

Un Amor Peligroso

Qué Usted Debe Saber de la
Violencia Doméstica Entre los Jóvenes



ALIANZA

ALIANZA LATINA NACIONAL PARA
ERRADICAR LA VIOLENCIA DOMESTICA

505.224.9080

www.dvalianza.org

Este proyecto fue financiado por el subsidio no. 2009-TA-AX-K067, otorgada por la Oficina sobre la Violencia contra la Mujer, EE.UU. Departamento de Justicia. Las opiniones, observaciones, conclusiones y recomendaciones expresadas en esta publicación / programa / exposición son las del autor (s) y no reflejan necesariamente las opiniones del Departamento de Justicia, La Oficina Sobre la Violencia Contra la Mujer.

A Dangerous Love

What You Should Know
About Teen Dating Violence



ALIANZA

NATIONAL LATINO ALLIANCE FOR THE
ELIMINATION OF DOMESTIC VIOLENCE

505.224.9080

www.dvalianza.org

This project was supported by Grant no. 2009-TA-AX-K067, awarded by the Office on Violence Against Women, U.S. Department of Justice. The opinions, findings, conclusions and recommendations expressed in this publication/program/exhibition are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the Department of Justice, Office on Violence Against Women.

Dear Jimmy ♥

*I thought you were the perfect guy for me.
But there were so many signs I failed to see.*

My friends thought so too.

Only nobody knew

The Jimmy I did

The one in the shadow where the mean Jimmy hid.

You say that I do things that make you mad.

Why do you stay if I am so bad.

I continue to feel like I am walking on shells.

I put up with the pushing and contemptuous yells.

I don't understand what you think that I do.

I make every attempt to be pleasing to you.

Day after day, I hope things will remain calm.

All the while expecting you to go off like a bomb.

Your temper is ticking and will flare up soon.

I feel that I'm lucky if you're cool until noon.

Just as the day when you shoved me by the car.

I realized the abuse had left an emotional scar.

I can't feel sorry for you any longer.

Every day I become a little bit stronger.

It seems that by staying I have nothing to gain.

I now know why I should no longer remain.

My esteem has gone down and this I do know.

I refuse to stay and let my youthful life go.

© 2005 Jennifer E. Chavez

Contactos Declaración de Derechos

Tengo Derecho a:

Pedir una cita

Rechazar una cita

Sugerir actividades

Rechazar cualquier actividad, incluso si el-ella está muy entusiasmado

Tener mis propios sentimientos y ser capaz de expresarlos

Decir, *Creo que mi amigo está equivocado y sus acciones son inadecuadas*

Decirle a alguien que no me interrumpa.

Tengo mis límites y mis valores respetados

Decirle a mi pareja cuando necesito afecto

Rechazar afecto

Ser escuchado

Negarme a prestar dinero

Rechazar sexo a cualquier momento y por cualquier razón

Tener amigos y espacio, aparte de mi pareja

Tengo la responsabilidad de:

Determinar mis límites y los valores

Respetar los límites de los demás

Comunicar de forma clara y honesta

No violar los límites de los demás

Pedir ayuda cuando lo necesito

Sea considerado

Comprobar el estado de las acciones y decisiones para determinar si son buenas o malas para mí

Fijar metas altas para mí



Prepare Para Su Seguridad

- Confíe en sus instintos. Si usted siente que está en peligro, busque ayuda lo antes posible.
- Si el abuso acaba de empezar, dígame al abusador que su comportamiento no será tolerado.
- Si usted teme que él o ella serán más violentos, frente a ellos en la presencia segura de los demás.
- Permiten a los padres, maestros, consejeros, o un adulto de confianza saber lo que está ocurriendo.
- Llame a una línea de crisis de carácter confidencial, que puede encontrarse en el directorio telefónico bajo "violencia doméstica".
- Considere la posibilidad de cambiar su rutina diaria y la ruta hacia y desde la escuela y tratar de no estar solo cuando va a la escuela y las clases.
- Mantener el cambio de repuesto y saber quién puede llamar para pedir ayuda.
- No pase tiempo a solas con el abusador.
- Cuando termina una relación abusiva, lo hacen por teléfono. Deje a otros saber lo que quiere hacer.

Si usted está siendo abusada por alguien que está saliendo con alguien, no es su culpa y usted no está solo. **Es importante que usted busque ayuda.** Una relación abusiva puede ser muy peligroso y no terminará simplemente porque tu novio o novia dice que se va a detener, sino que probablemente se agravará con el tiempo.

Una vez que entienda que tiene derechos, opciones, y crea que es una persona valiosa, entonces sabrá que merecen ser tratados con respeto.

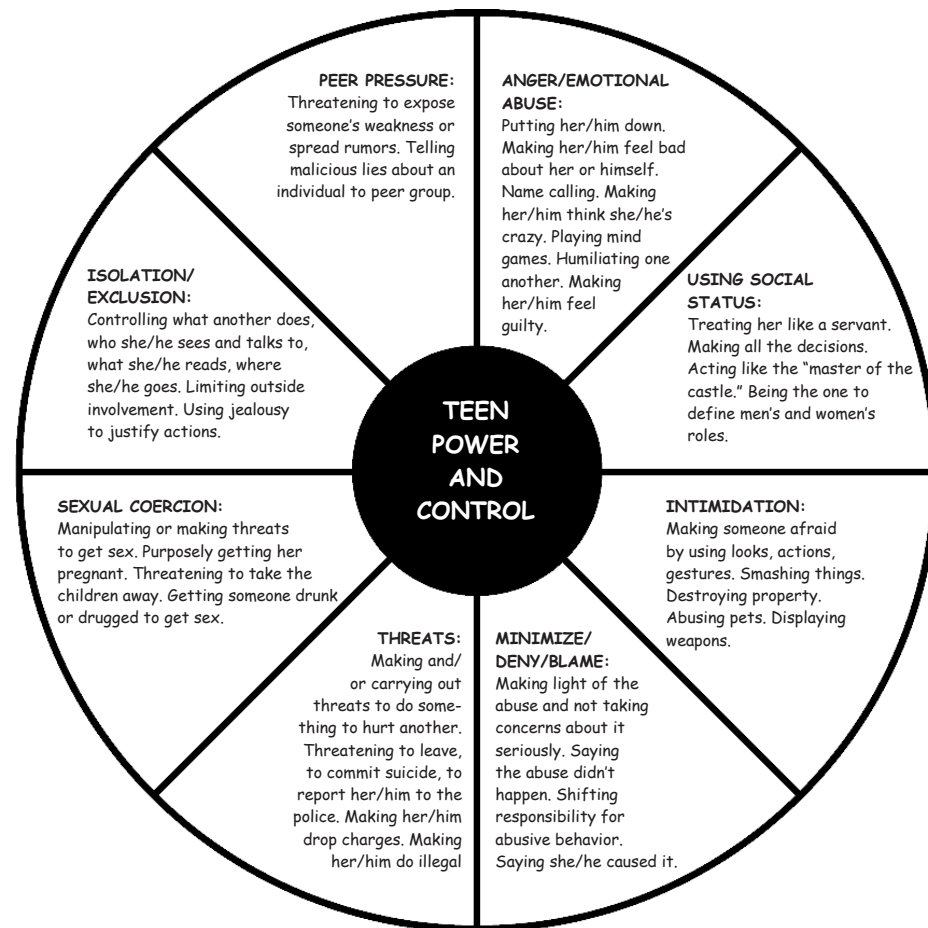
¿Es usted abusivo?

La mayoría de las personas abusivas no se ven a sí mismos como abusivos. Ellos creen que son personas normales que en ocasiones se ven obligados a mostrar a su pareja exactamente quién está a cargo.

Si usted se encuentra de ser abusivo, es importante tomarse un tiempo para pensar en sus acciones y sus efectos en las personas para el cuidado de quien usted quiere. Miren la forma en que lidiar con los celos, la ira, el rechazo, y el estrés y las formas en que mejor puede hacer frente a estas emociones. Piense cómo le gustaría ser tratados.

Teen Power & Control Wheel

This wheel represents a snapshot of what a violent teen dating relationship looks like. While it doesn't cover every survivor's experience, it does portray the most common tactics teen abusers use against their dating partners.



As you can see from the wheel above, domestic violence (DV) and teen dating violence (TDV) is not just about a person physically injuring another person. Domestic violence and teen dating violence is about a person trying to manipulate or emotionally injure or tear the other person down so that they can gain control over them in the relationship.

What is Teen Dating Violence?

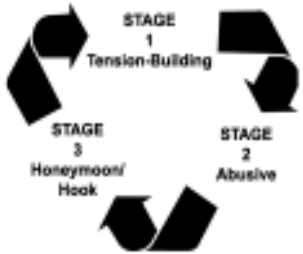


Teen dating violence (TDV) occurs when two young, unmarried people are in a relationship and one of them is harming the other or they are both harming each other. Dating violence occurs among many different groups without regard to race, economic levels, and social status.

In about 95% of cases of dating violence, a female is the victim. However, males can also be the victims of dating violence. In some cases, both parties of a relationship are abusive towards each other.

In order to understand and prevent dating violence, we must understand what violence is. One thing that is common among all forms of dating violence is the abusive act's purpose, which is to make the victim afraid, control them and increase the victims dependency on the abuser.

The Cycle of Violence



Stage 1: Tension building is a time of minor conflicts when one partner becomes very moody and is easily agitated. This causes the other partner to feel like they're walking on eggshells. Threats of violence may increase. Stage 1 may last from a couple of hours to months depending upon the pattern frequency.

Stage 2: Violence erupts from the tension building of the previous stage. One partner explodes into emotional, verbal, physical or sexual abuse. The violent one may throw objects, hit, slap, kick, choke or use weapons against the other. Once the attack starts, there is little the victim can do to stop it.

Stage 3: A period of remorse or reconciliation may follow. This is often called the "Honeymoon" phase. The abusive partner may apologize excessively, may give gifts or express guilt or shame about their actions. The victimized partner may experience many different emotions—from anger to love to confusion. The victim wants to believe the abusive partner will change, but because the abusive partner has not received domestic violence treatment they have not! There is a lapse in time, but soon Stage 1 begins again. Every time this occurs, the violence could become more severe.

Señales de Alerta



Usted puede estar en riesgo si la persona que está saliendo con alguien:

- Es celoso y posesivo hacia ti y trata de controlar lo que usas o cómo te ves.
- Con frecuencia se presenta a los lugares donde usted será invitado.
- Trata de controlar a usted dándole órdenes y toma de sus decisiones.
- Irrespeta y humilla delante de los demás.
- Manda textos y llama demasiado "para verificar en usted"
- Es carácter violento o se pierde rápidamente y trata de asustar con la mirada intimidante, los gestos o la conducción temeraria.
- Le presiona o te obliga a tener relaciones sexuales o al humo de beber o usar drogas.
- Obtiene serio con respecto a una relación demasiado rápido o habla mal de una relación anterior.
- Amenaza con hacerle daño a sí mismos, porque de ti.
- Te hace sentir como si nadie te quiere o se preocupa por el camino que él / ella lo hace y lo aísla de sus amigos y familiares.
- Le presiona a abandonar la escuela, el trabajo o actividades extra-curriculares.

Los adolescentes pueden elegir mejores relaciones cuando aprenden a identificar las señales de alerta temprana de una relación abusiva.

Cómo Ayudar a un Amigo

- A veces puede ser difícil hablar con un amigo acerca de su relación. Aquí están algunas sugerencias sobre cómo puede ayudar a un amigo, si usted sospecha que están siendo abusados.
- Si usted nota un amigo que está en una relación abusiva, hágales saber que están preocupados, pero no juzgarlos, porque cuando se deciden a hablar con alguien, ellos se sienten que no pueden confiar en ti.
- Señale las cualidades positivas de tu amigo y fortalezas. Muchas personas que están en relaciones abusivas ya no son capaces de ver las cualidades que poseen.
- Si tu amigo termina su relación abusiva, este allí para apoyarlos. No se sorprenda si regresan a su abusador. Muchas víctimas pueden volver a su "abusador de disculpa" varias veces antes de dejar para siempre.
- Nunca enfrentar el abusador; podrás poner a usted ya su amigo en una situación peligrosa.
- Llame a la policía si usted es testigo de un acto de abuso.



Usted Sabia Que?

- 1 de cada 3 adolescentes experiencias de violencia doméstica en sus relaciones de pareja.
- El 63% de los niños 11-20 años de edad detenido por homicidio fueron detenidos por el asesinato el hombre que estaba agrediendo a su madre
- Más de la mitad de las mujeres jóvenes violadas (68%) conocían al violador, ya sea como un novio, amigo o conocido casual.
- El 24% de las víctimas de homicidios de mujeres son entre 15 y 24 años de edad. Relación con la violencia es la causa número uno de lesiones en mujeres entre las edades de 15-44.
- Seis de cada 10 violaciones de mujeres jóvenes se producen en su propia casa o un amigo o un pariente en casa, no en un callejón oscuro.
- En la violencia de pareja, una pareja trata de mantener el poder y control sobre el otro a través de algún tipo de abuso.
- Violencia durante el noviazgo cruza todas las líneas económicas, raciales y sociales, la mayoría de las víctimas son mujeres jóvenes que también están en mayor riesgo de sufrir lesiones graves.

La Violencia en los Adolescentes Durante el Noviazgo es a Menudo Ocultado Porque los Adolescentes General:

- No tienen experiencia con relaciones de pareja
- Quieren la independencia de los padres
- Tienen puntos de vista del amor romántico
- Presión de los compañeros a tener relaciones de noviazgo

La Violencia en los Adolescentes Depende de Cómo Los Adolescentes Ven a Sí Mismos y Otros

Los Hombres Jóvenes Pueden Creer:

- Ellos tienen el derecho a controlar sus parejas femeninas en modo alguno
- La masculinidad es la agresividad física
- Poseen su pareja
- Que debe y puede exigir la intimidad
- Pueden perder el respeto si está atento / de apoyo hacia sus novias

Las Mujeres Jóvenes Pueden Creer:

- Ellos son responsables de la solución de problemas en sus relaciones
- Su novio o novia cree que, los celos, la posesividad y hasta el abuso físico es "romántico"
- El abuso es "normal" porque sus amigos también son víctima de abuso
- Ellos piensan que pueden "cambiar" el novio abusivo

Did You Know?

- 1 in 3 teens experiences domestic violence in their dating relationships
- 63% of boys ages 11-20 arrested for murder were arrested for murdering the man who was assaulting their mother
- More than half of young women raped (68%) knew their rapist either as a boyfriend, friend or casual acquaintance
- 24% of female homicide victims are between 15 and 24 years old
- Relationship violence is the number one cause of injury to women between ages 15-44
- Six out of 10 rapes of young women occur in their own home or a friend or relative's home, not in a dark alley
- In dating violence, one partner tries to maintain power and control over the other through some kind of abuse
- Dating violence crosses all economic, racial and social lines, most victims are young women who are also at higher risk for serious injury

TDV is Often Hidden Because Teens Typically:

- Are inexperienced with dating relationships
- Want independence from parents
- Have romanticized views of love
- Are pressured by peers to have dating relationships

TDV is Influenced by How Teens View Themselves & Others

Young men may believe:

- They have the right to control their female partners in any way
- Masculinity is physical aggressiveness
- They possess their partner
- They should and can demand intimacy
- They may lose respect if they are attentive/supportive toward their girlfriends.

Young women may believe:

- They are responsible for solving problems in their relationships
- Their boyfriend's or girlfriend's jealousy, possessiveness and even physical abuse, is "romantic"
- Abuse is "normal" because their friends are also being abused
- They think they can "change" the abusive boyfriend

Warning Signs



You may be at risk if the person you are dating:

- Is jealous and possessive towards you and tries to control what you wear or how you look.
- Frequently shows up to places where you will be uninvited.
- Tries to control you by giving you orders and making your decisions.
- Disrespects and humiliates you in front of others.
- Texts and calls much too often to 'check up on you'.
- Is violent or loses temper quickly and tries to scare you with intimidating looks, gestures or driving recklessly.
- Pressures you or forces you into sex or to smoke drink or use drugs.
- Gets too serious about a relationship too fast or speaks ill of previous relationships.
- Threatens to hurt themselves because of you.
- Makes you feel like nobody wants you or cares about you the way he/she does and isolates you from your friends and family.
- Pressures you to quit school, work or extra-curricular activities.

Teenagers can choose better relationships when they learn to identify the early warning signs of an abusive relationship.

How to Help a Friend

Sometimes it may be difficult to speak with a friend about their relationship. Here are some suggestions on how you can help a friend if you suspect they are being abused.

- If you notice a friend is in an abusive relationship, let them know you are worried, but do *not* judge them because when they *do* decide to talk to someone about it, they will feel they cannot confide in you.
- Point out your friend's positive qualities and strengths. Many people who are in abusive relationships are no longer capable of seeing the qualities that they possess.
- If your friend ends their abusive relationship, be there to support them. Do not be surprised if they return to their abuser. Many victims return to their 'apologetic' abuser several times before finally leaving for good.
- Never confront the abuser; you will put yourself and your friend in a dangerous situation.
- Call the police if you witness an act of abuse.

¿Qué es Violencia en el Noviazgo Entre los Adolescentes?

Se produce cuando dos jóvenes, las personas solteras están en una relación y una de ellas está perjudicando a la otra o ambas se quieren dañar unos a otros. Violencia durante el noviazgo se da entre muchos grupos diferentes, sin importar raza, nivel económico, y condición social.

En aproximadamente el 95% de los casos de violencia de pareja, una mujer es la víctima. Sin embargo, los varones también pueden ser víctimas de la violencia en el noviazgo. En algunos casos, ambas partes de una relación son abusivos hacia los demás.

Para comprender y prevenir la violencia en el noviazgo, debemos entender lo que es la violencia. Una cosa que es común entre todas las formas de violencia en el noviazgo es el propósito del acto abusivo, que es hacer que la víctima miedo, el control y aumentar la dependencia de las víctimas por el abusador.

El Ciclo de Violencia

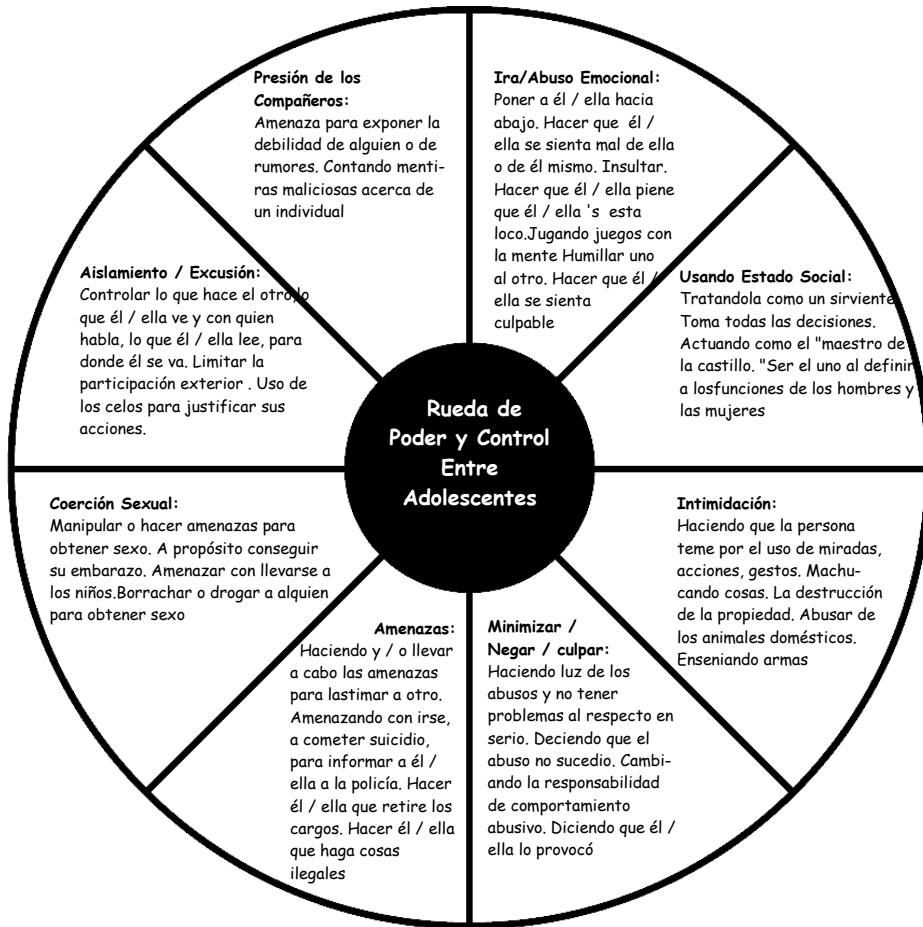
Etapas 1: Creación de tensión es un tiempo de conflictos menores cuando una pareja se vuelve muy temperamental y se agita con facilidad. Esto hace el otro socio sentir como que están caminando sobre cáscaras de huevo. Las amenazas de violencia pueden aumentar. Etapa 1 puede durar desde un par de horas hasta meses, dependiendo de la frecuencia patrón.

Etapas 2: La violencia esta ya en el edificio de la tensión de la etapa anterior. Uno de los socios explota en el maltrato emocional, verbal, físico o sexual. La violencia puede arrojar objetos, pegó, la abofeteó, pateó, estranguló o utilizar armas contra el otro. Una vez que el ataque se inicia, hay poco que la víctima puede hacer para evitarlo.

Etapas 3: Un período de remordimiento o la reconciliación puede seguir. Esto es a menudo llamada la "luna de miel" de fase. El abusador puede pedir disculpas en exceso, puede dar regalos o culpa o vergüenza por expresar sus acciones. El socio de la víctima puede experimentar muchas emociones diferentes-de la ira al amor a la confusión. La víctima quiere creer que el abusador va a cambiar, sino porque la pareja abusiva no ha recibido tratamiento de violencia doméstica que no! Hay un lapso de tiempo, pero pronto la Etapa 1 comienza de nuevo. Cada vez que esto ocurre, la violencia podría ser más grave.

Rueda de Poder y Control Entre Adolescentes

Esta rueda representa una instantánea de lo que un adolescente violento que data relación parece. Aunque no se refiere a la experiencia de cada sobreviviente, si describen las estrategias más comunes que abusadores adolescentes usan en contra de sus socios de citas.



Como se puede ver en la rueda anterior, la violencia doméstica (VD) y la Violencia en la relacion de Adolescentes , no se trata sólo de una persona físicamente hiriendo a otra persona. La violencia doméstica y violencia en el noviazgo adolescente es una persona que está tratando de manipular emocionalmente o herir o desgarrar de la otra persona hacia abajo de modo que puedan adquirir el control sobre ellos en la relación.

Plan for Your Safety

- Trust your instincts. If you feel you are in danger, get help ASAP!
- If the abuse is just starting, tell the abuser that his or her behavior will not be tolerated.
- If you fear that he or she will become more violent, confront them in the safe presence of others.
- Let parents, teachers, counselors, or a trusted adult know what is occurring.
- Call a confidential crisis line, which can be found in the phonebook under "domestic violence."
- Consider changing your daily routine and route to and from school and try not to be alone while going to and from school and classes.
- Keep spare change and know who you can call for help.
- Do not spend time alone with the abuser.
- When ending an abusive relationship, do it over the phone. Let other people know what you intend to do.

If you are being abused by someone who you are dating, it is not your fault and you are *not* alone. **It is important you get help.** An abusive relationship can be extremely dangerous and will not end simply because your boyfriend or girlfriend says that they are going to stop; it will likely worsen over time.

Once you understand you have rights, options, and believe you are a valuable person then you will know you deserve to be treated with respect.

Are You Abusive?

Most abusive people don't view themselves as abusive. They believe that they are normal people who are occasionally forced to show their partner exactly who is in charge.

If you find yourself being abusive, it is important to take some time to think about your actions and their affects on the people for whom you care. Look at the ways in which you deal with jealousy, anger, rejection, and stress and the ways that you can better cope with these emotions. Think about how you would like to be treated.

Dating Bill of Rights

I Have a Right to:

Ask for a date
Refuse a date
Suggest activities
Refuse any activities, even if my date is excited about them
Have my own feelings and be able to express the
Say, *I think my friend is wrong and his actions are inappropriate*
Tell someone not to interrupt me
Have my limits and values respected
Tell my partner when I need affection
Refuse affection
Be heard
Refuse to lend money
Refuse sex any time, for any reason
Have friends and space aside from my partner

I Have the Responsibility to:

Determine my limits and values
Respect the limits of others
Communicate clearly and honestly
Not violate the limits of others
Ask for help when I need it
Be considerate
Check my actions and decisions to determine whether they are
 good or bad for me
Set high goals for myself

Zuerido Jimmy,

*Pensé que eras el hombre perfecto para mí.
Pero hubo muchos signos que no vi.
Mis amigos pensaron lo mismo,
Sólo que nadie sabía
El Jimmy que yo conocía
El que estaba en la sombra cuando el Jimmy enojon se escondía.*

*Dices que yo hago cosas que te da rabia.
¿Por qué te quedas si soy tan mala.
Sigo sintiendome como si estuviera caminando sobre cáscaras.
Tengo que aguantar los empujones y gritos de desprecio.
No entiendo lo que tu piensas que yo hago.
Hago todo lo posible para ser agradable a ti.*

*Día tras día, espero que las cosas van a mantener la calma.
Todo el tiempo esperando que te explotes como una bomba.
Tu temperamento no se detiene y se intensificarán en breve.
Creo que tengo suerte si estás calmado hasta la tarde
Así como el día en que me empujaste por el coche.
Me di cuenta de que los abusos me habían dejado una cicatriz emocional.*

*No puedo sentir lástima por ti por más tiempo.
Cada día estoy un poco más fuerte.
Parece que al permanecer no tengo nada que ganar.
Ahora sé por qué ya no me debo quedar.
Mi autoestima ha bajado y esto lo sé.
Me niego a permanecer y que mi vida juvenil me deje.*