

**ESCALADA DE LA VIOLENCIA** La escalada de la violencia se refiere al proceso paulatino en el que va aumentando la intensidad y la frecuencia de las agresiones a medida que pasa el tiempo.

La violencia comienza de manera progresiva, se inicia con conductas muy sutiles y difíciles de percibir porque se ocultan bajo actitudes de buenas intenciones relacionadas con el cuidado y protección de la mujer, lo cual va reduciendo la seguridad y confianza en sí misma, impidiéndole poder reaccionar o tomar decisiones. La escala de la violencia es un proceso que va de menos a más.

**CICLO DE LA VIOLENCIA** (Leonor Walker, 1979)

El ciclo de la violencia explica el modo en que el agresor y la víctima reaccionan en cada fase del proceso violento.

**Fase de Tensión:** Ocurren incidentes menores, cambios imprevistos y repentinos en el estado del ánimo del agresor, empieza a mostrarse tenso e irritable, cualquier comportamiento de la mujer despierta en él una reacción de enfado. Generalmente la mujer trata de calmarlo, puede ser condescendiente y anticiparle cada capricho e intenta que no se enfade más, acaba dudando de su propia experiencia y se considera culpable de lo que pasa. Esto va a reforzar todavía más el comportamiento del hombre. Él se distancia emocionalmente, la mujer se asusta pensando que lo va a perder y que si esto ocurre será culpa de ella puesto que no ha sabido conservar su amor.

**Fase de Agresión:** Se caracteriza por una descarga incontrolada de las tensiones que se han ido acumulando en la fase anterior. Ejerce violencia física, psicológica y/o sexual sobre la mujer. El agresor justifica estas agresiones quitándole importancia, negando el incidente o buscándole explicaciones (alcohol, drogas, trabajo). La única opción de la mujer es buscar un lugar seguro para protegerse. La mujer puede sufrir un estado de bloqueo emocional, y permanecer aislada. Es en esta fase cuando la mujer suele denunciar y pedir ayuda.

**Fase de arrepentimiento:** Fase de Luna de miel, desaparece la violencia y la tensión. El hombre muestra un comportamiento extremadamente cariñoso, manifiesta arrepentimiento, suplica el perdón, y promete que no lo hará nunca más. Inicia acciones encaminadas a demostrar el cambio (dejar de beber, de salir, de consumir drogas, de ver a otras mujeres). Durante esta fase la mujer idealiza la relación, esto hace que le sea difícil romper la relación. A medida que avanza la relación, la fase de arrepentimiento dura menos, hasta llegar a desaparecer, siendo la fase de agresión más frecuente.