

Cápsulas de Orientación

Un servicio informativo del Centro de Orientación de UTEP

Visítenos en nuestra dirección electrónica: <http://sa.utep.edu/counsel/>

La Violencia en las Relaciones

¿Cree que esta dentro de una relación destructiva? Si su relación la causa daño o miedo, no es una relación sana. Una relación debe lograr que ambos se sientan bien con si mismos y con la otra persona.

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA FAMILIAR?

Por lo regular hay tres tipos de abuso que se relacionan con la violencia familiar: el abuso físico, el abuso sexual y el abuso emocional. La violencia familiar podría incluir uno o más de estos tipos de maltrato.

EL ABUSO FISICO: Esta es la forma de abuso más evidente. Incluye patadas, golpes, mordidas, estrangulamiento, empujones, jalones de pelo, aventar a alguien en la habitación o hacia el piso, evitar que acudan a solicitar atención medica o tomar medicinas y agresiones o amenazas con armas.

El abuso físico puede incluir también el uso de objetos que son arrojados, romper artículos personales, golpear las paredes, desgarrar la ropa y la violencia con las mascotas. El daño a la propiedad o a las mascotas debe ser tomado en serio pues es simbólico, es una amenaza y es un acto violento.

EL ABUSO SEXUAL: El abuso sexual se da cuando se fuerza a una persona a tener relaciones sexuales (o ciertos actos sexuales) en contra de su voluntad, se fuerza o presiona para tener relaciones sexuales con otras personas en presencia de otros, cuando se dan las relaciones sexuales mediante el uso de armas u otros objetos, cuando hay presión o se le evita que utilice algún método de control natal o cuando se utiliza el sexo para manipular o controlar.

El abuso sexual es fundamentalmente un acto de agresión en el que el sexo es utilizado para humillar, dañar, degradar y dominar a su compañero(a). La violencia en las relaciones sexuales aumenta con el tiempo.

ABUSO EMOCIONAL Y PSICOLÓGICO: Este tipo de abuso aunque no es tan obvio como los anteriores, es igualmente traumático y sus efectos duran más. Es comúnmente más fácil de negar, pero puede implicar una recuperación más difícil. Este abuso se basa mas en argumentos verbales: es la destrucción sistemática de la autoestima de un individuo. El abuso emocional y psicológico puede incluir algunas de las practicas siguientes:

- **Poder económico:** Con frecuencia quien abusa trata de controlar a su pareja teniendo el control total del aspecto financiero.
- **Uso de los hijos:** Los abusadores pueden utilizar a los hijos para mantener el control y el poder. Pueden menospreciar o denigrar a los hijos con el fin de dañar a su pareja.
- **Intimidación:** Los abusadores pueden intimidar a sus victimas con miradas, actos, gestos o alzando la voz, **destrozando cosas o destruyendo objetos de su propiedad.**
- **Denigración verbal:** Uso de majaderías o sobrenombres con el fin de humillar
- **Los abusadores pueden hacer amenazas:** Estas amenazas pueden ir desde dañar a los niños hasta suicidarse y esto provoca que la victima sienta ansiedad y temor.
- **Un control exagerado de sus actos:** Los abusadores pueden controlar las actividades de su pareja, sus amistades, los lugares a donde van. Son entrometidos y necesitan saber todo.
- **Hacen que se aísle:** Sus celos le hacen limitar el contacto de su pareja con otras personas.

¡AYUDA! ¿DÓNDE ENCONTRARLA?

**Centro Universitario de Orientación 747-5302
202 West Union: 8-7 Lun-Mar 8-7 / Miér-Vier 8-5**