



DATING VIOLENCE PREVENTION ***“Demanda Respeto”***

Δ Que es?

Violencia entre una pareja es comportamiento abusivo y agresivo, es control en una relación romántica. Cualquier persona puede ser víctima de abuso en una relación romántica. Un novio o una novia violenta es muy peligroso. Si estas en una relación abusiva, **termínala**. Abuso físico y emocional no ocurre por amor o afición; el abuso destruye el amor, las esperanzas y los sueños.

Δ Tipos de Abuso:

Físico -acciones que causan dolor y heridas como patadas, empujones o puñetasos

Emocional -acciones que causan perdida de auto estima, por ejemplo, llamando nombres feos, decir mala palabras, amenazando que te va hacer daño o criticarte

Psicologico - acciones que crean miedo, como aislamiento o amenazas

Sexual -actos desagradables de un género sexual que incluye el tocar o besar sin desearlo

Δ Frecuencia; No estas sola(o):

- Uno en tres adolescentes ha pasado por una experiencia violenta dentro de una relación de noviasco (National Center for Victims of Crime)
- Según un informe nacional del 2003, un porcentaje de 8.9 de estudiantes de bachillerato han reportado que han recibidos golpes, galletas o han sido físicamente abusdos por un novio o una novia. (CDC)
- Hembras entre las edades de 16-24 son más vulnerables con un compañero íntimo que cualquier otro grupo de edad. (U.S. Department of Justice)
- Aproximadamente 1 en 5 hembras que estudian en bachillerato reportaron que han sido abusadas físicamente y/o abusadas sexualmente. (American Medical Association)
- Varios estudios muestran que mientras mas seria la relación mas se intensifica el potencial de que exista la violencia.

Δ Comportamiento del querer Controlar;Señas de abuso:

- Celos
- Intimidación, humillación y insultos
- Amenazándote a ti o a tu familia con violencia
- El uso de fuerza durante una discusión
- Rompiendo o golpeando objetos
- Un historial de golpear
- Abuso verbal o llamarte nombres
- Expectativas poco realistas
- Aislamiento
- Culpar a otros por sus problemas y sentimientos
- Extremadamente sensible
- Crueldad hacia animales y niños
- Forzar papeles tradicionales del género
- Controlando lo que te pones de ropa y tus actividades
- Constantemente comprobando donde esta la/el compañera(o)
- Forzar a su compañera(o) a tener sexo.

Δ **Reacciones:**

- Culparte a ti misma(o)
- El sentirse desamparada(o), presionada(o), enojada(o), retirada(o), confundida(o), ansioso y avergonzada(o)
- Temer que su pareja se enoje
- No saber que hacer
- Descuidar su aspecto, la escuela y otros intereses
- Querer proteger a su pareja

Δ **Tienes el derecho a:**

- Respeto
- No ser abusada(o), digale no a la proximidad física y determine límites
- Tu propio cuerpo, pensamientos y propiedad
- Sea firme; y comuníquelo lo que desea
- Asegúrese de que sus necesidades sean reconocidas
- No ser responsable por el comportamiento de su pareja
- Tener amigas(os)
- Determinar cuánto tiempo desea pasarse con su pareja
- Romper con la relación, caer fuera del amor, o dejar la relación

Δ **Buscando Ayuda:**

- **Si estas en peligro inmediato, llama al 911**
- **Habla con una persona o amiga(a) en la que puedas confiar**
- **Diseña un plan de escape para cuando salgas**
- **Para más información llama a :**
 - **National Center for Victims of Crime 1-800-FYI-CALL**
 - **National Domestic Violence Hotline 1-800-799-SAFE**
 - **National Sexual Assault Hotline 1-800-656-HOPE**
 - **NYS Domestic Violence Hotline 1-800-942-6906;**
Espanol: 800-942-6908
 - **NYS Coalition Against Sexual Assault 518-482-4222**
 - **Safe Horizon NYC Domestic Violence Hotline**
1-800-621-HOPE
 - **NYC Gay & Lesbian Anti-Violence Hotline 212-714-1141**