

Reportaje

Abuso verbal: palabras que matan... lentamente

El abuso verbal es una forma de relacionarse, que conlleva mucha violencia bajo el velo del amor, la comprensión y señalamientos que aparentemente son sinceros, pero su objetivo es controlar y manipular.

- La víctima suele ser el blanco de arranques de sarcasmo o de una fría indiferencia. La reacción del abusador ante estas acciones está encubierta de una actitud de: "¿Qué te pasa a ti? De todo haces un drama, estás loca. ¡Cómo molestas! Para todo lloras y gritas, no se puede platicar contigo, no sabes escuchar, no sabes, no sabes, no sabes..." Con el tiempo, ella pierde su equilibrio, comienza a preguntarse si ella es la que está loca y sí de verdad no sabe.

- El abuso verbal es dañino y suele atacar la naturaleza y las capacidades de la pareja. La persona puede empezar a creer que hay algo malo en ella o en sus capacidades. El abusador está constantemente corrigiendo lo que se hace, lo que se dice.

- El abuso verbal encubierto, a través de comentarios sutiles (lavado de cerebro), es una agresión oculta que confunde aún más a la pareja. Su objetivo es controlarla sin que se dé cuenta. Es manipulador y controlador. Alguien puede hacer comentarios despectivos de una forma sumamente sincera y desinteresada, pero el objetivo es controlar y manipular.

- Es insidioso. La autoestima de la pareja va disminuyendo gradualmente sin que se dé cuenta.

- Es imprevisible. La pareja queda atontada, desestabilizada, por el sarcasmo, la frase hiriente, el desprecio, la crítica, el repudio o el comentarios injurioso.

El abuso verbal no sólo es utilizar malas palabras, gritar o simplemente levantar la voz, es algo mucho más profundo, más sutil y que merma poco a poco tus capacidades... como una gota que cae constantemente, con tal fuerza que acaba haciendo un hoyo a la piedra.

Si eres víctima de este tipo de abuso es importante que lo identifiques, estés consciente de lo que vives y pongas límites.