

NO ES AMOR

La violencia en el noviazgo puede pasar desapercibida porque se piensa que son exageraciones de las y los adolescentes y jóvenes, dejando la violencia en el noviazgo como un simple mito puesto que todo se justifica en el nombre del amor.

Amor romántico

Idealización (enamoramamiento), amor pasional (erotización del otro), deseo de intimidad y expectativa.

Amor ≠ dolor



"La violencia es el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones"

(OMS, 2002, p. 3)

¿Dónde comienza la violencia?

RECONÓCELA Y DETÉCTALA

Controla todo lo que haces, no quiere que tengas "secretos".

Vigila, critica o pretende que cambies tu forma de vestir, de peinarte, de maquillarte, de hablar o de comportarte.

Te prohíbe y amenaza respecto de los estudios, el trabajo, las actividades o las relaciones que desarrollas.

Hace escándalos en público o en privado por lo que tú u otros dijeron o hicieron.

Es una persona seductora y simpática con todos, pero se comporta de forma diferente contigo.

Promete cambios y mejoras en sus defectos o en sus adicciones. Nunca cumple, pero siempre renueva sus promesas.

Te deja plantada en salidas o reuniones, sin explicar ni aclarar los motivos.

Es impulsiva e intolerante. Impone su voluntad en el terreno sexual, sin tener en cuenta las necesidades de su pareja.

No expresa ni habla acerca de lo que piensa o desea, pero pretende que adivines todo lo que le sucede.

Te culpa de todo lo que sucede y te convence de que es así.

No reconoce ninguna responsabilidad sobre la relación ni sobre aquello que les sucede a ambos.

Te amenaza con abandonarte si no haces todo lo que quiere.

Muestra un carácter caprichoso, cambiante y contradictorio.

Se niega a conversar o a discutir con franqueza acerca de los conflictos o los desacuerdos de pareja.

Para obligarte a mantener relaciones sexuales, pone en práctica toda clase de artimañas: te acusa de anticuada/o, pone en duda tus sentimientos o su amor por ella/él, amenaza con que se va a buscar a otras personas para acostarse con ellas.

Violencia disfrazada de afecto

Siente celos excesivos de amigas(os), compañeras(os) de escuela o familiares.

"Me ama"

Llama constantemente a cualquier hora y lugar.

"Se interesa en mí"

Me cuestiona dónde y con quién estoy.

"Me cuida"

Me prohíbe y limita ir a lugares que son de mi interés.

"Quiere estar conmigo más tiempo"

Controla mi relación con mis padres, familiares o amigos.

"Me defiende"

Me obliga a cambiar mi manera de vestir, maquillar, hablar o comportar.

"Cuida mi apariencia, no permite que otros se aprovechen"

Me amenaza con hacerse algún tipo de daño si decido terminar la relación.

"Me quiere tanto que no puede vivir sin mí"

Conductas, actitudes, situaciones y comportamientos en la pareja*

Red flags (del inglés)

Las red flags son banderas rojas, signos de alarma que llaman la atención respecto a un comportamiento o un pensamiento de la otra persona que puede resultar dañino o incompatible. El término se ha popularizado al ser utilizado, en las redes sociales y por las personas más jóvenes.

Ghosting (del inglés ghost)

Los avances en la comunicación digital ofrecieron posibilidades para escapar de relaciones no deseadas, sin siquiera tener que romper con ellas.

En una relación amorosa, un día, de repente, una persona desaparece de forma un tanto abrupta, lo que resulta desconcertante además de hiriente.

(*Ghosting in Emerging Adults' Romantic Relationships: The Digital Dissolution Disappearance Strategy")

Caspering (del fantasma animado "Casper")

En las conversaciones virtuales se le llama "Caspering" y consiste en desaparecer de poco a poco de la vida de la persona, dejar de contestar y evadir cualquier tipo de contacto.

Orbiting (significa orbitar)

De vez en cuando, la misma persona que desapareció de tu vida se mantendrá viendo todas tus historias en Instagram y Snapchat, retuitando tus tweets y hasta dejándote comentarios.

Stealthing (del inglés robar)

Práctica sexual en la cual una de las personas implicadas se retira el preservativo sin el consentimiento o conocimiento de su pareja o lo daña. Este acto que "además de ser una forma de agresión y una grave violación a la autonomía, conlleva numerosos peligros para la salud".

Gaslighting (en alusión a una obra de teatro llamada así)

Micromachismo de abuso emocional en el que hace creer a la mujer (y a todo su entorno) que está loca. El abusador intenta poner a su merced a la víctima mermando su confianza y sentido de realidad.

*Existen una serie de términos, generalmente en inglés, que definen conductas, actitudes y situaciones en las relaciones de pareja, enunciamos solo algunas.

En una relación de pareja es importante recordar que esta solo funciona si hay respeto e igualdad entre ambos