

**LBRIS**

We know  
books

# **Violența**

O viziune psihologică actuală

**Luis Moya Albiol**

Traducere din limba italiană  
de Daniel D. Marin

**LITERA**

București

# Cuprins

---

<b>Violența care ne înconjoară</b>	<b>7</b>
<b>Este violența în creier?</b>	<b>15</b>
Ce înțelegem prin violență	16
Violență sau violențe?	19
Cine recurge la violență și împotriva cui	21
Te naști sau devii violent?	24
E ceva propriu masculin?	30
Genele răului	36
Creiere violente	39
Procesele mintale și violența	44
Alcoolul și drogurile ne fac mai violenți?	48
<b>Profiluri violente</b>	<b>53</b>
Vârsta inocenței: minorii violenți	53
Creiere psihopatice, toate ucide?	57
Personalități borderline, narcisiste și paranoice	65
Duc bolile mintale la violență și crimă?	68

Lupii și prada lor: pedofilia și pederastia	74
Se poate renunța la a fi pedofil?	84
Durerea ta este plăcerea mea: sadismul sexual	88

<b>Experimentarea violenței în viața de zi cu zi</b>	97
A fost călăul o victimă? Ciclul violenței	97
Sindromul împăratului... și al împărătesei	101
Cel care mă agresează este partenerul meu: violența în relațiile intime	104
Am nevoie să fiu îngrijit, dar sunt agresat	116
Abuzul la școală: <i>bullying</i> și <i>cyberbullying</i>	120
Școala adulților: <i>mobbing</i> la locul de muncă	123
Violența teroristă	130

<b>Este posibilă o lume fără violență?</b>	133
Comportamente prosociale vs antisociale	134
Educația empatiei, antidot la violență	138

<b>Bibliografie</b>	141
---------------------	-----

## Este violența în creier?

---

Potrivit Organizației Mondiale a Sănătății (OMS), violența este o problemă de sănătate publică, în special din cauza consecințelor pe care le provoacă în rândul celor care o suferă. Afectează sănătatea fizică și psihică a victimelor, precum și relațiile sociale ale acestora. Probabil că, atunci când ne gândim la gesturi și acte violente, primul lucru care ne vine în minte este crima; totuși, acest act este cel mai extrem. În multe situații, violența nu se soldează cu răni fizice grave, dar chiar și în aceste cazuri agresorul poate avea nevoie de tratament din partea personalului medical. Exemplele includ fata care încearcă să se sinucidă după ce a fost hărțuită de colegii de clasă, femeia care este abuzată psihologic și umilită de partenerul ei sau angajatul care este hărțuit de șeful său. Am putea da multe alte exemple. De asemenea, generează costuri ridicate din punct de vedere economic, pentru tratament, consecințe juridice și absențe de la locul de muncă. Unul dintre aspectele care limitează probabil eforturile de a găsi o soluție la aceste fenomene violente este

ERDIS

faptul că datele științifice nu sunt luate suficient în considerare atunci când se abordează această problemă și, mai rău, multe țări continuă să își bazeze politicile și inițiativele pe motive pur ideologice. În calitate de om de știință, am petrecut mult timp și am depus multe eforturi pentru a înțelege de ce unii oameni acționează cu violență. Scopul cercetărilor mele este unul social: să putem fi mai eficienți în tratarea ei și să punem în aplicare măsuri de prevenție.

## Ce înțelegem prin violență

Este foarte dificil să dăm o definiție a violenței. În ciuda efortului făcut de cercetarea științifică pentru a ajunge la o definiție validă și cuprinzătoare, continuă să existe multe dezacorduri cu privire la ceea ce este sau nu este, ce înseamnă și ce o provoacă. În schimb, există o convergență asupra faptului că, pentru a exista violență, trebuie să existe intenția de a provoca un prejudiciu, indiferent dacă acest lucru se întâmplă sau nu în cele din urmă. Astfel, atunci când cineva lansează un zvon cu scopul de a face rău unei persoane, se poate vorbi de violență, în acest caz, verbală și indirectă. Dar dacă cineva calcă din greșeală o persoană, fără să o vadă, în timp ce trece pe culoarea roșie a semaforului, nu putem vorbi de un act violent. OMS definește violența ca fiind „utilizarea intenționată a forței fizice sau a puterii, prin amenințare sau în mod real, împotriva propriei persoane, a unei alte persoane sau a unui grup sau a unei comunități, care are ca rezultat sau are o probabilitate ridicată de a avea ca rezultat rănirea, moartea, vătămarea psihologică,

dezvoltarea defectuoasă sau privarea“. Care este criteriul pentru a o considera morbidă sau patologică? Faptul că se manifestă într-o manieră exagerată, persistentă sau în afara contextului, respectiv că nu respectă normele sociale și culturale ale unui anumit loc, într-o anumită perioadă istorică. Multe dintre gesturile pe care astăzi le considerăm violente nu au fost așa în alte perioade istorice. Astfel, de exemplu, abuzarea fizică sau psihologică a unui copil de către mama sa ar fi considerată astăzi o formă de violență împotriva unui copil, dar în alte epoci făcea parte din educație și, prin urmare, era acceptată de societate.

În același timp, nu este o sarcină ușoară să definim și să diferențiem termenul de *violență* de altele care, deși strâns legate, nu se referă exact la același fenomen, cum ar fi *ostilitatea*, *furia* sau *mânia*. Atunci când spunem că cineva este foarte ostil, vrem să subliniem de fapt că are o înclinație spre acte violente, chiar dacă acestea nu se produc. Mânia sau furia sunt însă mai degrabă legate de activarea mușchilor și a sistemului nervos autonom care controlează, fără ca noi să fim conștienți de acest lucru, organe precum inima și stomacul. Dacă, de exemplu, ne confruntăm cu o situație stresantă, cum ar fi întâlnirea cu o persoană care a intrat în casa noastră pentru a fura, acest sistem se activează și pune în mișcare mecanismele necesare pentru a face față situației, asigurându-se că energiile noastre sunt concentrate asupra urgenței. Furia și violența nu sunt concepte intersanjabile, însă atunci când ne simțim furioși, este mai probabil să reacționăm cu violență. O putem simți într-un anumit moment, când ne confruntăm cu o situație concretă, dar poate face parte și din caracterul nostru, iar în acest caz vom avea tendința de a reacționa cu furie la cea mai mică provocare. Cred că este important să

subliniem acest aspect, deoarece multe intervenții psihologice au ca scop să ne ajute să recunoaștem și să gestionăm furia. Este, de fapt, primul semn a ceea ce se poate întâmpla în cazul persoanelor care se comportă violent în mod regulat.

Sunt oamenii violenți impulsivi? Sau, mai bine zis, sunt oamenii impulsivi violenți? Nu neapărat, iar acest răspuns se aplică la ambele întrebări. Acest lucru este valabil cu toate că o persoană impulsivă acționează, în general, rapid și fără să se gândească și, prin urmare, este mai puțin capabilă să își tempereze și să își stăpânească comportamentul. Dacă am putea vedea ce se întâmplă în creierul său, am observa că există o activare puternică a diencefalului, cea mai primitivă parte a creierului, în comparație cu cortexul prefrontal. Cortexul prefrontal este structura cerebrală care s-a dezvoltat mai târziu la oameni și care ne diferențiază de restul animalelor. Pe lângă controlul comportamentului social și moral, cortexul este implicat și în procesele de empatie, de planificare a acțiunilor și de control al impulsurilor. Deși nu duce neapărat la violență, poate să favorizeze mai ușor apariția acesteia. În sfera juridică există, de asemenea, doi termeni care merită luați în considerare. Primul se referă la *comportamentul antisocial*, adică la încălcarea normelor sociale și a drepturilor altor persoane. Este bine cunoscut faptul că adolescenții care acționează în acest mod sunt mai susceptibili să aibă probleme la vârsta adultă. Pot să ajungă delincvenți, să nu aibă prieteni și să se izoleze de societate, sau să nu poată obține un loc de muncă, cu toate dificultățile pe care le implică acest lucru, iar în unele cazuri pot dezvolta chiar tulburări psihice. Cel de-al doilea termen este *delincvența*, adică nerespectarea normelor sociale, ceea ce duce la o sancțiune sau la o sentință legală.

## Violență sau violențe?

În cazul animalelor, în loc de violență, vorbim în general de agresivitate, în timp ce primul termen îl rezervăm de obicei speciei noastre, pentru a ne referi la o agresivitate disproporționată și, în anumite cazuri, fără un scop aparent. La animale, agresivitatea are întotdeauna un scop, fie că este vorba de vânătoarea pentru hrană, de reproducere sau de apărarea teritoriului. La oameni, se pare că nu este întotdeauna așa, deși este posibil să se stabilească similitudini între unele dintre cele mai crude forme de violență, cum ar fi infanticidul, și unele acțiuni agresive ale altor specii de animale. Relatările despre bărbați și femei care, cu o răceală extremă sau în momente de furie, curmă viețile copiilor, chiar ale propriilor copii, ne șochează. Cu toate acestea, chiar și la unele animale putem observa acte similare. De exemplu, atunci când un leu tânăr preia controlul asupra grupului, el elimină cu răceală și fără milă puii masculului învins, pentru că acest lucru îi va permite să fecundeze femelele și astfel să-și transmită genele. Sau există ceea ce este cunoscut sub numele de „efectul Bruce“, prin care maimuțele femele din specia *gelada* avortează spontan atunci când un nou mascul preia conducerea grupului. Acest fenomen a fost observat și studiat în laborator pe diferite rozătoare, cum ar fi șobolanii și șoarecii.

Fiecare tip de agresiune animală este caracterizat de mecanisme biologice diferite. Astfel, de exemplu, testosteronul este cheia agresivității între bărbați, în timp ce prolactina este cheia agresivității materne.

## Tipuri de violență la ființele umane

Chiar dacă ne raportăm la specia noastră, cea umană, este necesar să distingem între tipurile de violență, deoarece aceasta nu răspunde unui singur concept, ci unei combinații complexe. În acest fel, va fi posibil, pe de o parte, să se studieze și să se măsoare violența, iar pe de altă parte, să se pună în aplicare cele mai adecvate și eficiente programe de tratament și prevenire pentru fiecare caz în parte. Însă, pentru a putea analiza aceste tipuri de violență, primul lucru pe care trebuie să-l facem este să definim criteriul pe care-l folosim ca să le putem stabili. În ceea ce privește tipurile de acte de violență, se disting, pe de o parte, violența fizică, poate prima care ne vine în minte și care include, de exemplu, bătăi, împingeri, aruncarea de obiecte (este tipul de violență cel mai ușor de identificat și recunoscut din cauza „urmelor“ vizibile pe care le lasă și este, de asemenea, cel mai frecvent raportat), și, pe de altă parte, atitudinile și acțiunile de natură psihologică, așa cum ar fi disprețul, denigrarea, umilirea, insultele, bârfele sau izolarea socială. Acestea fiind acte mai puțin tangibile și vizibile, sunt mai greu de identificat și de combătut, dar nu au mai puține consecințe, care și în acest caz pot fi fatale celor care le suferă. Violența psihologică de lungă durată este o formă de abuz care poate apărea în contextul relațiilor de cuplu, de familie, profesionale sau școlare. În unele cazuri, făptașii înșiși nu sunt conștienți de daunele pe care le provoacă, iar multe abuzuri sunt, de fapt, într-o anumită măsură, legitimate social în anumite momente istorice. De exemplu, acum, în multe țări occidentale homosexualii au drepturi care îi protejează, însă până de curând nu aveau niciun drept și erau victimele batjocurii și disprețului. Atunci când copiii sunt supuși violenței domestice,

consecințele sunt bine cunoscute: stima lor de sine este subminată și devin nesiguri și dependenți emoțional, fiind susceptibili de a dezvolta depresie cronică sau anxietate.

Violența sexuală, pe de altă parte, include orice formă de contact sau relație sexuală neconsensuală, inclusiv sexul oral, anal sau genital. Aceasta include, de asemenea, forțarea persoanelor să folosească anumite haine sau obiecte sau să facă sex cu alte persoane sau animale. De asemenea, violul apare atunci când are loc o penetrare forțată cu organele genitale sau cu obiecte.

Alături de toate aceste tipuri de violență, mai există una care corespunde omisiunii unui comportament așteptat și se numește neglijență. Acest lucru se întâmplă atunci când nu sunt asigurate o îngrijire, o alimentație, o igienă sau un mediu de viață adecvat. Această din urmă tipologie este experimentată de obicei de minori, persoane în vârstă și persoane dependente. Printre exemple se numără tatăl care neglijează să-și hrănească fiica sau îngrijitoarea care nu asigură o igienă și o hrană corespunzătoare unei persoane în vârstă pe care o are în grijă.

## **Cine recurge la violență și împotriva cui**

Un alt mod de clasificare a violenței este acela bazat pe cine este autorul acesteia. Mass-media ne informează, de exemplu, despre cazul unei persoane care își dă foc în semn de protest. Formele de automutilare și sinuciderea în sine provoacă mii de decese în fiecare an în întreaga lume. Și, deși sunt adesea strâns legate de problemele de sănătate mintală, ele nu sunt întotdeauna doar o consecință a acestora.

LIBRIS | We know books

Vorbim de violență interpersonală atunci când o persoană sau un mic grup acționează violent împotriva altei persoane, cum ar fi în cazurile de violență domestică sau de *bullying* școlar și de hărțuire la locul de muncă. Violența colectivă, pe de altă parte, este exercitată de grupuri mari, cum ar fi o organizație politică sau ideologică sau un stat. Războaiele și terorismul se încadrează în această ultimă categorie.

### *Profiluri violente*

Poate că cea mai utilă clasificare pentru a încerca să stabilim modele stabile de comportament violent, pe care le numim „profiluri“, este cea care face distincția între violența impulsivă sau emoțională, pe de o parte, și violența premeditată și instrumentală, pe de altă parte. Cei care atacă din impuls o fac cu dorința de a face rău, într-o reacție marcată de agitație sau iritare și de pierderea autocontrolului. Atunci când ne simțim amenințați, violența impulsivă poate servi ca o formă de protecție sau de apărare, deoarece pune în mișcare mecanisme de adaptare la ceea ce ni se întâmplă. Imaginați-vă cazul unei mame care reacționează violent atunci când un câine este pe punctul de a-i mușca copilul. Sau un băiat care îl atacă pe unul care îi fură telefonul mobil. Acest tip de violență poate deveni patologic atunci când cineva răspunde violent la cea mai mică provocare sau chiar la un gest care, fără să fie provocator, i se pare că este. Să ne gândim acum, de exemplu, la cineva care se năpustește cu furie necontrolată asupra unei persoane pentru că are impresia că aceasta s-a uitat într-un mod provocator sau amenințător. Violența premeditată, în schimb, poate avea obiective care depășesc simpla provocare de daune, cum ar fi

obținerea de bani, putere și statut, acceptarea într-un grup sau eliminarea unei persoane considerate ca fiind un rival. Să luăm acum cazul unei angajate care se implică în răspândirea de zvonuri și calomnii pentru a discredita și a provoca disconfort unei colege, cu scopul de a o elimina din cursa pentru o promovare. Acest tip de violență nu este visceral, deoarece nu este însoțit de schimbări fiziologice vizibile și nici de reacții emoționale. Dimpotrivă, se caracterizează prin planificare și un grad ridicat de conștientizare. Apoi, există gesturi și acte violente care se află la granița dintre cele două forme, deoarece, deși au ca miză rănirea cuiva, așa cum se întâmplă în cazul violenței emoționale, sunt, de asemenea, conștiente și planificate. Răzbunarea, de exemplu, este alimentată de o reacție emoțională față de cineva care ne-a făcut rău, dar este planificată și controlată în mod conștient. Cred că este esențial să subliniem faptul că, în plus, sentimentele agresorului pot fi diferite de la caz la caz. Astfel, în general, violența reactivă produce disconfort în cazul autorului, lasă un sentiment de pierdere a controlului și de conștientizare a faptului că s-a comportat incorect și este însoțită de remușcări și vinovăție. De fapt, în multe cazuri, autorul agresiunii afirmă că, dacă ar putea să dea timpul înapoi, nu s-ar mai comporta la fel. Acest lucru deschide multe posibilități de reabilitare și de gestionare a furiei, deoarece această stare de rău poate duce la căutarea unui ajutor profesionist sau, cel puțin, la deschiderea către un ajutor extern și la încercarea de a activa mijloace de control. Din nefericire, nu toate agresiunile reactive generează această stare de rău, cu atât mai puțin agresiunile premeditate, care pot produce chiar plăcere în observarea pagubelor generate și a consecințelor lor. După cum vom

vedea mai încolo, expresia supremă a acestei cazuistici este reprezentată de psihopații sadici care provoacă dureri extreme și chiar moartea, deoarece, prin activarea circuitului cerebral de recompensă, aceasta provoacă o senzație de consolidare în creierul lor. Fără a ajunge la aceste extreme, studiile de *neuro-imagistică* au raportat și descris modul în care prin observarea ghinionului sau nefericirii unei persoane invidiate se activează partea creierului numită striatum ventral, care generează un sentiment de bucurie și bunăstare.

## Te naști sau devii violent?

Această întrebare este probabil subiectul uneia dintre cele mai vechi dezbateri, care a implicat un număr mare de discipline precum filosofia, etica, pedagogia și psihologia. Ca răspuns, au fost elaborate numeroase teorii care încearcă să explice cauzele și dezvoltarea violenței. Cu o tentă morală, s-a ajuns chiar să se vorbească despre bunătatea sau răutatea ființei umane, pornind de la două ipoteze opuse. Astfel, pentru unii, „ființa umană este bună. Societatea este cea care o face rea“, în timp ce pentru alții „ființa umană este rea. Societatea este reflexia sa.“ Din punctul meu de vedere, ambele afirmații sunt corecte, dar în același timp parțiale, deoarece ele se completează reciproc.

Așa-numitele „teorii active“ pretind că violența răspunde unui impuls interior, întrucât este un comportament înnăscut, moștenit și, prin urmare, instinctiv. Individul ar fi cel care face societatea violentă. Potrivit acestei opinii, ființele umane ar fi caracterizate de un instinct de violență moștenit în cursul