

¿Está tu relación basada en la Igualdad?



¿O tu relación está basada en el dominio y el control?



El maltrato físico, el abuso sexual, los insultos, el abandono, la negligencia, la infidelidad o la amenaza son las formas más evidentes de violencia conyugal. Generalmente, estas conductas se entremezclan con conductas de arrepentimiento, paz, amor, lo que a veces dificulta tomar conciencia de la problemática que existe. Aunque los insultos o ataques físicos ocurrieran sólo una vez u ocasionalmente estos establecen un precedente de futuras agresiones y permiten al hombre violento controlar la vida de la mujer y el entorno.

Este diagrama sobre dominio y control es una herramienta particularmente útil para conocer el patrón de las conductas abusivas o violentas que usamos para establecer y mantener el control sobre nuestra pareja. Aún cuando nos disculpemos o arrepintamos de nuestros actos, eso no garantizará que cambiemos, si no nos comprometemos a revisar y transformar con empeño nuestras creencias y actitudes que nos llevan a ser violentos.