



Ciclo de Violencia

**La Tensión
incrementa**



**El Abuso se
Lleva acabo**

Fase de Luna de Miel

Generalmente, el ataque no ocurre constantemente, sino en ciclos.

El ciclo consiste de tres fases:

- 1) Fase de crear tensión.
- 2) Incidente de maltrato agudo.
- 3) Fase de “Luna de Miel”

Fase de Crear Tensión: Durante esta fase del ciclo, la tensión va acumulándose en la relación. Puede haber abuso verbal, emocional o físico durante esta fase. Este abuso puede aumentar y escalar en frecuencia y severidad sobre un periodo de tiempo. La persona abusada puede intentar de “controlar” el abuso por medio de varias técnicas de afrontamientos como evadir, aplacar, o ceder pero estos métodos no funcionan por largo tiempo. Una vez que la tensión llega a un nivel inaguantable, el abusador pierde el control e inicia la violencia.

Incidente de Maltrato Agudo: Esta es una descarga incontrolable de tensión acumulada; el abusador no puede responder a ningún control. La “provocación” para entrar en esta fase no tiene nada que ver con el comportamiento de la víctima; en vez es usualmente un estresor externo o el estado interno del abusador. El tipo de abuso que ocurre es usualmente más serio e intenso que en la fase de crear tensión y la víctima puede ser severamente lastimada.

Fase de Luna de Miel (disculpas, excusas, promesas de reforma). El abusador se da cuenta que han llegado muy lejos. Típicamente exhiben una actitud amorosa y buena mientras se disculpan y prometen que nunca pasara otra vez. Tanto como el abusador como la víctima quieren creer que no pasara otra vez.

“Pero el ciclo pasará otra vez a no ser que haya una intervención de afuera.”