

LLAMADAS DE ATENCIÓN

Los siguientes son señales de aviso que una relación podría hacerse abusiva. Se miran éstos frecuentemente cuando una pareja empieza salir, antes que la relación se hace más comprometida. Uno de éstos sólo no es un indicador fuerte. Sin embargo, cuando hay varios juntos, pronostican con más fuerza que la relación se hará abusiva en el futuro.

- **Comportamientos para controlar:** Decir a la pareja como dar estilo a su pelo o que llevar, o siempre decidir dónde ir y qué hacer en sus citas; acompañar la pareja a citas; hacerse enojado que no es apropiadamente si la pareja está tarde o no disponible.
- **Crueledad a animales o niños:** Castigar animales severamente y ser insensible a su sufrimiento; tener expectativas poco realistas de las capacidades de niños; intimidarles o burlarse de niños hasta que lloran.
- **Falta de respeto:** Hablar sin respeto a su pareja; ser descortés con meseros; mostrar actitudes racistas o sexistas; ser irrespetuoso a personas de diferentes trasfondos sociales, religiones, razas, o discapacidades.
- **Dobles morales:** Tener reglas y expectativas diferentes para la pareja y sí mismo.
- **Historia de comportamiento violento:** Una historia de violencia en relaciones pasadas pronostica violencia en relaciones futuras. Muchos, pero no todos, de los abusadores fueron víctimas del abuso doméstico como niños.
- **Aislamiento:** Acaparar el tiempo de la pareja; sabotear sus relaciones con familia y amigos; llamarle y enviarle mensajes de texto frecuentemente para vigilar a la pareja.
- **Irreflexión y cambios de ánimo:** No pensar en las consecuencias de acciones; tener cambios de ánimo explosivos; comportarse bien en un momento y mal en el siguiente; despotricar y delirar sobre cosas menores.
- **Envidia:** Ser excesivamente posesivo; decir que es dueño de su pareja; visitarle de improviso; pedir que amigos vigilen a la pareja; acusar la pareja de coquetear con otros; inventar excusas para comportamiento envidioso como decir que es por amor.
- **Minimizar y culpar:** Evitar tomar la responsabilidad para acciones; culpar otros por problemas y sentimientos; negar o minimizar una historia pasada de abuso y violencia.
- **Una relación rápida:** Exigir la pareja comprometerse a una relación seria muy rápidamente; querer irse a vivir juntos, casarse, o tener hijos en un periodo corto de tiempo o antes que la pareja está lista.
- **Amenazas de violencia:** Decir cosas como "Voy a matarme si me dejas"; disminuir amenazas como por decir "Lo dije en broma" o "No lo dije en serio."
- **Expectativas poco realistas:** Esperar que la pareja sea perfecta y satisfaga todos sus requisitos; esperar que la pareja conformese a roles de género rígidos; exigir que la pareja satisfaga los requisitos del abusador antes que sus propios.
- **Usa de fuerza o coacción durante sexo:** Hacerle a la pareja sentir culpable hasta que tiene sexo con él; mostrar poco de preocupación sobre si la pareja lo quiere el sexo o no.