

**INFORMACIÓN SOBRE EL ABUSO EN LAS RELACIONES Y LAS AGRESIONES SEXUALES:**

**El abuso en las relaciones** es un patrón de comportamiento abusivo en una relación que es utilizado por una persona para ganar poder y control sobre otra. El maltrato en las relaciones puede ser físico (por ejemplo, golpes), sexual (por ejemplo, presión verbal y manipulación para mantener relaciones sexuales) y psicológico (por ejemplo, insultos), así como acoso y comportamientos de control (por ejemplo, vigilancia de las cuentas de las redes sociales). El maltrato en las relaciones puede afectar a cualquier persona, independientemente de su sexo (femenino, masculino y transexual) o de su orientación sexual (heterosexual, lesbiana, gay y bisexual)

**La agresión sexual** es cualquier experiencia sexual no deseada que incluye la exposición de las partes privadas a otra persona no deseada, el toque no deseado de los genitales, el uso de la presión sexual o las amenazas verbales para tener relaciones sexuales, y el sexo vaginal, anal u oral forzado que se produce debido a la fuerza física, la amenaza de fuerza física, o porque la víctima está inconsciente debido al alcohol o las drogas.

Los adolescentes y los adultos jóvenes sufren abusos en las relaciones y agresiones sexuales con mayor frecuencia que cualquier otro grupo de edad

**SEÑALES DE ADVERTENCIA DE QUE SU HIJO ADOLESCENTE PODRÍA ESTAR EN UNA RELACIÓN ABUSIVA:**

- La pareja de tu hijo es muy celosa o controladora (por ejemplo, quiere sus contraseñas de redes sociales o no le deja salir con sus amigos).
- El adolescente tiene marcas o moretones inexplicables en su cuerpo. Las explicaciones sobre la causa de las lesiones pueden ser inconsistentes.
- Tu hijo/a siempre hace lo que su novio/a le dice que haga.
- El adolescente se aísla de sus amigos y familiares.
- El adolescente se enoja constantemente después de pasar tiempo con su novio/a o hablar por teléfono con él/ella.
- Su hijo/a quizás consuma alcohol o drogas como medio de escape.
- Es posible que notes que los sentimientos de autoestima o autovaloración de tu hijo/a se han reducido.

**PROMOVER LAS RELACIONES SALUDABLES:**

**Modele Relaciones Saludables y Hable con su Adolescente sobre los Aspectos que Hacen que las Relaciones sean Saludables:** Hable con su hijo sobre la importancia del respeto, la confianza, la seguridad, la honestidad, el apoyo y la cooperación en las relaciones, y modele estos aspectos para su hijo en todas sus amistades y otras relaciones.

**Comunicación Saludable:** Hable con su hijo/a sobre la importancia de una comunicación sana y continua en cualquier tipo de relación. Deben sentirse seguros y capaces de hablar con sus amigos y posibles parejas sobre ellos mismos, sus deseos, necesidades y limitaciones en una relación de amistad o de pareja.

**Salud Sexualidad y Consentimiento:** Si su adolescente tiene una relación de pareja, la actividad sexual puede o no formar parte de esa relación. Hable con su hijo/a sobre cómo obtener y recibir el permiso expreso para el consentimiento sexual. Es importante que los adolescentes sepan y entiendan cómo recibir y dar un permiso verbal y expreso para cualquier actividad sexual que puedan realizar con otra persona. Hazle saber a tu hijo/a que la coerción, las amenazas, la fuerza física, el alcohol y las drogas nunca están bien cuando se busca una actividad sexual con otra persona. Cada persona en la relación debe permanecer abierta y respetar la decisión de la otra persona de estar de acuerdo o no con cualquier actividad sexual.

## CÓMO PUEDE AYUDAR A SU HIJO/A ADOLESCENTE QUE HA SIDO VÍCTIMA:

Si su hijo/a le cuenta que ha sufrido un abuso en la relación o una agresión sexual, aquí tiene algunas cosas que puede decir:

- "Te creo."
- "No es tu culpa."
- "Estoy aquí para ayudar."
- "Gracias por compartir esto conmigo."
- "Vamos a hablar con alguien que pueda ayudarnos."

Es importante escuchar y no juzgar cuando el adolescente comparta sus sentimientos y preocupaciones con usted. Intente evitar hacer demasiadas preguntas, aunque sean para averiguar los hechos. Cuando nuestro hijo/a o un ser querido está herido/a o disgustado/a, es normal querer averiguar qué ha pasado o está pasando. Sin embargo, las preguntas para averiguar los hechos pueden hacer que la víctima adolescente sienta que el abuso es su culpa o que no se le cree. También puede hacer que se sientan peor y menos propensos a abrirse de nuevo en el futuro.

## CÓMO PUEDE AYUDAR A SU HIJO/A ADOLESCENTE QUE HA SIDO AGRESIVO/A:

Si ha observado alguno de los signos anteriores y cree que su hijo/a ha sufrido o está sufriendo un abuso en la relación o una agresión sexual, puede buscar la ayuda de un profesional de la salud en su zona o en la escuela de su hijo/a.

A veces los padres descubren que su hijo/a adolescente tiene un comportamiento agresivo hacia otro/a adolescente. Esto puede ser muy duro, pero hay muchas maneras de ayudar a su hijo/a a parar este comportamiento:

- Hazle saber a tu hijo/a que su comportamiento no está bien y ayúdale a entender por qué su comportamiento no está BIEN.
- Muéstrale cómo controlar el enojo y los conflictos de una manera que no sea agresiva.
- Hazle preguntas para ayudarle a reflexionar sobre su comportamiento...
  - ✓ *¿Por qué crees que ocurrió esto?*
  - ✓ *¿Qué puedo hacer para ayudarte a encontrar la manera de que esto no vuelva a suceder?*
  - ✓ *¿Cómo crees que esto hizo sentir a la persona a la que se lo hiciste?*
  - ✓ *¿De qué otra manera podrías haber resuelto la situación?*

## CÓMO OBTENER AYUDA PARA UN ADOLESCENTE O PARA SABER MÁS SOBRE ESTOS TEMAS:

- Hazle saber a tu hijo/a que confías en él/ella y que tiene la habilidad de cambiar su comportamiento.
- Ayude a su hijo a entender las consecuencias de su uso de la agresión. Por ejemplo, su novio/a no querrá salir con él/ella si es malo/a con él/ella; podría ser expulsado/a de la escuela o incluso arrestado/a.
- Apoya a tu hijo/a para que busque ayuda de un profesional en su escuela o en la comunidad.

Puedes ponerte en contacto con el departamento de asesoría de la escuela preparatoria de tu adolescente o con otros organismos locales.

© 2018. Bringing in the Bystander es una marca comercial de la Universidad de New Hampshire. BITB es distribuido exclusivamente por Soteria Solutions. El propósito de este folleto es proporcionarle a usted, como padre, información sobre cómo ayudar a su adolescente y a otros adolescentes a tener relaciones seguras y saludables. Para más información, póngase en contacto con [info@soteriasolutions.org](mailto:info@soteriasolutions.org).