

---

# La psicología del victimismo

Author : Antonia Russi

En los últimos dos años, la discusión pública se ha vuelto algo desagradable. Es evidente que han existido eventos conflictivos, como la crisis post 18 de octubre, o la catástrofe pandémica que aún padecemos. Pero estos, a pesar de su gravedad, no dejan de ser elementos circunstanciales de un sistema complejo en constante desarrollo como lo es una nación. Tampoco ha sido problema el encuentro de opiniones diferentes, jamás sería algo conflictivo mientras se goce de un sistema democrático. Lo que ha vuelto el asunto “color de hormiga”, ha sido la creciente actitud de quienes imponen un nuevo *establishment*, aquellos que mediante un *post* se atreven a considerarse moralmente superiores.

Algunos de estos actores juzgan a otros de “poco solidarios” por no sumarse al carro de la justicia social. Otros reprochan la inconciencia de quienes no priorizan el cuidado del medio ambiente. También, están aquellas que consideran “mal agradecidas” a las mujeres **que simplemente no adhieren a las ideas del feminismo posmoderno**. Da igual cual valor sea, lo abrumante es la paradoja de la imposición de una tolerancia intolerante.

De esta actitud se sigue la falsa idea de poder ofender y destruir ciertas culturas o ideas en nombre de otras que, hipotéticamente, han sido menoscabadas a lo largo de la historia. Esto, **es lo que en psicología se denomina la mentalidad del victimismo**. En un mundo globalizado, esta característica no se reduce a la idiosincrasia chilena. Bastante se ha escrito sobre el tema, puesto que es un hecho global que está destruyendo las mentes de las nuevas generaciones.

**El victimismo es un tipo de vínculo interpersonal que consiste en aquella búsqueda incesante del reconocimiento externo de la propia victimización.** Es decir, existe una necesidad por ser considerado víctima. Novedosamente, la victimización viene acompañada del

denominado “elitismo moral”, que se comprende como un tipo de mecanismo de control, que mediante acusaciones de inmoralidad, injusticia y egoísmo, **se percibe a sí mismo como moralmente superior** ([Kaufman, 2020](#)). Así, el victimismo se inserta en lo que se denomina un *estilo atribucional externalizante*, cuyo significado es que la responsabilidad de los distintos eventos se posiciona fuera del individuo afectado. Es importante aclarar que la mentalidad del victimismo no requiere de un victimario real. Esta responde a la autoimagen de mártir, de alguien que sufre y se ve a sí mismo como desvalido frente al mundo.

"Nadie niega la existencia de eventos desafortunados, todos estamos expuestos a sufrir situaciones de las cuales no tenemos control alguno. El punto está en que, al volcar la resolución en uno mismo, las posibilidades de superación y resiliencia son mayores"

Otro componente es la falta de empatía por el sufrimiento de los demás, explicado por la creencia de la inferioridad del sufrimiento ajeno. **Lo anterior explica que estas personas se sientan con el derecho de comportarse de forma agresiva y egoísta, puesto que su sufrimiento es demasiado alto como para responsabilizarse de sus actos** ([Kaufman, 2020](#)).

Ahora bien, es razonable defender valores distintos, también es deseable que las personas estén dispuestas a defenderlos. El problema está en la creencia de que la responsabilidad y solución es trabajo de otros, que alguien debe pagar por lo sufrido. Se está educando a jóvenes como víctimas “oprimidas” y sometidas, no como agentes activos del cambio. Los hechos son claros, cuando las personas perciben la responsabilidad de forma internalizante, son más exitosas y con mayores estrategias de afrontamiento de problemas ([Buddelmeyer & Powdthavee, 2016](#)).

Nadie niega la existencia de eventos desafortunados, todos estamos expuestos a sufrir situaciones de las cuales no tenemos control alguno. El punto está en que, al volcar la resolución en uno mismo, las posibilidades de superación y resiliencia son mayores ([Buddelmeyer & Powdthavee, 2016](#)). Así, sería más útil que la formación de las nuevas generaciones tuviera sentido de realidad y responsabilidad. Como ya hemos dicho, nadie podrá evitar que las personas

sufran eventos dolorosos, pero si se pueden forjar personalidades fuertes, que se antepongan a las adversidades y que asuman la responsabilidad del curso de sus vidas ([Bonanno et al, 2010](#)). Entonces, **¿por qué educar como víctimas, cuando podemos formar individuos libres?**

.

.

.