Tome Acción

- Educa a la comunidad. Inicia un programa de educación entre tus compañeros sobre los adolescentes que se citan con la violencia.
- Insiste en que tu escuela o alguna organización en tu comunidad comiencen un programa para abusadores. Es importante mostrarles cómo tener una relación sin recurrir a violencia.
- Edúcate y lee sobre el tema. Habla con el personal de la biblioteca y pregunta que libros hay sobre cómo vivir sin la violencia y sobre el ciclo de la violencia doméstica.

Los Angeles County
Sheriff's Department
www.lasd.org

NATIONAL CRIME PREVENTION COUNCIL
1000 Connecticut Avenue, NW • 13th Floor • Washington, DC 20036
www. ncpc.org

La Campaña Nacional de los Ciudadanos para la Prevención del Crimen recibe fondos considerables del Bureau of Justice Assistance, Office of Justice Programs, U.S. Department of Justice.

Production was made possible by a grant from ADT Security Services, Inc., a unit of Tyco Fire & Security Services.

LOS ADOLESCENTES QUE SE CITAN CON VIOLENCIA

TAKE A BITE OUT OF CRIME®

¿Está saliendo con alguien que...

- es celoso y posesivo, no te permite tener amigos, te trata de controlar y no aceptaría tu decisión de dejar de ser novios?
- intenta controlarte, siendo muy mandón, dando órdenes, haciendo todas las decisiones y no tomando tu opinión en serio?
- te humilla delante de los amigos, te dice que no vales nada sin él o ella?
- te asusta? ¿Te critica en la manera en que reaccionas ante las situaciones? Te amenaza? ¿Usa o posee armas?
- es violento? ¿Es peleonero, pierde la paciencia fácilmente y hace alarde de maltratar a otros? ¿Te agarra, te da empujones, te sacude o te golpea?
- te exige tener sexo o es violento o te amenaza cuando trata de tener relaciones sexuales? ¿Toma la relación en serio muy pronto?
- abusa del alcohol y de otras drogas y te exige que tú también las consumas?
- tiene una historia de relaciones fracasadas y siempre le echa la culpa a la otra persona?
- cree que una persona o que las de cierto sexo deben estar en control?
- hace que tu familia o tus amigos se sientan intranquilos y preocupados por tu seguridad?Sí contestaste "sí" a cualquiera de estas preguntas, probablemente eres víctima de maltrato por la persona con que te citas. Uno de cada cuatro adolescentes se encuentran en una relación abusiva. Abusar de alguien no significa solamente golpear, sino también gritar, amenazar, insultar con nombres ofensivos, o decir "yo me mataré si tu me dejas," o telefonear o llamar obsesivamente o ser extremamente dominante.

¿Qué Hacer Cuando Tu Compañero Está Abusando de Ti y Tú Quieres Acabar con la Relación?

- Saber que tú no has hecho nada malo. No es tu culpa.
- Saber que no eres el único, muchos adolescentes con diferentes antecedentes, en todo el país son o han sido víctimas en una relación violenta. También hay profesionales que te pueden ayudar.
- Dile a tus padres, amistades, a un consejero, a un líder espiritual o religioso o a alguien de confianza que te pueda ayudar. Cuánto más aislado te mantienes de tus amistades o familiares, más poder tiene el abusador sobre ti.
- Avísale al consejero o al guardia de seguridad de la escuela.
- Describe por escrito diariamente las agresiones que padeces.
- Recuerda que nadie tiene el derecho de atacarte simplemente porque lo hiciste enojar.
- No te reúnas con tu pareja sin estar acompañado. No permitas entrar a esta persona a tu hogar o auto sin estar acompañado de una tercera persona.
- Siempre anda acompañado en la escuela, o cuando te transportas a tu trabajo o a cualquier otro lugar.
- Siempre avise a alguien a dónde vas y cuándo vas a regresar.
- Planifica por adelantado lo que harías si tu pareja vuelve otra vez a agredirte.
- Recuerde que cuánto más te quedas en esta relación abusiva, más grave será la violencia.
- Si tu crees que tu amigo está sufriendo de una relación abusiva, no ignores los síntomas del abuso, habla con él.
- Muéstrale que estás preocupado. Dile que estás inquieto. Ofrece tu ayuda y no lo juzgues.
- Haz notar sus virtudes. Muchas personas en relaciones abusivas ya no son capaces de ver sus propias habilidades o talentos.
- Anímalos a confiar en un adulto. Habla con un adulto de confianza si piensas que la situación está empeorando.Acompáñalo a buscar ayuda de un profesional.
- Averigua qué leyes estatales pertenecientes te podrían proteger del abusador.
- Nunca te pongas en una situación peligrosa frente a la pareja del abusador. No seas el intermediario.
- Llama a la policía si eres testigo de una agresión. Dile a un adulto, a un pariente, a un asesor o al director de la escuela, o a un oficial de policía de la escuela.