



Abuso emocional

¿Cómo puede uno saber una persona está siendo abusada emocionalmente o psicológicamente? Cuando un miembro de la pareja constantemente degrada o ridiculiza a la otra parte, o acusa a la otra parte de ser estúpida(o), poco atractiva(o), mala madre o mal padre, infiel, o cualquier otra cosa parecida, eso puede indicar que existe violencia doméstica o que la misma podría ocurrir. Aunque el abuso emocional, psicológico o financiero no se consideran comportamientos criminales, sí son formas de violencia doméstica y pueden llegar a abuso criminal.

Ejemplos de abuso emocional:

- Humillación
- Hacer que la otra persona se sienta mal consigo mismo
- Juegos mentales (Poner cosas en la mente de la otra persona)
- Hacer que la otra persona se sienta culpable
- Reclamar privilegios masculinos
- Tomar todas las decisiones sin contar con la otra parte
- Actuar como si fuera el “rey o la reina del universo”
- Ser quien dice lo que debe ser un hombre y lo que debe ser una mujer
- Utilizar el poder económico para controlar a la otra persona
- Evitar que otra persona busque o mantenga un trabajo
- Hacer que una parte de la pareja tenga que pedir dinero a la otra parte
- Dar a la otra parte una mesada
- Tomar el dinero de la pareja
- No informar a la pareja de la situación financiera o evitar que la pareja tenga acceso al dinero
- Controlar a otros a través de chantaje y amenazas
- Hacer o llevar a cabo amenazas de hacer algo para dañar a otro
- Amenazar con irse o cometer suicidio
- Amenazas de delatar a alguien a las autoridades
- Obligar a la pareja a quitar los cargos
- Obligar a la pareja a hacer cosas ilegales
- Controlar a otros utilizando intimidación
- Asustar a alguien con miradas, gestos o acciones
- Tirar cosas
- Mostrar armas
- Aplastando cosas
- Controlar a la pareja utilizando a los hijos
- Hacer que la pareja se sienta culpable por los hijos
- Usar a los hijos para llevar y traer mensajes
- Utiliza derechos de visitas para mortificar a la pareja
- Amenazar con llevarse a los hijos
- Controlar a la otra persona por aislamiento
- Controlar lo que la pareja hace, a quién ve, con quién habla, lo que lee y a dónde va
- Poner límite a lo que la pareja puede hacer fuera de la casa
- Usar los celos para justificar acciones
- Controlar la pareja con humillaciones, negación o culpabilidad
- Tomar el abuso a la ligera e ignorar la preocupación de la pareja sobre el mismo
- Decir que no ocurrió abuso alguno
- Echar culpa del abuso a la otra persona
- Decir, “la culpa fue de ella / él”.