por ejemplo: cuando llegan a consultar y dicen “mi marido es muy mal geniado, pero él responde por todo, yo quiero que lo citen para hablar con él, pero no abrir proceso porque no lo quiero perjudicar, él es un excelente papa” este tipo de manifestaciones son muy comunes y es un indicador claro que existe un sometimiento por parte de la mujer hacia su pareja, y por más que se orienta sobre el tema, de los procedimientos, sus causas y consecuencias, las mujeres en muchas ocasiones se niegan a iniciar un proceso y si lo hacen no lo hacen del todo convencidas, y esto es un problema porque al momento de tomar las medidas de protección, estas no son efectivas porque las víctimas no están convencidas de ser víctimas y, dificulta más la labor de restablecer sus derechos....(ELIZABETH BERMUDEZ ORDOÑEZ. Abogada Egresada de la Universidad Santiago de Cali, Especialista en Régimen municipal, Comisaria de Familia desde el año 1989., 2018).

Marco Normatividad en torno a la violencia de las mujeres, prevención, protección y sanción.

En la búsqueda necesaria para la protección integral de las mujeres víctimas de violencia psicológica, el legislador a dispuesto al servicio de las entidades un marco legal dirigido a la

intervención, protección y prevención de las mujeres víctimas de este flagelo para salvaguardar la integridad física, mental y emocional.

Ley 51 de 1981

Por medio de la cual se aprueba la “convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer”, adoptada por las asamblea general de las Naciones Unidas el 18 de Diciembre 1979 y firmada en Copenhague el diecisiete (17) de Julio de 1980 (Ley 51 de 1981, 1980)

Ley 294 de 1996

Por la cual se desarrollan el Artículo 42 de la Constitución Política y se dictan normas para prevenir, remediar y sancionar la violencia intrafamiliar.

Ley 575 de 2000

Por medio de la cual se reforma parcialmente la ley 294 de 1996

Decreto 652 de 2001

Por el cual se reglamenta la ley 294 de 1996 reformada parcialmente por la ley 575 de 2000

Ley 1257 de 2008

Por medio de la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforma los códigos penales, de procedimiento penal, la ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones. (Senado Colombiano, 193d. C.)

Es una de las leyes mas importantes en cuanto a protección integral de la mujer, desde la etapa de la prevención pasando por la, protección y sanción. una de las normas mas influyentes para

garantizar derechos fundamentales de las mujeres, donde establece en su Artículo tercero (03) Numeral (a) la tipicidad de la violencia psicológica, la forma en que se desarrolla y los comportamientos nocivos que los victimarios tienden a realizar.

Decreto 4463 de 2011

Por medio del cual se reglamenta parcialmente la ley 1257 de 2008

Decreto 4796 de 2011

Por el cual se reglamenta parcialmente los artículos octava (08), nueve (09), trece (13) y el diecinueve (19) de la ley 1257 de 2008 y se dictan otras disposiciones.

Decreto 4798 de 2011

Por el cual se reglamenta parcialmente la ley 1257 de 2008. “por el cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los códigos penales, procedimiento penal, la ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones. (Presidente de la Republica de Colombia, s. f.)

Este decreto trae consigo especial relevancia, en cuanto al marco legal dirigido al restablecimiento de Derechos de las mujeres, donde en uno de sus aportes reforma de manera acertada el código penal y el código de procedimientos penal, dando mayores garantías para las mujeres víctimas de violencia, incluido la violencia psicológica.

Decreto 4799 de 2011

Por el cual se reglamentan parcialmente las leyes 294 de 1996, 575 de 2000 y 1257 de 2008

Ley 1542 de 2012

Por la cual se reforma el Artículo 74 de la ley 906 de 2004, código de procedimiento penal.

Todas estas atribuciones normativas son emanadas de la parte dogmática de la Constitución política de Colombia, para la protección incluso de las afectaciones de las personas mas cercanas, como es el caso de la violencia psicológica, el texto superior lo enmarca en su artículo 42 inciso sexto (06) donde manifiesta que "... cualquier forma de violencia en la familia se considera destructiva de su armonía y unidad, y será sancionada conforme a la ley"

Alarmas tempranas de la violencia psicológica.

La visión y la misión de detectar las alarmas tempranas de la violencia psicológica, es Advertir a las mujeres víctimas de este flagelo sobre situaciones de riesgo y promover la prevención, la auto protección y el auto cuidado integral, con el fin de proteger y garantizar oportunamente, la vida, la integridad física mental y emocional de las mujeres.

Al respeto

Para Martha Ordóñez Vera, alta consejera para la Equidad de la Mujer, considera que la sociedad y las familias no se deben abstraer y pensar que la institucionalidad es la única que actúa. Lo que quiero decir es que tenemos las herramientas para salvar la vida de las mujeres, pero también debemos trabajar desde casa porque eso empieza desde allí. (Revista Presidencia de la Republica, s. f.)

Como se mencionado en algunos apartes de este artículo, en comunas como la ocho (08) y la doce (12) de la ciudad de Cali, que tiene como Comisaria asignada la Comisaria Octava de familia, mediante los informes mensuales, se nota el alza de las mujeres víctimas de violencia psicológica, además que estas mujeres sufren de este flagelo hace algún tiempo prolongado, ignorando que estaban siendo víctimas de este tipo de violencia. mencionaremos alguna

sintomatología que se puede evidenciar cuando la violencia psicológica se encuentra en sus etapas tempranas como en el caso, socializado de la mujer víctima JESSICA BELTRAN.

Desde la perspectiva de víctima La violencia psicológica se puede detectar.

Desde la posición de víctima, a veces es difícil detectar el padecimiento de violencia psicológica, porque en estas situaciones a menudo desarrollamos mecanismos psicológicos que ocultan la realidad cuando resulta excesivamente desagradable.

Nuestros mecanismos de defensa tienen la finalidad de preservarnos de la angustia y el hecho de aceptar que somos víctimas de una situación reiterada de maltrato psicológico, probablemente por parte de una persona a quien estimamos, supone una enorme carga de angustia que no es fácil digerir. Por eso nuestro psiquismo nos ofrece todos esos psicodinamismos, para que echemos mano de ellos y nos defendamos de la angustia, negando la situación en que nos encontramos. Así aprendemos a negar y a intelectualizar la violencia de la que somos víctimas. Buscamos justificación para la actitud del agresor, para la actitud de quienes admiten o colaboran con su violencia y buscamos casos similares en nuestro entorno para comparar el nuestro y llegar a la conclusión de que no es una situación anómala, sino común y corriente e, incluso, de que hay situaciones muchísimo peores que la nuestra.

Otras veces recurrimos a un mecanismo mucho más nocivo que la negación o la intelectualización. Y otras veces recurrimos a culparnos de lo que sucede y buscamos en nuestras actitudes pasadas y presentes el motivo del maltrato. Recorremos una a una nuestras palabras, nuestros gestos, nuestras acciones y nuestros resultados, para localizar la causa de la violencia que, según entendemos, hemos provocado.

Si esto te sucede, ya tienes un indicio clarísimo de que eres una víctima de la violencia psicológica.

Si das vueltas a situaciones incomprensibles que te producen padecimiento o malestar, intentando averiguar el porqué, no tengas duda de que eres una víctima de la violencia psicológica.

Si sufres en silencio una situación dolorosa y esperas que las cosas se solucionen por sí mismas, que tu verdugo o verdugos depongan espontáneamente su actitud, que alguien acuda en tu ayuda porque se dé cuenta de tu situación, no te quepa ninguna duda de que eres una víctima de la violencia psicológica.

Si te sorprendes a ti mismo haciendo algo que no quieres hacer o que va contra tus principios o que te repugna, considera que eres víctima de manipulación mental, que es una forma de violencia psicológica.

Si te sorprendes haciendo algo que no quieres y te sientes incapaz de negarte a hacerlo, intelectualizando y justificando de mil maneras tu sometimiento, no lo dudes, eres una víctima de la violencia psicológica.

Si haces cosas que no quieres y no puedes evitar hacerlas porque entrarías en pánico, porque te aterra negarte o porque algo te conduce a hacerlo, sabe que eres una víctima de manipulación mental.

Si has llegado a la conclusión de que la situación dolorosa que sufres no tiene solución porque te lo mereces, porque te lo has buscado, porque las cosas son así y no se pueden cambiar, porque no se puede hacer nada, porque es irremediable, no lo dudes ni un solo instante, eres una víctima de la violencia psicológica.

Y si te sientes mal frente a una persona, si te produce malestar, inseguridad, miedo, emociones intensas injustificadas, un apego o un afecto que no tiene justificación, una ternura que se contradice con la realidad de esa persona, si te sientes poca cosa, inútil, indefensa o tonta delante de esa persona, ya has identificado a tu agresor.

Ahora que lo sabes, sabe también que tienes que actuar. Y que no estás sola. Que has dado los primeros pasos al tomar conciencia de tu situación y al identificar la agresión de que eres objeto y la persona del agresor o agresores. Que el siguiente paso es pedir ayuda. (Asociación Anamib, s. f.).

Este aparte del artículo nos muestra situaciones, hechos, palabras, actitudes y demás comportamientos de los victimarios hacia las mujeres víctimas de violencia psicológica, como lo resaltamos en algunos apartes de la entrevista realizada a la señora JESSICA BELTRAN, víctima de este flagelo, al igual que Jessica la mayoría de las usuarias de las comunas ocho (08) y doce (12) de la ciudad de Cali que llegan a consultar por esta problemática a la Comisaría Octava de Familia, desconocen las alarmas tempranas, no identifican con claridad que están siendo víctimas de este flagelo, dejan que avance raudo e incontrolable las consecuencias y los otros tipos de violencias, naturalizando y justificando los comportamientos de sus victimarios, en este aparte del artículo se menciona algo que hay que tener en cuenta, y es la manifestación de situaciones endógenas y exógenas que llevan a la víctima a negar la situación, aceptar estos comportamientos nocivos y concebirlos en el diario vivir.

por medio de este aparte también logramos evidenciar situaciones que muestra con claridad, que se está siendo víctima de violencia psicológica, donde nos muestra que este tipo de violencia también se puede ejercer mediante, gestos, manipulación y restricciones.

Y es oportuno mencionar que después de la identificación de la violencia psicológica, las víctimas, deben iniciar las acciones necesarias para lograr extinguir estos actos que lesionan la integridad de las mujeres, y que entiendan que un actuar oportuno puede marcar la diferencia y que existen leyes y entidades comprometidas con salvaguardar, prevenir y restablecer los derechos de las mujeres.

Entidades encargadas de restablecer, proteger, prevenir y garantizar derechos de las mujeres víctimas de violencia psicológica.

Para este fin existen instituciones de carácter Judicial y de carácter administrativos. En el orden administrativo se encuentran las comisarías de familia, estas entidades juegan un papel preponderante, prestan sus servicios de manera descentralizadas, cuentan con equipo psicosocial, profesionales idóneos, atentos al servicio de la comunidad. Por medio de las comisarías se le da aplicación y alcance a leyes como las mencionadas, dictando medidas de protección, medidas preventivas y solicitando protección policiva de las mujeres víctimas de violencia, cuando el caso lo necesite.

También se destinan espacios para la socialización de las problemáticas existente, sobre medidas de prevención y auto cuidado, muchas de estas relacionadas con el fin de este artículo, aprender a identificar las alarmas tempranas de la violencia psicológica.

Las comisarías de familia representan la primera puerta de acceso a la justicia que tiene las víctimas para plantear allí los casos de violencia y obtener medidas de protección en caso de violencia intrafamiliar, física, **psicológica**, sexual, económicas, etc, resulta por tanto de vital importancia que los funcionarios y las funcionarias comprendan la gravedad de estas formas de violencia y estén debidamente capacitados para atender estas violaciones a los derechos humanos,

y para aplicar adecuadamente la normatividad y los procedimientos establecidos para el goce efectivo de sus derechos. (Colombia & Ministerio de Justicia y del Derecho, 2012).

La entidad de tipo Judicial es la fiscalía general de la Nación, esta entidad por medio de sus dependencias como el **CAVIF**: Centro de Atención e Investigación Integral contra la Violencia Intrafamiliar (Fiscalía). **CAIVAS**: Centro de Atención e Investigación Integral a las Víctimas de Delitos Sexuales (Fiscalía). **URI**: Unidades de Reacción inmediata (Fiscalía). Prestan un importante aporte en la búsqueda de la protección integral de las mujeres víctimas de violencia en todas sus presentaciones, por medio de esta entidad se presentan medidas efectivas en las búsquedas del propósito enunciado. Al respecto la corte constitucional a manifestado

las gestiones de la Fiscalía en casos de violencia intrafamiliar o de violencia contra la mujer no se limita a la investigación y procesamiento de las conductas punibles, sino que dicha entidad tiene también a su cargo asegurar la atención y protección de la víctima, disponiendo la concurrencia del resto de actores del sistema de salud y de Policía para lograr el restablecimiento provisional de las condiciones de vida de aquella. (Corte Constitucional, integrada por los Magistrados Carlos Bernal Pulido, Alberto Rojas Ríos y José Fernando Reyes Cuartas, quien la preside, en ejercicio de sus competencias constitucionales y legales, profiere la siguiente, s. f.)

otras de las entidades de orden nacional encargadas de salvaguardar los derechos de las mujeres son la policía general de la nación y la policía Judicial, estas entidades son de vital importancia en la sinergia necesaria entre Comisarias, fiscalía y policía. Por medio de esta triada se fortalecen las instituciones, y se optimiza la prestación del servicio para el restablecimiento de Derechos de las mujeres víctima de violencia psicológica. Al igual que estas instituciones debe existir la participación del sector salud, en lo referente a las valoraciones, prevenciones y atenciones de las mujeres víctima de violencia psicológica, su participación es necesaria para

demostrar de la afectación y sirven de fundamento al momento de tomar medidas de restablecimiento de derechos, destinadas a la protección de las mujeres víctimas de esta clase de violencia. Esto estipulado legalmente en la resolución 412 de 2000, por medio de una guía específica de “atención a **mujeres**, niños y niñas víctimas de violencia”

Otra herramienta que las mujeres pueden utilizar para la identificación de las alarmas tempranas de la violencia psicológica es la ofrecida por medio de la Policía Nacional, denominada Línea 155, mediante esta herramienta se puede resolver dudas sobre la violencia psicológica se trata de profesionales (psicólogos y trabajadores sociales), atentos a resolver preguntas que se tenga en cuanto a este flagelo, funciona las 24 horas, todos los días, es una herramienta útil, la cual puede marcar la diferencia.

Nuestra institución trabaja con dedicación en la prevención de cualquier manifestación de violencia en contra de las mujeres y la vulneración de sus derechos. Uno de los objetivos más importantes a nivel mundial en materia de equidad de género consiste en focalizar la mejor estrategia que permita establecer la igualdad de derechos para las mujeres, lo cual permitiría evidenciar la importancia que significa tener mujeres empoderadas en su rol, culturalmente sobresalientes y mucho más reconocidas en su medio; sin duda estos aspectos contribuirían a una sociedad más productiva y justa. Con la puesta en marcha de la Línea 155 se da cumplimiento a la legislación internacional y nacional en materia de establecimiento de políticas públicas de atención a las mujeres víctimas de violencia (Revista Policía Nacional, 2015)

Otra de las herramientas que se pueden utilizar en la búsqueda de la identificación temprana de la violencia psicológica es la denominada “Línea purpura donde una psicóloga o una enfermera le puede brindar información y orientación en caso de ser víctima de este tipo de violencia”

Otra institución que aporte de manera positiva para la prevención, protección y restablecimientos de derechos de las mujeres víctima de violencia psicológica es la personería, a través de sus personeros delegados, mediante su función de ministerio público, verifican que las actuaciones que adelantan las instituciones sean idóneas para el restablecimiento de Derecho de las mujeres víctima de violencia, y que las medidas que se adopten sean idóneas para la mitigación de la violencia sufrida por la víctima.

Mujeres mayores de edad, víctimas de violencias al interior de las familias, respecto de las cuales nuestra competencia es: Mujeres víctimas de violencias Física, **Psicológica**, Económica y Sexual, al interior de las familias. Vulneración de derechos que implique verificar actuaciones en la secretaria de la Mujer o dependencias adscritas.

Como agentes de ministerio público ante Comisarías de Familia, verificamos que los proceso se adelanten de conformidad con las normas que regulan los asuntos de Familia, garantizando que las actuaciones desarrolladas en audiencia se surtan conforme al debido proceso y que les permitan ejercer su derecho a la defensa mediante el uso de la palabra en audiencia y ejercer la interposición de los recursos de Ley. (Personería, s. f.)

Conclusiones.

Venimos deslizándonos por medio de este artículo para identificar las alarmas tempranas de la violencia psicológica, donde estuvo de presente conceptos de funcionarios, relatos de una víctima, marcamos una sintomatología o alarmas que se presenta en las etapas tempranas en este tipo de violencia, expusimos el marco legal, y mencionamos las entidades y herramientas a las cuales las mujeres pueden acceder para salvaguardar su integridad, física, mental y emocional.

La violencia psicológica es una problemática muy común entre el género femenino, y debido a las características mudas, silenciosas, poco notorias a la vista; identificarla resulta compleja. Es necesario que las mujeres aprendan a identificar las actuaciones y/o alarmas tempranas que este tipo de violencia trae consigo, y que conozcan que existen instituciones, profesionales y leyes al servicio de salvaguardar su integridad y dignidad como derechos fundamentales, motivarlas a que utilicen los diferentes canales de protección y prevención y que se empoderen para practicar el auto cuidado y la auto protección necesaria para mitigar todos los factores de riesgo que este tipo de violencia genera, no existe una ruta establecida para obtener prevención, protección o sanción cuando la mujer es víctima de violencia psicológica, por medio de cualquier autoridad tanto como administrativa o judicial, tiene la obligación de iniciar las acciones pertinentes para la protección integral de los bienes jurídicos tutelados .

Resulta necesario mencionar que el amor no puede ser sinónimo de sufrimiento y, que por más que se esté en una relación hay una esfera interna que nadie tiene derecho a lastimar ni limitar, y esto incluye a las personas más cercanas con las cuales se tiene lazos de afectivos demasiado fuertes, y como lo manifestaba la psicóloga de la Comisaría Octava de familia de la ciudad de Cali, no es sano, no es normal y no es tu culpa que te agredan, que te traten mal, que te humillen, que te hagan sentir mal. Identificar las alarmas tempranas de la violencia psicológica nos lleva a desnaturalizar estos comportamientos que afectan de manera directa e indiscriminada a las mujeres.

Por último, cabe mencionar que una intervención a tiempo marca la diferencia. Los daños que causa este tipo de violencia son devastadores, dejan secuelas difíciles de superar, por esa razón tan poderosa, nace la necesidad de identificar de manera oportuna las alarmas que indican a las mujeres que están sufriendo de violencia psicológica.

Asociación Anamib. (s. f.). como detectar la violencia psicológica. Recuperado de

<https://www.anamib.com/anamib-en-la-prensa/como-detectar-la-violencia-psicologica/>

Colombia, & Ministerio de Justicia y del Derecho. (2012). *Justicia y género*. Bogotá; Unión

Europea: MinJusticia ;

Comisaría Octava de Familia. (s. f.). *Informe mensual. Comisaría Octava de Familia, inscrita a la subsecretaría de Seguridad y Justicia de la ciudad de Cali*.

Corte Constitucional, integrada por los Magistrados Carlos Bernal Pulido, Alberto Rojas Ríos y José Fernando Reyes Cuartas, quien la preside, en ejercicio de sus competencias constitucionales y legales, profiere la siguiente. Sentencia T-311/18.

ELIZABETH BERMUDEZ ORDOÑEZ. Abogada Egresada de la Universidad Santiago de Cali, Especialista en Régimen municipal, Comisaría de Familia desde el año 1989. (2018, noviembre 28). Como identificar las alarmas tempranas de la violencia psicológica. [Digital].

JAQUELINE DEL PILAR QUINTERO. Psicóloga egresada de la universidad Autónoma de la Ciudad de Bogotá. Psicóloga del equipo psicosocial de la Comisaría Octava de Familia de la Ciudad de Cali. (2018, diciembre 5). Identificación de las Alarmas tempranas de la Violencia Psicológica.

JESSICA BELTRAN. mujer víctima de violencia psicológica, residente en la comuna 12 de la ciudad de Cali. (2018, noviembre 22). Relato. mujer víctima de Violencia psicológica.

Ley 51 de 1981 (1980). Recuperado de

www.ramajudicial.gov.co/documents/573203/887553/Ley+51+de+1981+%28Ratifica+Convención+CEDAW%29.pdf/884fb80f-2c87-4c86-b742-768749a9bda7

Personería. (s. f.). Funciones: Personería Delegada para la Protección de Infancia, Adolescencia, Adulto Mayor, Mujer, Familia y Personas en Situación de Discapacidad. Recuperado de

<http://www.personeriabogota.gov.co/personeria-delegada-para-la-coordinacion-del-ministerio-publico-y-derechos-humanos/delegada-para-la-proteccion-de-infancia-adolescencia-adulto-mayor-mujer-y-familia>

Presidente de la Republica de Colombia. Decreto 4798 de 2011. Recuperado de

<http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Decretos/2011/Documents/Diciembre/20/dec479820122011.pdf>

Revista Policía Nacional. (2015, septiembre 10). Línea 155, orientación a mujeres víctimas.

Revista Presidencia de la República. (s. f.). Consejera Presidencial para la Equidad de la Mujer.

Recuperado de s.presidencia.gov.co/presidencia/Paginas/consejeria-equidad-mujer.aspx

Senado Colombiano. LEY 1257 DE 2008 (193d. C.). Recuperado de

http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1257_2008.html

