

VERIFICA SE CI SONO INDICATORI DI VIOLENZA NELLA TUA RELAZIONE DI COPPIA

Segna tra questi comportamenti quelli che frequentemente ricorrono nella tua relazione.

VIOLENZA VERBALE

Lui...

- * Ti ingiuria
- * Ti schernisce
- * Ti fa oggetto di ironia pesante
- * Ti fa continue accuse
- * Urla contro di te o contro i figli
- * Ti lancia invettive
- * Fa osservazioni pesanti nei tuoi confronti
- * Ti rivolge gesti umilianti

TATTICHE DI PRESSIONE

Lui...

- * Ti spinge a prendere decisioni che non condividi colpevolizzandoti nel caso tu non sia d'accordo
- * Utilizza l'intimidazione
- * Tiene il broncio
- * Minaccia di negarti il denaro
- * Manipola i bambini
- * Ti dice cosa devi fare

DIRITTO DI ABUSO

Lui...

- * Proclama sempre di essere nel giusto (le affermazioni insistenti sono "la verità")
- * Pretende da te l'obbedienza
- * Prende da solo le grandi decisioni
- * Usa la "logica"

MANCANZA DI RISPETTO

Lui...

- * Ti interrompe sempre quando parli
- * Cambia argomento
- * Non ti ascolta o non risponde
- * Rigira il senso delle tue parole
- * Ti butta giù di fronte all'altra gente
- * Parla male dei tuoi familiari e dei tuoi amici
- *

MANIPOLAZIONE DELLA FIDUCIA

Lui...

- * Dice bugie
- * Dice che tu menti
- * Ti sottrae informazioni
- * Ti inganna sempre
- * È estremamente geloso

INFEDELTA' AI MUTUI PATTI DELLA RELAZIONE

Lui...

- * Non mantiene le promesse
- * Non rispetta gli accordi
- * Non assume mai un'onesta parte di responsabilità
- * Rifiuta di aiutarti nelle faccende di casa e nella cura dei bambini

PRIVAZIONE EMOTIVA

Lui...

- * Non esprime sentimenti
- * Non dà sostegno e attenzione
- * Non ti fa mai complimenti
- * Non rispetta i sentimenti, i diritti, le opinioni

MINIMIZZAZIONE, DENIGRAZIONE, BIASIMO

Lui...

- * Prende alla leggera il suo comportamento
- * Non prende mai sul serio il disagio che tu gli rappresenti
- * Dice che nella vostra coppia l'abuso non esiste
- * Dice che la colpa è tua

CONTROLLO ECONOMICO

Lui...

- * Interferisce nel tuo lavoro o ti impedisce di lavorare
- * Rifiuta di darti i soldi per il menage quotidiano
- * Pretende di appropriarsi dei tuoi
- * Prende le chiavi della tua macchina o comunque fa in modo che tu non possa usarla

COMPORAMENTI AUTODISTRUTTIVI

Lui...

- * Abusa di alcol o di droghe
- * Minaccia di uccidersi o di farsi comunque del male
- * Deliberatamente fa o dice cose che hanno conseguenze negative (per esempio, ingiuria il suo datore di lavoro, al punto di farsi licenziare, oppure è aggressivo con altre persone, anche sconosciute, mettendosi nei guai con la giustizia)

ISOLAMENTO

Lui...

- * Ti impedisce o ti rende difficile vedere amiche/amici o parenti
- * Fa davanti a loro cose che ti imbarazzano
- * Ti dice dove puoi o non puoi andare

VESSAZIONI

Lui...

- * Se non vive ancora con te, o non ci vive più, viene a casa tua o ti telefona anche se tu gli hai detto che non vuoi che lo faccia
- * Ti controlla e ti imbarazza in pubblico
- * Rifiuta di andarsene quando tu glielo chiedi
- * Se sei straniera, proclama di poterti mandar via dall'Italia se solo lo vuole
- * In ogni caso, minaccia di parlare con l'assistente sociale o con i giudici e di farti togliere i bambini

INTIMIDAZIONI

Lui...

- * Si arrabbia con te e/o ti fa gesti minacciosi
- * Ostenta la sua forza fisica per intimidirti
- * Si mette di fronte alla porta della stanza o di casa durante le discussioni per farti capire che non puoi sfuggirgli
- * Se siete in macchina e discutete, comincia a guidare pericolosamente

DISTRUZIONE

Lui...

- * Distrugge le cose che hai, tipo i soprammobili
- * Dà pugni sul muro
- * Lancia cose rompendole

VIOLENZA SESSUALE

Lui...

- * Usa la sessualità per punirti o degradarti
- * Ti impone comportamenti sessuali che successivamente disprezza
- * Usa la forza, la violenza o la coercizione per ottenere sesso o servizi sessuali specifici

VIOLENZA FISICA

Lui...

- * Fa azioni violente contro di te, i bambini, gli animali domestici, o altre persone
- * Schiaffeggia, prende a pugni, ti afferra violentemente, ti prende a calci, ti soffoca, ti spinge, ti bastona, ti morde, ti brucia, ti colpisce in generale
- * Minaccia di spararti

