



## Modele de abuz emotional

Abuzul emotional se poate manifesta in diverse forme si situatii, in lucrarile de specialitate intalnim clasificari a celor mai importante forme de abuz. In fiecare model, agresorul interactioneaza cu sau impotriva partenerului, pe care il transforma intr-un obiect, care i se adapteaza.

### **a) Dominarea**

Dominarea reprezinta incercarea unuia dintre partenerii relatiei de cuplu de a-i controla actiunile celuilalt partener (Loring, M. , *Emotional Abuse*, 1994). Persoana care incearca sa domine alta persoana are o nevoie enorma ca tot ceea ce se intampla in jurul ei sa se desfasoare asa cum vrea ea si pentru aceasta de cele mai multe ori recurge la amenintari si porunci.

Comportamentul dominant (Evans, P. , *The Verbally Abusive Relationships*, 1996) presupune: a ordona partenerului, monitorizarea timpului si activitatilor acestuia, restrictionari materiale, financiare si a activitatilor sociale, izolarea partenerului de familie si prieteni, interzicerea acestuia de a beneficia de anumite oportunitati (profesionale, educationale ), gelozie excesiva si posesivitate, amenintarea sau abuzarea partenerului sau a familiei sau copiilor acestuia, fortarea partenerului de a participa intr-o activitate ilegala.

### **b) Insultele verbale**

Insultele verbale includ: mustrarile, subaprecierile, umilirea, poreclele, strigarile, amenintarile, critica, invinuirea excesiva, a face de rusine, sarcasmul, dezgustul fata de

o persoana. Aceasta forma de abuz este extreme de daunatoare pentru stima si imaginea de sine a oricarui individ. Atunci cand unul dintre parteneri urla si striga la celalalt, acesta se simte injosit si ii este teama ca va fi lovit. Evans (*The Verbally Abusive Relationships*, 1996) include ca forma de abuz verbal: interzicerile, impotrivirile, neincrederea, abuzul verbal in gluma, acuzatiile, judecatile, trivialitatile, ordinele, negarile, devierile si furia excesiva.

### ***c) Critica si invinovatirea constanta***

Comportamentul unei persoane care foloseste aceasta forma de abuz este caracterizat prin: critica inflexibila, ii gaseste partenerului din relatia de cuplu doar defecte, nu poate fi multumit niciodata, isi invinovateste partenerul pentru tot ceea ce merge rau . In timp acest tip de abuz ii distruge victimei increderea in ea insasi si sentimentul propriei valori.

Aceasta forma de abuz este dificil de constientizat atunci cand agresorul foloseste umorul. Critica si invinovatirea (Engel, B. , *The Emotionally Abusive Relationships*, 2002) constanta poate fi inclusa in categoria abuzului verbal, insa poate fi intalnita singura fara a se asocia cu alte forme de abuz verbal, uneori caracterizeaza o relatie de cuplu.

### ***d) Asteptarile exagerate***

Asteptari abuzive (Engel, B. , *The Emotionally Abusive Relationships*, 2002) reprezinta pretentii, cerinte exagerate, cum sunt: dorinta unuia dintre partenerii de cuplu ca celalalt sa faca totul pentru a-i satisface nevoile, sa isi petreaca tot timpul cu el sau sa-i acorde toata atentia sa.

Un partener care are asteptari exagerate nu poate fi multumit niciodata, deoarece acesta considera intotdeauna ca partenerul sau ar fi putut face mai mult. Astfel partenerul abuzat devine victima criticilor agresorului deoarece nu ii realizeaza asteptarile.

### ***e) Santajul emotional***

Santajul emotional (Engel, B. , *The Emotionally Abusive Relationships*, 2002) este una dintre cele mai puternice forme de manipulare. Se produce atunci cand unul dintre parteneri, constient sau inconstient, il determina pe celalalt partener sa faca ceea ce vrea el, iar in acest scop se foloseste de teama, vina sau compasiunea acestuia.

Un partener foloseste santajul emotional atunci cand:

- ii cere celuilalt sa aleaga intre el si ceva ce isi doreste
- incearca sa il faca pe celalalt partener sa se simta egoist si rau, daca face ceva ceea ce lui nu ii place
- ii cere celuilalt partener sa renunte la ceva sau la cineva, ca o dovada de iubire fata de el
- isi ameninta partenerul ca il va parasi daca nu isi schimba comportamentul
- ii interzice partenerului accesul la bani daca nu face ceea ce ii cere
- isi ignora partenerul de fiecare data cand este separat pe el
- se foloseste de teama celuilalt partener pentru a-l tine sub control

Amenintarile santajului emotional nu sunt mereu evidente, ele pot fi mascate de umor, aparente incercari de protejare a partenerului sau remarci subtile.

### ***f) Instabilitatea emotionala***

Instabilitatea emotionala (Loring, M. , *Emotional Abuse*, 1994) include schimbari foarte variate de dispozitie, iesiri emotionale spontane aparent fara nici un motiv si raspunsuri discordante, inconsecvente cum ar fi: reactii diferite in momente diferite la aceleasi comportament, spune ceva intr-o zi si invers in alta zi, se razgandeste frecvent (intr-un moment ii place ceva iar in altul uraste acel ceva). Acest comportament este daunator in special pentru partener deoarece percepe o nesiguranta continua., nu poate sa stie ce se asteapta de la el. Relatia cu o astfel de persoana este dificila si anxioasa, deoarece provoaca teama, tulburare, nesiguranta Partenerul trebuie sa fie in permanenta foarte vigilent asteptand o noua iesire sau schimbare de dispozitie din partea celuilalt partener.

Acest tip de comportament este caracteristic consumatorilor de droguri si alcool, care pot avea schimbari bruste de personalitate, datorate substantelor. Acest comportament poate fi un indicator pentru diferite boli mintale sau tulburari de personalitate, care determina schimbari bruste de stare, iesiri emotionale (furie spontana, teama coplecitoare, atacuri de panica) si reactii neprevazute. Persoanele care sufera de stres post-traumatic pot prezenta un astfel de comportament

#### **g) Disfunctii permanente**

Acest tip de abuz este determinat o persoana careia ii place sa creeze o stare permanenta de neliniste, clatinare, schimbare si dezacord. Persoanele care folosesc acest tip de abuz emotional poate fi "dependente de drama" (Loring, M. , *Emotional Abuse*, 1994). Exista persoane carora crearea disfunctiilor si conflictelor le produce placere, in special celor care nu se pot centra pe propriile lor probleme si se axeaza pe ale celorlalti, celor care au o nevoie foarte mare de a se exprima prin ceea ce fac si a celor care au crescut intr-un mediu nesigur, fara dragoste si armonie.

#### **h) Distrugerea reputatiei**

Aceasta forma de abuz, distrugerea reputatiei (Evans, P. , *The Verbally Abusive Relationships*, 1996), implica: umilirea, critica constanta a cuiva, a face de ras o persoana in fata altor persoane, minciuni, barfe, opinii despre esecurile si greselile cuiva. Acest tip de abuz poate distruge reputatia personala si profesionala a unei persoane, pierderea prietenilor, serviciului si chiar a familiei.

#### **i) Hartuirea sexuala**

O persoana poate sa fie hartuita sexual (Loring, M. , *Emotional Abuse*, 1994) de oricine, chiar si de partenerul de cuplu. Hartuirea sexuala este definita ca fiind: orice avans sexual, comportament fizic sau verbal de natura sexuala neinvitat si neacceptat de persoana careia ii sunt adresate.

Chang (*I Just Lost Myself: Psychological Abuse of Women in Marriage*, 1996) incadreaza formele de abuz in cinci categorii, acordand atentie doar abuzului emotional asupra femeii. Ea considera ca putem numi o relatie de cuplu abuziva emotional atunci cand intalnim cel putin trei tipuri de abuz dintre urmatoarele forme:

### **1. Manipularea victimei pentru a-si schimba comportamentul in directia dorita de agresor**

Intre partenerii relatiei de cuplu se afla un sistem complementar si circular de influente si interpretari, Massey ( Massey, apud. Chang Nash, Valerie, *I Just Lost Myself: Psychological Abuse of Women in Marriage*, 1996) descrie aceasta situatie ca fiind un cumul de raspunsuri prezente si anticipate in situatia curenta, pe care partenerii le dezvoltata in timpul relatiei dau in familiile de origine.

Acest model este creat de catre victima prin imbinarea mai multor atitudini: anticiparea dominantei si a criticilor, invatarea supunerii, adaptarii si a preocuparii pentru partener. Acest model de interactiune, implica schimbari complementare intre cei doi parteneri, ceea ce conduce spre distorsionarea personalitatii. . Astfel cu cat unul dintre parteneri devine mai agresiv cu atat celalalt devine mai pasiv si supus.

### **2. Crearea si mentinerea starii de confuzie**

In acest model sunt folosite paradoxul si contradictia pentru a se crea confuzie si instabilitate, simultan sunt transmise doua mesaje opuse. Bateson ( Bateson, apud. Chang Nash, Valerie, *I Just Lost Myself: Psychological Abuse of Women in Marriage*, 1996) descrie acest model astfel: partenera invata ca este intr-o situatie in care indiferent ce face nu poate face bine si nu are cum sa castige. Acelasi autor explica existenta acestui model atunci cand unul dintre parteneri il controleaza pe celalalt si nu-i acorda acestuia posibilitatea de a se clarifica si de a riposta, iar victima nu poate parasii relatia. Acesta considera ca relatiile in care regasim acest model au patru caracteristici: sunt intense; intalnim mesaje opuse; victima nu poate riposta mesajelor conflictuale; interzicerea parasirii relatiei.

Intr-o astfel de relatie femeia este intotdeauna dezavantajata, confuza si nesigura deoarece indiferent ce face este criticata.

### **3. Atacurile verbale**

In acest tip de relatie partenerul utilizeaza insulte verbale pentru a-si pune la punct partenera sau pentru a o pedepsi deoarece a facut ceea ce lui nu ii place. Atunci cand ei ii este teama de furia lui sau cand ii este interzis sa-si exprime nemulțumirea, se creaza acest model in care el o insulta iar ea nu spune nimic sau incearca sa se apere, dar renunta repede.

### **4. Tacerea si retragerea**

Tolman ( Tolman, apud. Chang Nash, Valerie, *I Just Lost Myself: Psychological Abuse of Women in Marriage*, 1996) descrie acest abuz emotional ca fiind o forma de control prin tacere, retragere si inexpressivitate, de obicei inexpressivitatea este o forma de control inconstient utilizata atunci cand ii este amenintata pozitia.

Mesajul transmis de partenerul care nu vrea sa vorbeasca este acela ca el este cel care stabileste regulile in ceea ce priveste contestarea anumitor situatii.

### **5. Lipsa conexiunii emotionale**

Acest model presupune lipsa empatiei, intelegerii, sustinerii emotionale, imposibilitatea femeii de a crea o legatura emotionala cu partenerul ei, sentimentul ca el nu este acolo.

Denzin ( Denzin, apud. Chang Nash, Valerie, *I Just Lost Myself: Psychological Abuse of Women in Marriage*, 1996) denumeste procesul in care doua sau mai multe persoane traiesc sau impart aceleasi emotii in raport cu o situatie - intersubiectivitate. Acest proces ajuta partenerii sa se inteleaga.

Intr-o relatie de cuplu abuziva emotional, partenera depune eforturi pentru a obtine intelegere emotionala din partea partenerului, dar partenerul pare ca nu-si doreste sau nu are abilitatea de a empatiza, in astfel de relatii partenerul are o pozitie dominanta