

Cuestionario: ¿Vivo en una relación de pareja en la cual hay violencia conyugal?

¿TU PAREJA?

- ¿Te dice que estás equivocada sin importar lo que hagas o digas?
- ¿Denigra a tus amigos o familia?
- ¿Te insulta y te humilla?
- ¿Te llama 10 veces durante el día para saber qué haces, en dónde estás y con quién estás?
- ¿Insiste hasta el punto en que tú no puedes negarte a tener relaciones sexuales?
- ¿Lanza objetos o rompe cosas que te pertenecen?
- ¿Te obliga a decirle a dónde vas usualmente, tus retardos y tus movimientos o paraderos?
- ¿Trata de alejarte de tu familia y de tus amigos?
- ¿Te hace comentarios denigrantes sobre tu manera de vestir, tu apariencia y sobre la educación que le das a los niños?
- ¿Se da a si mismo excusas (estrés laboral, alcohol, niños inquietos, tránsito, etc.) para justificar sus fuertes cambios de humor?

¿TÚ TIENES?

- ¿A veces miedo por ti y por tus hijos?
- ¿Constantemente el sentimiento de ser una persona incompetente, inexperta, ignorante y que jamás haces bien las cosas?
- ¿La certeza de que ninguna otra pareja te querría?

¿TÚ HAS SIDO?

- ¿Maltratada físicamente o amenazada de serlo?

*¿Te reconoces dentro de una o varias de estas situaciones?
Hay fuertes posibilidades de que estés viviendo la violencia conyugal.*

¡TÚ PUEDES CAMBIAR LAS COSAS!

¿DESPUÉS DE LA TORMENTA, TE LLEGAS A DECIR?

- “Es mi culpa... Yo lo sabía, no debí haberlo(a) provocado.”
- “Fui yo quien comenzó.”
- “Debe tener una buena razón para su violencia.”
- “Si él/ella dejara de tomar, todo sería realmente diferente.”
- “Si él/ella no consumiese tanto, él/ella no perdería el control.”
- “Si él/ella consiguiese un empleo o si su empleo fuese menos estresante, él/ella estaría menos preocupado(a) y más calmado(a).”
- “Si los niños no fuesen tan inquietos, él/ella podría descansar.”

Si respondes sí a alguno de estos anuncios, estas probablemente minimizando la gravedad de los gestos.

¡LA VIOLENCIA NO TIENE RAZÓN DE SER, NI TIENE NINGUNA EXCUSA!

Si crees vivir la violencia conyugal, contacta a SOS Violence Conjugale 514-873-9010 o a Transit 24, Casa de Alojamiento 514-383-4994