

## Estás siendo **MAL-TRATADA**

### **Si contestas sí a alguna de las siguientes afirmaciones**

- **Te hace sentir inferior, tonta o inútil. Te ridiculiza, te critica o se mofa de tus creencias (religiosas, políticas, personales)**
- **Critica y descalifica a tu familia, a tus amigos y a los vecinos o te impide relacionarte con ellos, se pone celoso o provoca una pelea**
- **Te controla el dinero, la forma de vestir, tus llamadas, tus lecturas, tus relaciones, tu tiempo**
- **Te ignora, se muestra indiferente o te castiga con el silencio**
- **Te grita, te insulta, se enfada, te amenaza a ti o a tus hijos**
- **Te humilla y te desautoriza delante de los hijos y conocidos**
- **Te da órdenes y decide lo que tú puedes hacer**
- **Te hace sentir culpable: tú tienes la culpa de todo**
- **Te da miedo su mirada o sus gestos en alguna ocasión**
- **Destruye objetos que son importantes para ti**
- **No valora tu trabajo, dice que todo lo haces mal, que eres torpe**
- **Te fuerza a mantener relaciones sexuales o a realizar determinadas prácticas**

Teresa San Segundo Manuel