



Lázaro Castillo Jr.

La violencia es un comportamiento aprendido

No nacemos violentos, nos hacen violentos en los diferentes procesos de socialización, desde la familia como primera institución educadora, “no te dejes de nadie” nos dicen, “si vienes golpeado, aquí te doy doble” nos obligan. La escuela donde a diario hay exámenes de virilidad como “el que escupa más lejos es más hombre”; consecuentemente, nos marcan y entrenan para el ejercicio de la violencia; la calle, y el barrio son escenarios para la violencia y expresiones de fuerza. En la iglesia donde nos dicen “el hombre es cabeza de hogar” y cuidado por dejarse mandar de las mujeres; asimismo, los trabajos donde a igual labor se le paga más al hombre que la mujer. Como es una conducta aprendida, estamos convencidos que podemos (y debemos razonablemente) desaprenderla. ¿Me sigues?

Ahí está el reto que nos hacemos a diario donde nos damos el tiempo para revisar esos mandatos que nos dan desde antes de nacer; construimos al “hombre nuevo” desde nuestros propios cambios, para luego hacer propuestas políticas al estado y sociedad.

La teoría de la indefensión aprendida la formuló Seligman en 1975, la indefensión es el estado psicológico que se produce frecuentemente cuando los acontecimientos son incontrolables... cuando no podemos hacer nada para cambiarlos, cuando hagamos lo que hagamos siempre sucede lo mismo.

Leonore Walker, partiendo de los experimentos de Seligman, inauguró una línea de investigación todavía vigente y que se puede resumir en que: repetidos malos tratos disminuyen la motivación de los seres humanos a responder. Llega a ser una conducta pasiva.

Secundariamente, su habilidad cognitiva para percibir éxitos está cambiada. Por ningún motivo se cree que su respuesta acabará en un resultado favorable.

L. Walker afirma que parece que una mayor permanencia en una relación violenta puede estar relacionada con haber vivido más experiencias de indefensión en la infancia.

Como conclusión, en la indefensión aprendida concurren tres componentes: pasividad, empobrecimiento de la capacidad para resolver

problemas y sentimiento creciente de indefensión, incompetencia, frustración y depresión.

Ciclo de la violencia

En la violencia se pueden distinguir 3 fases: acumulación de tensión; agresión y fase de “arrepentimiento”.

La hipótesis de la indefensión aprendida supone que el animal ha aprendido que su conducta no puede influir de ninguna manera en los acontecimientos, por lo que permanece inactiva.



Este fenómeno se produce también en seres humanos sin distinción de edad o género, y puede llegar a ser grave y derivar en trastornos como la depresión. En estos casos, el individuo desarrolla expectativas de falta de control sobre los acontecimientos, y suele pensar que su actuación es inútil.

Es habitual encontrar pensamientos del tipo “nunca voy a conseguirlo”, “da igual que me esfuerce”, etc. En estos casos el estímulo aversivo no es una descarga, por supuesto. Puede ser el fracaso en los estudios, en el trabajo o en las relaciones personales, por ejemplo. La persona deprimida aprende que no tiene ningún control sobre lo que le ocurre y esto es precisamente un factor importante que contribuye al desarrollo de la depresión.

En días pasados, las autoridades judiciales detuvieron al principal sospechoso del homicidio múltiple ocurrido donde 17 jóvenes fueron brutalmente asesinados. El sospechoso de apellido Cruz, era estudiante de la escuela donde fue expulsado por indisciplina.

Este caso es un lamentable ejemplo de la importancia de contar en el país con profesionales capacitados en materia de salud mental, y la recopilación y análisis de la información para crear perfiles sobre este tipo de ofensores con el fin de facilitar a las autoridades la investigación, al tiempo que se crean mecanismos para la detección temprana de criminales.

Antes de dar un veredicto final, se debe saber que el victimario fue de circunstancias tales como “acoso escolar”, y que cuenta con antecedentes psiquiátricos y neurológicos (autismo).

¿Qué medidas disciplinarias ejecutó la secundaria Marjory Stoneman Douglas en referencia del acoso del cual Cruz fue sometido? ¿Qué participación tuvieron las autoridades locales y federales, incluyendo el departamento de Salud mental para prevenir tales episodios?

Cabe decir, que mucho antes de lo ocurrido, el exestudiante Cruz, de la escuela secundaria “Marjory Stoneman Douglas”, fue documentado al FBI de sus intenciones.

He aprendido con el transcurrir de los años que no se puede pretender curar el odio promoviendo odio porque el ciclo nunca finaliza, y por consiguiente nos vuelve adictos a resolver o repetir mediante métodos desprovistos de amor toda divergencia, repitiéndose esta mala enseñanza que nos deshumaniza (violencia, odio y hostilidad) de generación en generación.

“El mayor mal para el hombre es la ausencia de amor porque el hombre está hecho para amar. Y el amor por esencia es el mismo Dios. Por tanto, el mal para el hombre es la ausencia de Dios”. **Albert Einstein.**

5ta celebración anual de ir al trabajo en bicicleta

West Palm Beach, FL.- Los residentes y visitantes de la ciudad de West Palm Beach están invitados a participar en la 5ta celebración anual de ‘Bike-to-Work Week’, (*ir al trabajo en bicicleta*) una serie de eventos de una semana promoviendo el ciclismo en West Palm Beach, una opción de transporte saludable, sostenible y económica.

Por su parte la alcaldesa, Jeri Muoio, el pasado 26 de febrero del año en curso declaró la celebración de la “Semana de Bike-to-Work” del 11-17 de marzo en la ciudad, y dijo: “Queremos tener éxito en el aumento de los desplazamientos en bicicleta en West Palm Beach”, y agregó: “Esperamos que ‘Bike-to-Work Week’ inspire a quienes viajan por primera vez para probarlo y se conviertan en ciclistas regulares”.

Mientras tanto, la ciudad continúa avanzando en el desarrollo de un Plan Maestro de Bicicletas para que las

personas se sientan seguras en sus bicicletas.

El plan conectará mejor los vecindarios y destinos de la ciudad a través de una serie de carriles para bicicletas e instalaciones, y los carriles para bicicletas pueden estar físicamente separados de las carreteras para que las personas sientan una mayor seguridad mientras pedalean para el trabajo o llevan a sus niños a la escuela. Andar en bicicleta también brinda a los residentes otra opción, que es divertida y económica, para moverse por su ciudad.



Para obtener más información sobre el plan maestro de bicicletas de la ciudad, visite: <http://wpb.org/bikemasterplan>. También pueden visitar: <http://www.nsc.org/learn/safety-knowledge/Pages/bike-safety.aspx>, para conocer más acerca sobre la forma segura de andar en bicicleta.