



Voces de Insight
Sophie

INSIGHT EXCHANGE

Artwork © Louise Whelan

QUERIDA / O LECTOR / A,

Las Voces de la Insight son descripciones desidentificadas de personas con experiencia vivida de de violencia interpersonal, familiar, sexualizada y otras adversidades. Se han desarrollado mediante el proceso de entrevistas de Insight Exchange, que ha sido diseñado para afirmar la agencia, sostener la dignidad y apoyar la seguridad.

Las reflexiones revelan las formas en que la persona se ha resistido y ha respondido a la violencia ejercida contra ella. Las descripciones revelan parte del contexto en el que se ha producido la violencia, cómo han respondido otras personas, servicios y sistemas, y cómo estas respuestas han sido útiles, inútiles o perjudiciales.

Nuestro agradecimiento a cada persona que ha compartido sus reflexiones en beneficio de muchas y muchos.

Reconocemos que, a pesar de nuestros mejores esfuerzos por escuchar las experiencias vividas de violencia y abuso, nunca podremos comprender plenamente todo lo que las experiencias de una persona significan para ella ahora o a lo largo de su vida. Entendemos que las experiencias vividas, pasadas y presentes, nunca podrán plenamente representarse en el lenguaje ni en ninguna otra forma.

GRACIAS.

“

El abuso doméstico, en mi mente, siempre era físico. Ni siquiera sabía lo que era el abuso económico.

”

El abuso doméstico, en mi mente, siempre era físico. Ni siquiera sabía lo que era el abuso económico. Venía de una familia con violencia doméstica. La violencia era normal. Mamá la sufría todos los días o al menos todas las semanas. Y estoy hablando de que mi papá la tiraba contra la pared, destrozaba las paredes de tablaroca. Y luego las tapaba con cinta adhesiva y pintaba encima. Todo estaba roto en nuestra casa porque la destrozaba con ladrillos y todo tipo de cosas. Derribaba puertas.

En fin, yo tuve suerte. Estaba con un hombre que nunca hacía esas cosas. Bueno, me pegó una vez, pero eso fue una vez. Poco sabía yo que había similitudes muy parecidas. El control emocional y el financiero. No me daba cuenta del abuso emocional: Todo el trato a través de su silencio. Ni siquiera lo sabía.

Justo antes de que naciera mi primer hijo, mi marido solicitó un trabajo en una ciudad rural a tres horas y media de donde yo había vivido toda mi vida. Él tenía parientes allí, así que le resultaba familiar. Yo no tenía a nadie. No conocía a nadie, no tenía familia. Consiguió el trabajo que había solicitado. Y con un bebé de dos semanas, me desarraigué de toda mi familia y me mudé a esta nueva ciudad. Pero fui porque eso es lo que haces. Debo ser esa esposa que apoya; voy a tener un bebé.

Cuando reflexiono sobre ello, ése fue el principio del control que me alejó de mi familia, me alejó de mi zona de confort y de cualquiera que pudiera protegerme. Llegué a tener tres hijos en total.

Él viajaba mucho... se iba durante tres semanas.

Cuando volvía a la casa, los niños estaban muy emocionados porque no lo habían visto en tres semanas. Él me decía: “Llévatelos. No puedo soportarlo. Necesito un poco de tranquilidad”. Y yo decía: “Dios mío”. Y entonces él no hablaba. Era eso de no hablar. Fue horrible.

Probablemente fue una de las cosas más difíciles a las que tuve que adaptarme y aceptar. Era como, bueno, él es así. Simplemente, no quiere hablar. Pero era así todo el tiempo.

Cuando me quedé embarazada de mi tercer hijo, no me habló durante seis meses porque según él era culpa mía que estuviera embarazada. A sus ojos, “no deberías haberte quedado embarazada”. Y así, durante seis meses, no me habló. Era un patrón. Si no estaba contento con algo, simplemente no me hablaba. Pero fue bastante horrible durante meses, meses y meses. Simplemente me ignoraba, no me hablaba.

Era contador. Mi sueldo iba a mi cuenta, pero él tenía una tarjeta. Así que tenía acceso a mi cuenta y entonces, creo que lo llamaban domiciliación bancaria, podía hacer una transferencia desde mi cuenta para que pudiéramos pagar las cuentas. Lo tenía configurado a través de su banco para que fuera a donde fuera. Siempre tenía cuentas en fideicomisos familiares o lo que fuera. Todo era muy técnico. Nada era sencillo. Era un contador muy creativo, muy creativo. Y eso era simplemente el catalizador de todo lo que ocurría. Lo ocultaba todo porque era muy listo para eso, para ocultar cosas.

Recuerdo una vez -estábamos a tres semanas de mudarnos a nuestra flamante casa que acabábamos de pasar ocho meses

construyendo- y me dijo: “esta noche, cuando vuelvas del trabajo, tenemos que hablar”. Y yo le dije: “ok”. Llegué a casa del trabajo y me dijo: “Estoy buscando trabajo en la ciudad”. Le dije: “¿Qué?”. Me dijo: “Estoy buscando trabajo en la ciudad. Solicité un trabajo, lo conseguí y me mudo a la ciudad”. Y yo: “Espera un momento. Estamos a unas tres semanas de liquidar nuestra propiedad. Nos mudamos a esta propiedad”. Me dijo: “tú te vas a mudar a eso. Yo me voy a la ciudad”.

Así que nos metimos en la casa y luego simplemente desapareció. Venía a la casa cuando quería porque tenía llave. Nunca sabía cuándo iba a entrar por la puerta. No lo entendía y no obtenía respuestas. Así que era muy raro. Al final, me dijo “mira, pongamos la casa en venta y te vienes a la ciudad”. Y así fue como acabé en la ciudad. Volví con él. No podía sostenerme económicamente. Él no pagaba ninguna manutención ni nada. Sólo pagaba parte de la hipoteca y luego yo tenía que intentar llegar a fin de mes con lo que quedaba. Pero lo hice. Lo hice.

Por cierto, estuve trabajando durante todo este tiempo. Creo que fueron probablemente unos 12 meses en los que no trabajé en toda mi carrera laboral desde que dejé los estudios. Porque tenía a mis bebés y volvía inmediatamente a trabajar.

Solía trabajar en el turno de noche en un restaurante. Durante el día, limpiabas la casa y te asegurabas de que los niños estuvieran atendidos y de tenerlo todo cocinado, listo. Así que, cuando salías por la puerta, sólo tenía que darles de comer y bañarlos, porque había estado trabajando todo el día. La excusa que utilizó cuando tuvo la primera aventura fue: “Nunca te

“

Venía a la casa cuando
quería porque tenía llave.
Nunca sabía cuándo iba a
entrar por la puerta.

”

veo. Siempre estás trabajando”. “Bueno, eso es porque tengo que trabajar para que podamos llegar a fin de mes porque nunca tenemos dinero”. Nunca pude entender por qué nunca tuvimos dinero, pero nunca tuvimos dinero porque él controlaba todo el dinero. Y nunca tuvimos dinero. Abríamos las alcancías de los niños para pagar la factura de la luz y cosas así. Y yo me preguntaba, ¿por qué nunca hemos tenido dinero?

Llevábamos siete años casados cuando contraje una ETS (enfermedad de transmisión sexual). Y fue entonces cuando supe que estaban pasando cosas extramatrimoniales. Incluso había partes de nuestras relaciones sexuales que no eran normales. A veces me sentía como: ¿soy un humano o soy un animal? Así es como me sentía. Él siempre quería ver porno y yo me sentía degradada como mujer. Sentía que no tenía elección; tengo que hacer esto. Si no lo dejas hacer lo que quiere, entonces lo voy a perder. Por eso sigue teniendo aventuras, porque no soy lo bastante buena. No soy lo bastante bonita porque siempre me decía: “te estás poniendo un poco gorda”.

No me di cuenta de que algo no iba del todo bien en nuestras finanzas hasta que ya estábamos con el agua en el cuello.

Obviamente, cuando él se fue a la ciudad, yo tuve el control de mis finanzas. Eso estuvo muy bien después de tanto tiempo sin control. Pero él era contador, así que eso es lo que hacía. “Yo soy el contador. Yo controlo las finanzas”. Tenía sentido. Controla las finanzas de todos los demás, por supuesto, que va a controlar las nuestras. Así que, para mí, era algo normal.

“

“Yo soy el contador. Yo controlo las finanzas”.

”

Empecé a trabajar en [servicios financieros], algo por lo que siempre se sintió muy amenazado. En aquel momento no me di cuenta. Pero me decía: “eres demasiado buena para eso”. También intentó controlar eso. Me hacía currículums y solicitaba trabajos en mi nombre. Todavía tengo el currículum que me hizo. Aplicaba a los trabajos y me decía: “Tienes una entrevista”. Y yo decía: “Pero me gusta hacer lo que hago en [servicios financieros]”.

Una vez más, él controlaba todo el dinero. Yo sólo iba a trabajar. Ganaba dinero, pero no tenía acceso a él. No es que necesitara demasiado, pero no me permitía ir de compras, porque tenía que justificar todo. Si quería comprarle algo a los niños, él me acompañaba. Eran esas pequeñas cosas que piensas... No tenía la libertad... Si necesitaba un vestido nuevo... La única vez que me dejaba comprar algo solía ser cuando lo acompañaba a algún lugar, porque quería que pareciera una esposa trofeo, es lo que al final deduje.

Cuando mi hijo pequeño empezó a ir a la escuela, nos mudamos a una casa más grande y nos fuimos de vacaciones, unas vacaciones familiares, y no me dirigió la palabra. Se negó a hablarme durante las vacaciones y se fue a hacer sus cosas. Regresamos a la casa y volvió a desaparecer.

Recuerdo que no tenía dinero y que él no venía a la casa ni contestaba el teléfono. Pensé: “Dios santo”, no tenía dinero para alimentar a mis hijos. Recuerdo que tuve que llamar a mis padres y decirles: “No tengo dinero y no sé dónde está. Es como si se hubiera largado”. Así que transfirieron 100 dólares a mi cuenta para que pudiera darle de comer a mis hijos. Eso fue

como, “Dios mío, qué vergüenza”. Y mi papá me decía, “te damos el dinero, pero estás trabajando ¿por qué no tienes dinero?”, “Porque papá, él es el contador. Él controla el dinero”. Y mi papá me decía: “Pues eso no está nada bien”. Resultó que tenía una aventura con alguien de Melbourne. Cuando volvió a casa, me corrió de la casa. La metió a ella en la casa. Eso era lo que estaba haciendo. Pero le acepté de nuevo o volví de nuevo. Él me llevó de regreso, es como yo lo veía, pero lo único que podía pensar era que “tengo tres hijos. No puedo sobrevivir. No puedo cuidar de estos niños”. Así que volví y me compró una casa. Y me había comprado un coche por mi cumpleaños, un coche nuevo, precioso, bonito y pequeño para que pudiera llevar a los niños de un lado a otro. “Esta vez”, me dijo, “voy a comprarte una casa y esa casa va a estar a tu nombre para que nadie pueda tocarla. Es tu casa. Yo voy a pagar la hipoteca. Es tu casa”. Y, por supuesto, la historia se repitió.

Tuvo otra aventura en otra ciudad y dejó de pagar la hipoteca y las cuotas del coche. Todavía lo recuerdo; estaba en el trabajo y entró un señor que pidió hablar conmigo y me dijo: “Vengo a embargarle el coche”. Y yo: “¿embargarme el coche?”. Me dijo: “sí, no se han efectuado los pagos. Vengo a embargarle el coche”. Así que recuerdo que hablé con el director y le dije... Estaba tan avergonzada... “Tengo que irme y tengo que entregar mi coche”. Así que recuerdo que agarré una bolsa de plástico de la cocina de mi lugar de trabajo y la llevé al coche, vacié el contenido de mi coche en la bolsa de plástico y le entregué las llaves. Y pensé: “Dios mío, ¿cómo voy a llegar a la casa?, ¿Cómo voy a llevar a mis hijos a la escuela?”.

“

“Vengo a embargarle
el coche”.

”

Había puesto la casa a mi nombre para que nadie pudiera tocarla. Como era contador, si alguien lo demandaba... Debería haberme dado cuenta de por qué la gente lo demandaría, porque hacía otras cosas, por las que podrían haberlo demandado, pero en aquel momento yo no lo sabía.

Pero de todos modos el banco embargó la casa. El coche fue lo primero que ocurrió. Luego, en muy poco tiempo, los niños me llamaron y me dijeron: “Mamá, vino un hombre y quiere llevarse nuestra televisión”. Así que estaban en la casa. Era después de la escuela, porque ya eran más grandes. Hay un hombre aquí que quiere llevarse nuestra televisión. Y yo dije, “mierda”. Así que, básicamente, embargaron todo lo que había en la casa que estaba en alta compra o renta o como fuera que funcionara todo eso.

Se mudó de ciudad y dejó de pagar todo. No pagó la pensión alimenticia, no pagó nada. Así que embargaron, embargaron todos los muebles, el coche, la casa -una venta hipotecaria-, todo.

¿Sabes lo que fue realmente duro? Intenté llegar a un acuerdo con los cobradores para pagar el 50%, pero no lo conseguí. “No, tienes que pagar el 100%”. Y recuerdo que pensé: “No puedo pagar el 100%”. Probablemente podría, a lo sumo, hacer mi parte para que al menos pudiéramos mantener las cosas a flote. Así, al menos podría mantener un techo sobre la cabeza de mis hijos y comida en la mesa, pero no querían ni oír hablar de ello. “No podemos aceptar el 50%. Es todo o nada”. Y yo no podía pagar todo o nada. Así que tuve que irme... Porque no quería tener una mala calificación crediticia y trabajaba en [servicios financieros], así que fue muy duro.

Fue en ese momento cuando recibí una llamada en el trabajo. Era uno de los clientes [de mi marido]. Y este señor me dijo: ""¿No sé si sabes quién soy? Me llamo fulano de tal". Pero me dijo: "Tengo entendido que tienes tu casa en venta y probablemente te estés preguntando por qué te llamo". Y yo le dije: "Sí, así es". Y me dijo: "bueno, la razón por la que te llamo es porque tu marido me debe dinero. Quizá no sepas que también tiene un tercio de acciones en un negocio de la ciudad y nos debe algo de dinero Y tengo entendido que tu casa está en venta".

Entonces, me quedé muy tranquila y le dije: "si".

Y me dijo: "bueno, obviamente, cuando se venda la casa, tienes que saber que el dinero que debe, esperamos que se pague con el producto de la venta de la casa". Y yo le dije: "bueno, la casa está a mi nombre y tal como yo lo veo si hay algo que obtener de la venta de la casa eso sería mío. Y no tengo nada que ver con el negocio del que hablas. Así que creo que tienes que volver a hablar con él". Así que, mientras supuestamente trabajaba y viajaba, en realidad no lo hacía. En realidad, tenía un negocio.

Fue una época bastante horrible. Fue entonces cuando empezaron los abusos físicos. Vino a recoger a los niños para una visita y yo no tenía su ropa lista o algo así. Entonces me agarró por el cuello, me tiró al suelo e intentó asfixiarme. Mi hijo estaba allí de pie y básicamente le dijo: "Papá, si no la sueltas, voy a llamar a la policía". Tenía el teléfono en su mano. Yo no podía hablar. No podía respirar. Si no hubiera sido por mi hijo, que entonces tenía 16 años, probablemente me habría matado. Así que acabó siendo físicamente agresivo.

“

“Papá, si no la sueltas,
voy a llamar a la policía”

”

Pero no acabó ahí. Después de separarnos y llegar a un acuerdo, me demandaron. Cuando compramos la casa que él puso a mi nombre, él estaba trabajando en complicidad con el abogado, cosa que yo no sabía. Confías en tu abogado... Aún recuerdo estar en el despacho con el abogado y ver: “tienes que firmar aquí, firmar aquí, firmar aquí, firmar aquí” y tienes todos esos contratos.

Estás con tu abogado, así que estás firmando, firmando y firmando. Y poco sabía yo que después de salir de la oficina, estamparon un sello común encima de mi nombre. Era un sello común de uno de los clientes de mi ex marido.

De repente, yo era la directora de una empresa de la que no sabía nada. Y luego me demandan por decenas de miles de dólares. Ni siquiera sé lo que eso representaba, pero me dije: “Yo no hice eso. Esa es mi firma, pero no firmé como directora de una empresa”. Ese sello común no estaba allí cuando firmé. El grafólogo pudo demostrar que mi firma estaba en ese documento antes de que se pusiera el sello. Y con un sello común, tiene que ponerse primero el sello y luego tú firmas encima. Pudieron demostrar que eso se hizo de forma incorrecta. Así que pude irme.

Lo que más me sorprende es que, cuando recuerdo todo aquello, no me di cuenta de que me estaban abusando económicamente. Nunca oí hablar de ello. Estaba acostumbrada al maltrato físico porque crecí en una casa donde mi padre era un abusador. Sabía que mi marido tenía ese control emocional sobre mí, es como yo lo llamaba. Tenía eso, era casi como un hechizo. Estoy bajo el hechizo de este hombre. ¿Qué tiene que me atrae de él?

Y era sólo el abuso emocional. No tenía una etiqueta. Nunca tuvo una etiqueta. Ninguna de estas [formas de abuso] tenía etiquetas hasta después de haber vivido esto.

Así que me he levantado, sacudido el polvo y me dije: “Eres fuerte. Puedes hacerlo”. Y “tienes que hacerlo por los niños”. Y sigues adelante.

Mi Kit de Seguridad

[Mi Kit de Seguridad](#) - Un material de reflexión diseñado para apoyar a las personas que están, o podrían estar viviendo violencia interpersonal y familiar.



www.insightexchange.net/espanol-explora/

Sígueme a Mí

[Sígueme a Mí](#) es un material diseñado para mejorar la comprensión de las personas que están respondiendo al control, el abuso y la violencia.



www.insightexchange.net/espanol-explora/

INSIGHT EXCHANGE

www.insightexchange.net/espanol

Insight Exchange centra los conocimientos expertos de las personas con experiencia vivida de violencia interpersonal, familiar y sexualizada. Está diseñado para informar y fortalecer las respuestas sociales, sistémicas e institucionales a la violencia y el abuso.

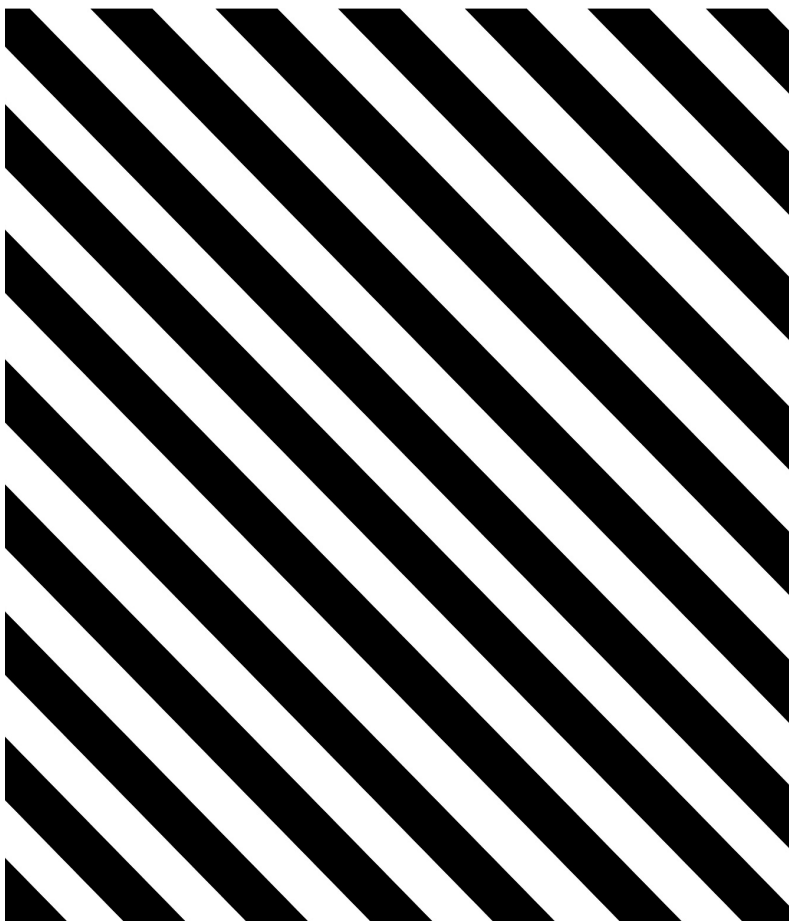
Insight Exchange proporciona información, reflexiones y materiales gratuitos (donados) a personas de cualquier comunidad, servicio o sistema.

Lee más sobre cómo usar Insight Exchange:
www.insightexchange.net/espanol

© 2025 Insight Exchange.



Insight Exchange honra a los Pueblos Indígenas en México. Reconocemos el derecho de los Pueblos Indígenas en México a la auto-organización, autogobernanza y autodeterminación. Rendimos nuestro respeto a lxs Ancestxrs, Ancianxs y Comunidades Indígenas y a la propiedad colectiva de sus tierras. Honramos a todos los Pueblos Indígenas de México, y reconocemos a todxs quienes han mantenido sus formas de organización comunitaria arraigadas en la resistencia contra las opresiones del Estado.



Los menús del sitio web de Insight Exchange incluyen escucha, explora, responde, aprende y participa.

INSIGHT EXCHANGE

Escanea el código QR para explorar www.insightexchange.net/espanol

La página web tiene un botón de salida rápida.

