



## Señales de advertencia de una relación abusiva



### Descripción general

Puede pensar que es fácil darse cuenta de cuándo una relación es abusiva. Pero no siempre es así. Los abusadores pueden ser hábiles en la manipulación y el control. Le pueden hacer dudar de usted mismo. Aquí hay algunas señales de que una relación puede ser peligrosa.

### Confíe en sus sentimientos

Primero que nada, confíe en sus sentimientos. ¿Siente que algo está mal? ¿Su pareja le acusa de cosas que no son su culpa o trata de avergonzarle frente a otros? ¿Siente que no le está apoyando, respetando y valorando? Esas son todas malas señales. Tómelas en serio. El abuso puede comenzar muy lentamente, pero puede empeorar con el paso del tiempo.

### Control y presión

Una pareja abusiva puede tratar de controlarle. Podría prohibirle ver o hablar con ciertas personas. Es posible que lo presione para hacer cosas que usted no quiere hacer, incluso cosas sexuales con las que no se siente cómodo. Puede ser que usted tenga miedo de su pareja. Esa no es una relación sana.

### Amenazas y violencia

Una pareja abusiva puede ser muy peligrosa. Su pareja puede amenazarle o amenazar con lastimar a alguien o algo que usted ama. Su pareja puede volverse violenta físicamente. Esto es abuso. Necesita hacer un plan para alejarse de su pareja.

### Obtenga ayuda

Tanto las mujeres como los hombres pueden ser víctimas de relaciones abusivas. Le puede pasar a cualquiera. Lo importante a recordar es que no es su culpa. Si está en una relación donde siente que algo está mal, salga de ella. Llame a un amigo de confianza. Comuníquese con una agencia de violencia doméstica. Y si está en peligro inminente, llame a la policía.

Interpretación actuarial en fotos

© 2018 Swarm Interactive. La duplicación no autorizada está estrictamente prohibida.