

Fecha: 19-03-2024
 Medio: Las Últimas Noticias
 Supl.: Las Últimas Noticias
 Tipo: Noticia general
 Título: **Especialista y violencia intrafamiliar: "El sufrimiento genera vergüenza"**

Pág.: 34
 Cm2: 477,8
 VPE: \$ 2.627.275

Tiraje: 91.144
 Lectoría: 224.906
 Favorabilidad: ☐ No Definida

Sicóloga de la Clínica Indisa Liliana Ramos

Especialista y violencia intrafamiliar: "El sufrimiento genera vergüenza"

La terapeuta aplaude la valentía de Faloon Larraguibel. "Las personas públicas pueden ayudar a otras personas anónimas que pueden estar viviendo lo mismo", afirma.

FANY MAZUELA F.

Tras reaparecer en las pantallas de Zona Latina y dar su testimonio por haber sido víctima de violencia intrafamiliar, Faloon Larraguibel agradeció "los millones de mensajitos" que recibió en sus redes. "Me dan valor y fuerza para seguir adelante después de todo lo que ha pasado. No voy a llorar más", declaró en una historia a través de su cuenta de Instagram @_faloon_ (917.000 seguidores).

La sicóloga de la Clínica Indisa Liliana Ramos aprobó su iniciativa. "Me parece bien hablar el tema y ponerlo sobre la mesa, porque ocurre, es muy transversal y la violencia intrafamiliar genera mucho daño", sostuvo. "Hay que tener cierta valentía para decir algo así públicamente. Es complejo. Hay personas que sufren esto y lo sabe sólo su terapeuta", confidenció tomando en cuenta los casos que trata a diario. "Fue bien acertado lo que ella comunica de acuerdo con su experiencia. Lo primero es denunciar, porque si no el acto queda



RICHARD SALGADO

El futbolista Jean Paul Pineda (izquierda) fue formalizado por violencia intrafamiliar.

impune y lo segundo es acercarse a la familia. Esto abre la puerta para que otras personas hagan lo mismo".

¿Que Faloon Larraguibel se haya atrevido a compartir su caso ayuda a otras mujeres?

"Se sienten acompañadas porque la tendencia desafortunadamente cuando una mujer es

víctima de violencia es aislarse. Muchas veces el sufrimiento genera vergüenza, entonces la gente esconde eso. No por hipocresía, sino por autodefensa: se encierra en sí misma. Al ver que una mujer pública lo manifiesta en televisión o en redes es bueno. Las personas públicas pueden ayudar a otras personas anónimas que pueden estar viviendo lo mismo porque se da

una identificación proyectiva. Si el personaje público puede hablar de esto, yo también, me atrevo más".

¿Por qué una mujer golpeada siente vergüenza?

"En general el sufrimiento físico y psicológico genera vergüenza. En una sociedad como la nuestra las personas tienden a mostrar la mejor cara, estar bien. Esto de mostrar que puedes ser tan vulnerable que alguien puede golpearte genera vergüenza y a veces culpa. Se preguntan *por qué lo permití o yo provoqué esta rabia*. Hay sentimientos claros, como pena, rabia y frustración, pero hay otros sentimientos que cuesta expresar, como la vergüenza y la culpa, que muchas mujeres sienten cuando son agredidas y sobre todo al interior de la familia".

¿Cómo superar la vergüenza?

"Primero para superar cualquier emoción, uno debe tener conciencia de esa emoción, ponerle nombre: miedo, temor, sentimiento de inferioridad, vergüenza. Cuando uno identifica la emoción, de inmediato baja. El segundo paso es preguntarse *por qué tengo vergüenza* y la tercera etapa es darse cuenta que la vergüenza la debería sentir el agresor y no yo que soy la víctima de esto. La culpa y la vergüenza hacen que las personas dejen de denunciar estas situaciones. Se esconden y se aíslan".