

¿POR QUÉ LA GENTE ES ABUSIVA?

Para ser abusivos, nosotros albergamos consciente o inconscientemente estos valores abusivos:

1

Crear que puedo lastimarte o intimidarte o hacer mal uso de mi poder o mostrar desprecio si me siento incómodo.

"¡No deberías haberme hecho sentir así!"

2

Crear que soy intrínsecamente superior, es decir, que los hombres o las personas blancas son superiores, o que los rasgos culturalmente asociados con "lo femenino" son inferiores (sin importar tu expresión de género) o que las identidades 'diferentes a la mía' son inferiores, como expresión de género no binaria, edad, raza, (dis)capacidad, LBGQTQ, etc.

"No seas una perra que solo se queja".

3

Crear que es tu trabajo aceptarme como soy, sin importar lo que haga.

"Sabías quién era yo cuando nos juntamos".

"¡Sabías cómo era este trabajo cuando lo aceptaste!"

4

Crear que tengo derecho a denigrarte si señalas algo sobre mí que amenaza el concepto que tengo de mí mismo.

"¿Así eres perfecta?"

"¿Quién te crees que eres, diciéndome?" "

¿Qué pasa con la forma en que tu...?"

5

Crear que debes celebrarme, mis fortalezas autopercebidas, mi crecimiento y cambio, y no mencionar lo poco que he cambiado en realidad.

"Todo eso quedó en el pasado. Se acabó. ¡Estoy muy bien y nada es lo suficientemente bueno para ti!

¿Cuánto tiempo tengo que sufrir a causa de un error?"

6

Crear que puedo actuar asqueado e insultado e insultar si me haces notar cosas importantes que se me olvidan o no sé.

"¿Qué diablos sabes al respecto, de todos modos?"

7

Crear que puedo establecer la realidad (patrones de hechos) a mi gusto.

"No, eso nunca pasó. Yo nunca dije eso. Estás loco".

8

Crear que puedo ser despectivo o violento si te quejas, porque NUNCA debo rendir cuentas ante ti.

"Yo no te respondo". "¿Qué dijiste? Cállate la boca si sabes lo que te conviene".



¡Estos valores pueden transformarse en valores de equidad y respeto!