



FEBRERO ES...

***EL MES DE
CONCIENCIACIÓN
SOBRE LA
VIOLENCIA EN EL
NOVIAZGO
ADOLESCENTE***

Marina Montemayor

Educadora social de prevención de violencia

mmontemayor@namonline.org

**Northwest Assistance Ministries
Family Violence Center**



Las causas de ser herido por la persona a la que amas
A. Gonzales, 2020 Creative Arts Challenge Participant



Cronología de la historia del mes de la concienciación sobre la violencia en el noviazgo



2010: Congreso declara mes de febrero como TDVAM

2020: 10.º Aniversario

2021: ¡Estamos aquí! ¡Es hora de actuar!

2030: ¿Qué queremos que nos depare el futuro?



Estimados socios comunitarios:

Nos complace presentarles el manual (*Toolkit*) para el Mes de concienciación sobre la violencia en el noviazgo adolescente (TDVAM) 2021 del Centro contra la violencia familiar de los Ministerios de asistencia del noroeste (NAM) en el cual encontrarán información esencial sobre la violencia en el noviazgo de adolescentes (TDV) así como también información importante sobre las diferentes oportunidades para participar durante todo el mes. Una de las formas más importantes de participar es unirse a la celebración de la Semana del respeto. La Semana del respeto es la segunda semana del mes de febrero y está dedicada a pasar a la acción. En honor a esta semana, hemos creado videos cortos para cada día de la semana sobre temas diferentes para que los adolescentes se inspiren con el movimiento. Los videos son cortos y directos, pero pueden tener un impacto duradero. Esperamos que compartan estos videos con sus estudiantes al comienzo del día durante la Semana del respeto:

1. **Lunes 8 de febrero:** *I Need Space: Las relaciones tóxicas y los límites*

https://youtu.be/cX_EGf6Ndkw

2. **Martes 9 de febrero:** *Break the Silence, Stop the Violence: Día para usar color anaranjado.* Este día pedimos a todos en la comunidad que se vistan de color anaranjado para ayudarnos a crear conciencia.

<https://youtu.be/U9QQUyfmz7A>

3. **Miércoles 10 de febrero:** *The G.O.A.T Kind of Love: Las relaciones saludables*

<https://youtu.be/b5KLoxwVTps>

4. **Jueves 11 de febrero:** *Don't Hate, Communicate: Exprésate*

<https://youtu.be/tV3J2RNqg20>

5. **Viernes 12 de febrero:** *Happiness Looks Good on You: El cuidado personal y la planificación de la seguridad*

<https://youtu.be/PkXJHJhRK58>

La triste realidad es que debemos romper el silencio, hablar sobre la violencia en el noviazgo de adolescentes y ser conscientes de la gravedad del asunto. Los CDC reportan que uno de tres adolescentes sufren algún tipo de abuso en sus relaciones íntimas antes de graduarse de la escuela secundaria. De esos adolescentes que tiene relaciones abusivas, solo un 33% se lo cuentan a alguien. Por consiguiente, la mayoría de aquellos que experimentan violencia en el noviazgo adolescente sufren en silencio. Una forma de disminuir estas estadísticas es reforzar las relaciones entre los adolescentes y los adultos. Tener a un adulto de confianza en la vida de uno es un importante factor de protección contra el posible o futuro abuso, lo cual es la razón por la cual acudimos a ustedes este mes para demostrar su apoyo por el ¡Mes de concienciación sobre la violencia en el noviazgo de adolescentes (TDVAM) 2021!

A pesar de las limitaciones debido a la pandemia de COVID-19, esperamos unir a nuestra comunidad creando espacios para los adolescentes donde puedan reconocer y desarrollar relaciones saludables entre ellos y entre quienes los rodean. Hacerle frente a este problema se siente más importante que nunca. Sabemos que hoy día los adolescentes están rodeados de mensajes conflictivos y a menudo tóxicos acerca de las relaciones de una gran variedad de fuentes. Las ideas equivocadas sobre las relaciones, junto con la falta de experiencia y el deseo de la autonomía tiene como resultado adolescentes navegando nuevas relaciones solos o junto a sus amigos que se enfrentan a las mismas batallas. En su calidad de educadores, padres y cuidadores ustedes están en la posición ideal para priorizar hacerle frente a este problema y consecuentemente guiar y educar a los jóvenes para que puedan vivir un futuro sin violencia.

Queremos agradecerles por su continuo apoyo. ¡No podemos generar un cambio sin ustedes! Si desean más información sobre este manual de TDVAM, la violencia en el noviazgo adolescente o nuestros programas educativos para la prevención, sírvanse contactar a nuestra educadora de prevención de la violencia, Marina Montemayor en mmontemayor@namonline.org o nuestra especialista de alcance comunitario, Cynthia Butler en cbutler@namonline.org.



TABLA DE CONTENIDO:

SECCIÓN 1:

Fechas importantes del TDVAM..... 5

SECCIÓN 2:

Materiales en las redes sociales 6

SECCIÓN 3:

¿Qué es la violencia en el noviazgo adolescente?..... 7

SECCIÓN 4:

Información para escuelas y educadores 9

SECCIÓN 5:

Información para padres y cuidadores 12

SECCIÓN 6:

Recursos 15

SECCIÓN 7:

*Actualización sobre la educación de prevención de la
violencia NAM FVC 16*

**Número directo para el Centro contra la
Violencia Familiar con servicio 24 horas al día
281-885-HOPE (4673)**

SECCIÓN 1: Fechas importantes del TDVAM

Marque su calendario

Todos los años, el mes de febrero está dedicado a crear conciencia sobre la violencia en el noviazgo adolescente (TDV, por sus siglas en inglés). Este mes, que se celebra a nivel nacional, es básicamente un llamado a la acción para romper el silencio e iniciar conversaciones difíciles. Si bien es una campaña de concienciación de todo un mes, la segunda semana del mes es la Semana del Respeto del TDVAM. El gran día es el martes 9 de febrero, que se conoce como "Go Orange Day" ¡dado que el anaranjado es el color de concienciación para TDV! Les invitamos a unirse a nosotros y vestirse de color anaranjado. Vestirte de color anaranjado ese día es una buena forma de mostrar tu apoyo a la TDV y ayudar a concientizar. Estás a solo un conjunto de iniciar una conversación necesaria sobre la TDV. Asegúrate de mostrarnos cómo te vestiste de color anaranjado etiquetándonos en las redes sociales: **#YouAreNotAloneDV**, **#tdvam**, **#NAMGoesOrange**, **#teendatingviolence**.

Hemos creado videos cortos para cada día de la semana dirigidos a los estudiantes. Los animamos a comenzar cada mañana viendo estos videos con sus estudiantes. Son cortitos y en tema, pero pueden tener un impacto duradero, dado que no sabemos quién necesita escucharlos. Para tener acceso a los videos, visite: www.namonline.org/family-center o [Northwest Assistance Ministries' YouTube Channel](https://www.youtube.com/channel/UC...).

1. **Lunes 8 de febrero:** *I Need Space*: Las relaciones tóxicas y los límites
https://youtu.be/cX_EGf6Ndkw
2. **Martes 9 de febrero:** *Break the Silence, Stop the Violence*: Día para usar color anaranjado. Este día pedimos a todos en la comunidad que se vistan de color anaranjado para ayudarnos a crear conciencia.
<https://youtu.be/U9QQUyfz7A>
3. **Miércoles 10 de febrero:** *The G.O.A.T Kind of Love*: Las relaciones saludables
<https://youtu.be/b5KLoxwVTps>
4. **Jueves 11 de febrero:** *Don't Hate, Communicate*: Exprésate
<https://youtu.be/tV3J2RNqg20>
5. **Viernes 12 de febrero:** *Happiness Looks Good on You*: El cuidado personal y la planificación de la seguridad
<https://youtu.be/PkXJHJhRK58>

FEBRERO 2021

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
31	1 TDVAM Kick-off!	2	3	4	5	6
7 SEMANA DEL RESPETO	8 SEMANA DEL RESPETO <i>I Need Space: Unhealthy Relationships and Boundaries</i>	9 SEMANA DEL RESPETO <i>Break the Silence, Stop the Violence: Wear Orange Day</i>	10 SEMANA DEL RESPETO <i>The G.O.A.T Kind of Love: Healthy Relationships</i>	11 SEMANA DEL RESPETO <i>Don't Hate, Communicate: Expressing Yourself</i>	12 SEMANA DEL RESPETO <i>Happiness Looks Good on You: Self-Care and Safety Planning</i>	13 SEMANA DEL RESPETO
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

SECCIÓN 2: Materiales en las redes sociales

Materiales para las redes sociales

El Mes de concienciación sobre la violencia en el noviazgo adolescente está dedicado a difundir la concienciación. Un muy buen lugar donde empezar es en las redes sociales, especialmente porque es gratis, fácil y de gran alcance. Visite nuestra página en Facebook para ver publicaciones que puedan usar en sus propias plataformas. ¡O utilice las sugerencias a continuación para inspirarse y crear sus propias publicaciones! Nosotros queremos ver que estén divulgando el mensaje este TDVAM21. Muéstranos su apoyo usando estas etiquetas: **#NAMGoesOrange**, **#YouAreNotAloneDV**, **#tdvam**, **#teendatingviolence**. Ejemplos:

1. Febrero es...
 - Mes de concienciación sobre la violencia en el noviazgo adolescente
 - #TDVAM2021
2. ¿Qué es TDVAM?
 - TDVAM es una campaña anual de un mes cuyo fin es la concienciación sobre el problema de la violencia en el noviazgo adolescente
 - Los invitamos a unirse a nosotros y tomar posición a favor de las relaciones saludables
3. Hoyes...
 - Etiquétenos en las redes sociales (vea abajo) y díganos por qué participa en el **#NAMGoesOrange**
 - #NAMgoesOrange to show solidarity with young people and to promote healthy relationships
4. [Facebook](#) (@NAMNeighbors)
5. [Twitter](#) (@NAMNeighbors)
6. [Instagram](#) (@NAMHelps)
7. [LinkedIn](#) (Northwest Assistance Ministries)



50 % of Texas teens*
have personally
experienced
dating
violence &
abuse.

Teen Dating
Violence
Awareness
Month
#TDVAM

NAM's Family Violence Center
provides Student Outreach & Education
to help end this abuse.

*Source: Institute on Domestic Violence and Sexual Assault, Center for Social Work Research
School of Social Work, The University of Texas at Austin.

 **#YouAreNotAloneDV**
#teendatingviolenceawarenessmonth
FVC 24/7 CRISIS HOTLINE: (888) 750-HOPE (4673)

La violencia en el noviazgo adolescente es...

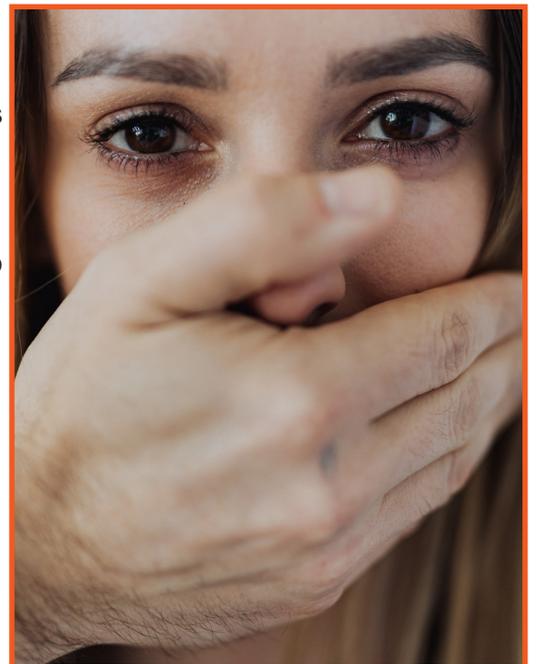
1. COMPLEJA:

- La violencia en el noviazgo adolescente o TDV, se define como un patrón de comportamiento violento que una persona utiliza en contra de su pareja para ganar **poder y control** en la relación.
- Esta es una definición muy amplia y esa es la intención porque el abuso en el noviazgo es un asunto complicado; puede aparecer de varias formas. Aunque el abuso puede causar heridas o hasta la muerte, no es siempre físico. También puede ser emocional, verbal, sexual, digital, financiero o puede presentarse en la forma de acoso. Con la falta de experiencia en noviazgos y la ausencia de conversaciones sobre el problema, los adolescentes son más vulnerables a la violencia en el noviazgo que los adultos debido a que son menos propensos a reconocer comportamientos tóxicos.



2. PREVALENTE:

- Según *Love is Respect*, la organización nacional líder que trabaja para terminar la TDV, **1 en 3** adolescentes en los Estados Unidos será víctima de abuso físico, sexual, emocional o verbal de parte de una pareja antes de graduarse de la escuela secundaria. Esto equivale a aproximadamente **1.5 millones** de adolescentes estadounidenses afectados cada año por alguna forma de abuso en el noviazgo. Estas estadísticas son mucho más altas que otros tipos de violencia en la adolescencia, haciendo cada vez aparente que esto es una crisis de salud pública.



3. DEVASTADORA:

A medida que los jóvenes se van desarrollando, se van formando naturalmente por sus relaciones, tanto platónicas como íntimas. Así como las relaciones saludables afectan positivamente su desarrollo, las relaciones tóxicas o violentas pueden tener como resultado consecuencias negativas a corto y a largo plazo. Los Centros para el Control de Enfermedades reportan que las relaciones violentas en la adolescencia pueden tener serias ramificaciones dado que las víctimas corren un mayor riesgo de:

- Bajo desempeño escolar
- Sentimientos de depresión y ansiedad e ideas suicidas
- Alto consumo de alcohol, cigarrillo o drogas
- Quedar embarazada o contraer una enfermedad venérea
- Desarrollar comportamientos no saludables respecto a las comidas y tener una imagen negativa de su cuerpo
- Desarrollar un patrón de comenzar y permanecer en relaciones violentas en la edad adulta



La violencia en el noviazgo adolescente es...

4. EVITABLE:

- La prevalencia de resultados adversos asociados con la violencia en el noviazgo adolescente enfatiza la necesidad de tratar de forma sostenible este problema. Lo que nos da esperanza es que la TDV ¡es evitable! Los CDC reportan que animar el desarrollo de relaciones saludables, pacíficas puede ayudar a disminuir los casos de TDV y, por consiguiente, evitar los efectos dañinos. Durante los impresionables años de la adolescencia, los adolescentes deben comenzar a aprender las habilidades necesarias para fomentar las relaciones saludables. Los estudios indican que los estudiantes de escuela intermedia y de escuela secundaria que participan en programas de prevención muestran un mayor conocimiento de este problema y actitudes más saludables acerca de las relaciones íntimas, razón por la cual debe ser prioridad la Educación sobre la Prevención de la Violencia.
- Además de priorizar la Educación sobre la Prevención de la Violencia, un factor de protección muy importante son las buenas relaciones entre los adolescentes y los adultos. Solo el 33% de los jóvenes afectados por la violencia en el noviazgo se lo cuentan a alguien. Igualmente alarmante, el 81% de los cuidadores encuestados por los CDC no creen que la violencia en el noviazgo adolescente es un problema o admiten no saber si es un problema.
- Esta es la razón por la cual lo necesitamos a usted y a su dedicado apoyo. Acompáñenos este Mes de Concienciación sobre la Violencia en el Noviazgo Adolescente rompiendo el silencio, creando consciencia acerca del problema y promoviendo relaciones seguras y saludables!



SECCIÓN 4: Escuelas y educadores

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) reconocen que la Violencia en el Noviazgo Adolescente (TVD) es una prioridad de salud pública. Es generalizada, prevalente y afecta negativamente la salud física, mental y social de los adolescentes. Las escuelas son lugares cruciales para la socialización y, dada la cantidad de tiempo que los estudiantes pasan en los salones de clase, las escuelas tienen una oportunidad única y obligatoria de abordar el tema de la TDV. Sabemos que abordar este tema conlleva numerosos beneficios tales como mejoras en el desempeño académico, disminución en el ausentismo escolar ilegal y un entorno más vivificante donde todos los estudiantes aprendan y se desarrollen como personas y miembros de la sociedad. Las escuelas pueden abordar de forma proactiva la TDV enfocándose en la Educación de Prevención de la Violencia, asegurándose de que los maestros y el personal conozcan las características básicas de la TDV y elaborando arreglos y estrategias convincentes para tratar el maltrato en el noviazgo. Nuestra esperanza con este Manual (Toolkit) es que sirva como lugar donde empezar a familiarizarse con las características básicas de la TDV y cómo responder o despertar un mayor interés en la forma en su escuela pueda trabajar para tratar este problema de forma adecuada y evitarlo en el futuro.

Señales de advertencia de abuso en el noviazgo adolescente identificables en el salón de clase

Las señales de advertencia de abuso en el noviazgo adolescente no son siempre notorias porque el abuso puede manifestarse de forma diferente en cada relación. Sin embargo, sí hay señales que pueden indicarle que un estudiante esté sufriendo TDV. Si tiene idea qué características buscar, usted podría identificar un relación tóxica antes de que se convierta violenta o potencialmente fatal.

- Disminución en la asistencia o llegadas tarde frecuentes a clase, particularmente si este es un problema nuevo
- Cambios inexplicables tales como calificaciones bajas o trabajos de baja calidad
- Dificultad para prestar atención en la clase
- Cambios en la apariencia física
 - Cambio de peso notable
 - Uso de ropa más holgada
 - Comenzar a usar maquillaje o no usar maquillaje
 - En casos violentos, el estudiante podría tener moretones
- El estudiante se vuelve pasivo o retraído
 - Pérdida de amistades
 - Aislamiento en general
- El estudiante podría tener enfermedades inexplicables súbitas, especialmente si es algo constante
- El estudiante podría verse siempre preocupado acerca de su pareja
 - Usted podría notar que los estudiantes tienen muy poco contacto con otros aparte de su pareja
- Hostilidad hacia sus compañeros de clase
 - Problemas disciplinarios nuevos en la escuela tal como acoso escolar



Palabras de afirmación centradas en la víctima

Escuchar acerca de la violencia en el noviazgo adolescente no es fácil, especialmente si usted tiene una relación personal con el joven. Cuando un estudiante revela el abuso, es una gran oportunidad para ofrecer apoyo y consuelo. Sin embargo, le recordamos que su reacción podría también disuadir al adolescente de buscar ayuda en el futuro. Por lo tanto, le animamos a ser tan comprensivo y sin prejuicios como ese momento le permita ser. Si un estudiante le habla de comportamientos tóxicos en su relación, probablemente sea porque confía en usted. Usted puede fomentar aún más esa relación ofreciéndole palabras que reconozcan su vulnerabilidad y valentía, tales como:

- Esto no es tu culpa
- Tú no hiciste nada como para merecer este tipo de abuso
- Tú te mereces ser tratado con respeto en tu relación
- Nadie se merece sufrir ningún tipo de abuso
- Admiro tu valentía de hablar sobre esto conmigo
- Me alegro que me lo hayas comentado
- Tu seguridad es mi prioridad
- Estoy aquí para apoyarte de la mejor forma posible
- Siempre hay opciones disponibles; veamos qué sería mejor para ti y asegurémonos de que recibas la ayuda que necesitas.

Qué hacer y qué no hacer al responder a la violencia en el noviazgo en la adolescencia.

SÍ	NO
<ul style="list-style-type: none">• Escuche al estudiante dándole toda su atención y el espacio necesario para que se exprese• Mantenga en mente su estado de reporte obligatorio<ul style="list-style-type: none">> Dígale al estudiante lo que se le exige hacer de acuerdo con las leyes y las normas de la escuela> Sea honesto acerca de su capacidad para mantener la información confidencial o no• Conecte al estudiante con su consejero• Familiarícese con los recursos disponibles• Dé información sobre los recursos al estudiante• Anime a sus estudiantes a buscar ayuda, permitiéndoles a la vez tomar sus propias decisiones• Familiarícese con las normas de su escuela respecto a la violencia en el noviazgo adolescente. Si su escuela no tiene ninguna norma al respecto, anime a la administración a crear una• Mantenga contacto con el estudiante durante el año escolar y más allá, haciéndole saber continuamente que a usted le interesa su bienestar y seguridad• Priorice la educación de prevención de la violencia en su salón de clase<ul style="list-style-type: none">> Contacte a nuestra educadora de prevención de la violencia para más información	<ul style="list-style-type: none">• Sea prejuicioso acerca de la relación o las elecciones del estudiante• Haga promesas que no pueda cumplir• Tome control de la situación (a menos que lo obligue una emergencia)• Ignore o minimice las señales de advertencia. Si ve algo, repórtelo• Subestime el abuso o la importancia de la relación• Haga suposiciones acerca de la forma en que el estudiante quiere manejar la relación abusiva o la situación• Confronte al abusador, aunque usted tenga una relación con ese estudiante; esto podría poner a la víctima en riesgo• Dé por sentado que el estudiante esté en una relación heterosexual• Muestre asombro o desaprobación si el estudiante le cuenta acerca de sus actividades sexuales• Comparte la información privada del estudiante con personas que no necesiten saberlo o hable acerca del estudiante en áreas públicas de la escuela

¡Pase a la ACCIÓN!

Muestra de anuncio escolar

¡Buenos días, estudiantes! Hoy, 1.o de febrero de 2021, es el primer día del Mes de concienciación sobre la violencia en el noviazgo adolescente. Todos los años, en el mes de febrero, comunidades de todo el país se unen para el esfuerzo nacional de crear conciencia acerca del problema de la violencia en el noviazgo adolescente. Esta campaña de un mes de duración está dedicada a romper el silencio e iniciar conversaciones sobre la violencia del noviazgo adolescente para detener el abuso antes de que comience. Queremos que sepan que vuestro bienestar y seguridad es de suma prioridad para nosotros por lo cual vamos a participar en el Mes de concienciación sobre la violencia en el noviazgo adolescente 2021. Los invitamos a mostrar vuestro apoyo vistiendo prendas de color anaranjado el martes 9 de febrero. Juntos, podemos pronunciarnos en contra y terminar con futuros con violencia.



¿Tiene usted una norma escolar eficaz para la Violencia en Noviazgos de Adolescentes?

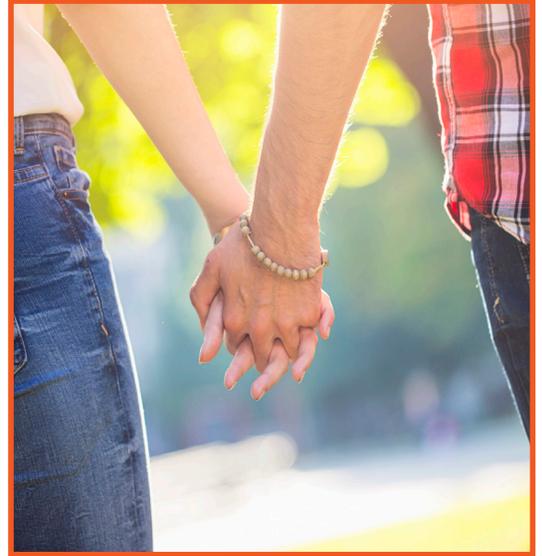
De ser así, ¡perfecto! Asegúrese de que sus maestros y miembros del personal la conozcan.

De lo contrario, le animamos a leer la guía integral publicada anteriormente por BREAK THE CYCLE en: <https://www.breakthecycle.org/sites/default/files/pdf/dc-model-school-policy.pdf>

Por último, pero no por eso menos importante, contacte a la educadora de prevención de la violencia, Marina Montemayor, en mmontemayor@namonline.org para programar una presentación

Sección 5: Información para padres y cuidadores

No se puede enfatizar lo suficiente que la violencia en las relaciones entre adolescentes es sorprendentemente alta. Es probable que su hijo ya haya comenzado a tener citas, tal vez incluso más en serio de lo que usted cree. Las relaciones entre adolescentes son a menudo intensas y abrumadoras; fácilmente pueden tomar el control y convertirse en su mundo entero. Entonces, la verdad es que la violencia dentro de la vida amorosa de su hijo podría ya ser una realidad. Desafortunadamente, este problema no se toma en serio, ya que muchos cuidadores se les es difícil pensar que sus hijos tienen relaciones íntimas, y mucho menos violentas. Sin embargo, dados los hechos, la investigación y lo que sabemos del trabajo, nuestros jóvenes merecen que nos lo tomemos en serio, especialmente porque los adolescentes que cometen o experimentan abuso en sus primeras relaciones de pareja están en mayor riesgo de formar patrones de abuso que pueden continuar en su vida adulta.



Sabemos que puede resultarle incómodo reconocer que su hijo está involucrado en una relación íntima. Además, entendemos que saber, o incluso sospechar, que su hijo está o podría estar involucrado en una situación de abuso es aterrador y lo último en lo que quiere pensar. A pesar de la incomodidad de este tema, debemos aceptar la realidad de las relaciones íntimas entre adolescentes si queremos tener un impacto real. Como cuidador, usted juega un papel crucial en ayudarlos a desarrollar relaciones saludables y empoderarlos para que sepan cuándo es el momento de decir adiós a una relación. La buena noticia alentadora es que se puede prevenir la violencia en las parejas adolescentes; los cuidadores deben ser parte de los esfuerzos. Los padres pueden hacer mucho para intervenir y ayudar. Solo requiere un poco de aprendizaje y el compromiso de llegar, escuchar y hablar con sus hijos.

Algunas señales a tener en cuenta en su hijo:

La violencia en las citas entre adolescentes es una epidemia silenciosa pero generalizada. A menudo pasa desapercibido porque las víctimas que sufren abusos no confían en los adultos. El CDC informa que solo el 67% de los adolescentes que experimentan alguna forma de abuso en el noviazgo nunca se lo cuentan a nadie. Así, en esos momentos en los que un joven está sufriendo en silencio, es importante que seamos capaces de reconocer las señales de alerta para poder intervenir y ayudar antes de que se vuelva violento.

- Pierden interés en actividades que solían disfrutar
- Cambios en la personalidad, como ansiedad o depresión
- Cambios dramáticos en la ropa o el maquillaje
- Portándose mal o empesando a guardar secretos
- Cambios en los hábitos de alimento o de sueño
- Dejan de ver a sus amigos o familiares y pasan la mayoría del rato con su pareja
- Se disculpan por el comportamiento de su pareja y constantemente da excusas o explicaciones
- Ves celos extremos en la relación
- Hay consumo de alcohol, tabaco u otras drogas
- Su hijo tiene lesiones inexplicables y cualquier explicación que ofrezca no tiene sentido



Consejos y trucos

Algunos consejos y trucos para tener en cuenta cuando hable con su hijo sobre las relaciones saludables y no saludables.

- **Encuentra el tiempo y el espacio adecuado**

- Es importante crear un espacio seguro para tener una conversación productiva con su hijo. En primer lugar, evite hacerle saber a su hijo que desea hablar con él frente a otras personas. En segundo lugar, la conversación debe tener lugar en un lugar privado y cómodo.



- **Escucha**

- Deje que su hijo dirija la conversación. Deles el espacio y el tiempo para hablar, para contar su historia.

- **Fomente reflexiones abiertas, honestas y sin vergüenza**

- Evite descartar sus pensamientos como incorrectos, sino más bien fomente una discusión fructífera que, en última instancia, le permita a su hijo llegar a su propio entendimiento.

- **Comprender la presión que experimenta el adolescente a diario**

- Sabemos que los adolescentes se enfrentan a una inmensa presión en torno a las relaciones íntimas. Estas presiones se han intensificado debido a nuestro acceso inmediato a Internet y la afluencia de mensajes de los medios. Por lo tanto, es importante que comprenda que su hijo está navegando por la vida en un mundo complicado. Tómese el tiempo para escuchar y ayudar a su adolescente a pensar en situaciones en un espacio libre de vergüenza y sin juicios.

- **Asegúrele a su hijo que usted está ahí para ayudar, no para juzgar**

- Es importante que su hijo sepa que no hay límites para lo que puede hablar con usted.



- **Centrarse en lo positivo**

- Las conversaciones sobre las relaciones no tienen que centrarse en comportamientos abusivos y consecuencias negativas. En cambio, enfatice las cualidades de las relaciones saludables para que su adolescente pueda saber más fácilmente qué debe priorizarse.

- **Acepte que es posible que su hijo no quiera hablar con usted**

- Si su hijo no quiere confiar en usted, asegúrese de que tenga otro adulto de confianza en su vida que pueda hablar con él.

- **Apoye las decisiones de su hijo**

- Ser padres de adolescentes no es una tarea fácil, especialmente cuando se trata de ayudarlos a navegar a través de las relaciones íntimas. Sin embargo, debemos aceptar que su hijo conoce mejor su mundo, por lo que es posible que las decisiones que tomen no sean las que usted tome. Respete sus decisiones, siempre y cuando las decisiones no los pongan en peligro, y trabaje para empoderarlos para que tomen las mejores y más saludables decisiones.

Iniciadores de conversación

Las preguntas de esta sección simplemente brindan algo de inspiración sobre cómo puede iniciar una conversación con su hijo adolescente sobre las relaciones poco saludables. Iniciar estas conversaciones es un componente crucial para prevenir el abuso. Abrir el espacio para tener estas conversaciones envía una señal a su hijo de que usted no solo se preocupa por el bienestar de su relación, sino que está dispuesto a tener discusiones difíciles y, a veces, incómodas. Estas preguntas pueden llevar a una conversación sobre lo que está sucediendo en las relaciones de su adolescente o hace que piensen por sí mismos sobre el tipo de relación en la que quieren estar.



- **General:** *¿Cómo van las cosas?*

Hay una razón por la cual no se habla a menudo de TDV. Puede ser extraño e incómodo. Entonces, en lugar de sumergirse inmediatamente en hablar sobre el abuso, comience la conversación con una pregunta general.

- **Centrarse en las relaciones saludables:** *¿Qué hace que una relación sea saludable? ¿Qué valora o encuentra importante en sus relaciones? ¿Cómo se ve el respeto en una relación? ¿Qué tipo de relación quieres?*

Las conversaciones sobre el abuso en el noviazgo no tienen que centrarse en el abuso. Si tiene dificultad hablando con su hijo sobre las relaciones abusivas, cambie el enfoque y hable sobre las relaciones saludables. Es importante que los adolescentes realicen una investigación interna para saber qué cualidades valoran en una pareja y en qué tipo de relación quieren tener.

- **Reconocer el abuso:** *¿Qué cualidades encuentra poco atractivas? ¿Cómo son las relaciones que has presenciado en la escuela o entre tus amigos? ¿Alguna vez has visto a una pareja actuar de una manera que los hizo sentir incómodo o preocupado? ¿Has estado alguna vez en una situación similar?*

Si bien las relaciones abusivas no tienen por qué ser el único enfoque de estas conversaciones, es importante abordarlas para que los adolescentes puedan reconocer comportamientos no saludables. Es posible que su hijo esté más dispuesto a platicar si abre la conversación a relaciones más allá de las suyas, como amigos, familiares o vecinos. Además, al preguntarles sobre otras relaciones que no sean las suyas, puede comprender cómo ellos perciben las relaciones.

- **Planificación:** *¿Qué haría si fuera testigo o experimentara violencia en tu noviazgo? ¿Qué harías si te sintieras incómodo, controlado, presionado o amenazado?*

Queremos que los jóvenes conozcan la realidad de la violencia en el noviazgo de adolescentes porque sabemos que sucede con frecuencia. Y si su hijo adolescente alguna vez se encuentra a sí mismo, o a alguien que preocupa, en una situación poco saludable, entonces esperamos que esté preparado para responder.

Planificación de seguridad

Si su hijo o alguien que conoce está experimentando una relación abusiva, le recomendamos que desarrolle un plan de seguridad. Un plan de seguridad es un plan de acción para reducir el riesgo de daños mayores y mejorar la seguridad. Se puede desarrollar un plan de seguridad para cada situación; mientras sufre abuso, mientras se prepara para huir de una situación poco saludable o después de dejar una relación abusiva, que sabemos que es un momento particularmente explosivo. Cada plan de seguridad es único para el individuo y sus circunstancias. Debe incluir información importante para ayudar a prepararse y responder a diferentes situaciones. Desarrollar un plan de seguridad puede salvar vidas, ya que siempre es mejor pensar en las situaciones de antemano, en lugar de responder en momentos de crisis.

Le recomendamos que visite [Loveisrespect.org](https://loveisrespect.org) y utilice su herramienta de planificación de seguridad, ya que es completa. Además, tienen ayuda disponible para analizar y hablar sobre diversas situaciones y planes.



***Nadie merece ser abusado.
Siempre hay ayuda gratuita y con idencial disponible.***

Para obtener ayuda inmediata, llame al 911.

**La línea directa del Centro contra la
violencia familiar de NAM está
disponible 24/7
281.885.HOPE (4673)**

***Love is Respect* es la organización líder a nivel nacional
que combate la violencia en los noviazgos entre
adolescentes.**

**Tienen una serie de opciones para que usted se comuniquen
con un defensor:**

Llame al 1.866.331.9474

Envíe el mensaje de texto 'LOVEIS' al 22522

Visite el sitio: loveisrespect.org

SECTION 7: Update on FVC Prevention Education



Marina Montemayor, nuestra educadora de prevención de la violencia, está entusiasmada por seguir ofreciendo este año, nuestro programa de prevención de la violencia. Ella continuará enfocada en presentar el programa Noviazgo con Respeto, el cual es un programa único que cubre los aspectos fundamentales sobre la violencia en los noviazgos adolescentes, así como los recursos a los cuales pueden recurrir los estudiantes que se encuentren en situaciones no saludables. Este programa es una gran iniciativa para iniciar este tipo de conversaciones entre los estudiantes.

Continuaremos ofreciendo tres opciones diferentes con la esperanza de que una de ellas cubra las necesidades de su clase.

En persona: Ella puede hacer su presentación en persona, sin embargo, tomen en cuenta que los casos de COVID-19 deben ser monitoreados muy de cerca en los días previos a la presentación programada.

ZOOM: Siempre existe la opción de llevar a cabo este programa a través de Zoom o cualquier otra plataforma de video en línea.

Video: Hemos pregrabado un video de aproximadamente 30 minutos de duración. Si desean utilizar este video, envíen un correo electrónico solicitando el formulario de inscripción, así como los códigos para acceder al video a través de Youtube.

Sírvase contactar a Marina en mmontemayor@namonline.org o llamar al (281) 885-4669 para reservar una presentación, solicitar el formulario de inscripción al video u obtener más información.

Gracias por ser parte del Mes de la Concienciación sobre la Violencia en Noviazgos de Adolescentes de 2021 y de nuestros esfuerzos por terminar con la violencia en los noviazgos de adolescentes. ¡No podríamos hacerlo sin usted!

