

HOLA

Me están
Abusando

VIOLENCIA DOMESTICA

Nunca es tan obvio.

Rompe el Silencio Haz la Llamada [.com](http://turnto10.com)

800-494-8100

BUSCA RESPUESTAS. BUSCA AYUDA. INVOLUCRATE.



Cómo ayudo a las víctimas?



- Gentilmente, haga preguntas directas sobre la situación. Déle tiempo a la víctima para que **hable**. Pregunte otra vez varios días después. No se apure en dar una solución.
- **Escuche** a la víctima sin juzgarla(o). Su amiga(o), familiar o compañera(o) de trabajo puede creer los mensajes negativos del abusador. La víctima puede sentir vergüenza, se puede sentir inadecuada(o) y miedo de ser juzgada(o) por usted.
- Déjele saber que se preocupa por ella (él) y que no **tienen la culpa**. Explique que nunca hay una excusa para la violencia física en una relación – ni el alcohol, ni drogas, ni problemas financieros, ni depresión, ni celos . . . nada.
- Si ella (él) permanece en la relación, continúe siendo su amiga(o) mientras firmemente expresa su **preocupación** por su **seguridad**. Recuerde, para muchas víctimas, dejar una relación abusiva puede ser difícil y tomar tiempo.
- Explique que la violencia doméstica es un crimen – tanto como el robo o la violación – y que ella ó él pueden buscar **protección** de la Policía o del Juzgado.
- Enfátize que cuando se sientan listos, pueden y tienen opciones para dejar la relación y que **hay ayuda disponible**. También, enfátize que la Violencia Doméstica no es pasajera, sino que tiende a empeorar y ser más frecuente con el tiempo.

Cómo ayudo en mi comunidad?



- Si tienen una orden de restricción, déjele saber que si es contactada(o) de cualquier forma por el abusador, entonces él ha roto la ley. Si la víctima desea puede pedir que la Policía arreste al abusador por ésto, especialmente si tiene pruebas. **Anime** a la víctima a que guarde todas las cartas o correos electrónicos, mensajes dejados en su contestadora, junto con la fecha en que el contacto fue hecho por el abusador.
- Muchas víctimas inmigrantes que son abusadas, y las cuales tienen un estado legal de migración, no saben que su abusador no les puede quitar este estado. Usted debe saber que si una víctima inmigrante es ciudadana(o), legalmente un residente permanente, o tiene una visa válida, ellos **no pueden ser deportados** a menos que hayan entrado a los Estados Unidos con documentos fraudulentos, violado condiciones de su visa, o que hayan sido convictos de ciertos crímenes.

- Deje que **los jóvenes** aprendan a temprana edad que la violencia en una relación nunca es aceptable, bajo ninguna circunstancia. Asegúrese de que ellos sepan que si en citas amorosas alguien le pega o le lastima, hay lugares donde pueden buscar ayuda.
- Invite a los líderes en su comunidad a hablar en contra de la Violencia Doméstica en las asambleas **escolares**, reuniones de los niños y niñas del los **Scouts**, y otros lugares donde los jóvenes se reúnen.
- Tome la Violencia Doméstica en serio a todo momento y demande que sus amistades hagan lo mismo. Si escucha a un amigo(a) hacer chistes sobre la Violencia Doméstica, tome acción. Al hacer ésto, usted envía el fuerte mensaje de que la Violencia Doméstica **no es motivo de risa**.
- Anime a su lugar de empleo, iglesias o escuelas locales a que contacten a su agencia local de Violencia Doméstica para que envíen a un representante,

materiales educativos ó para **oportunidades voluntarias**.

- Haga un compromiso personal de **hablar** sobre la Violencia Doméstica, sea con un amigo(a) el cual usted sospecha que es una víctima o un abusador, o con un compañero de trabajo que muestre interés en tomar acción también.
- Ofrezca apoyo a su agencia local de Violencia Doméstica, ya sea como **voluntario** o con ayuda monetaria.
- **Asegúrese** que todos los lugares en su comunidad como – gimnasios, supermercados, lavanderías, negocios, correos, librerías etc. – tengan información sobre la Violencia Doméstica y a dónde ir para buscar ayuda.
- Si usted es una sobreviviente de Violencia Doméstica, y quiere hacer la diferencia, contacte a SOAR (Hermanas Sobrevivientes de Relaciones Abusivas) la única agencia que trabaja por y para las sobrevivientes.

Hay ayuda disponible.



Las agencias que son miembros de la Coalición en contra de la Violencia Doméstica de Rhode Island proveen una fuerte red de servicios de emergencia y servicios de apoyo para las familias afectadas por la Violencia Doméstica. Los servicios proveídos incluyen albergue de emergencia, 24 horas de intervención en crisis, grupos de apoyo, programas para niños, asistencia en la Corte, consejería, y prevención por medio de educación y conocimiento público.

Usted no está sola(o) cuando quiere ayudar a una víctima de Violencia Doméstica o crear conocimiento acerca de la Violencia Doméstica en su comunidad.

Las agencias miembros de la Coalición:

- **Blackstone Valley Advocacy Center** (Blackstone Valley): 723-3057.
- **Elizabeth Buffum Chace House** (Kent County, Cranston, Johnston, North Providence, Scituate and Foster): 738-1700 (línea de emergencia las 24 horas) or 738-9700.
- **Sojourner House** (Servicios para Providence y servicios de albergue en la parte norte de Rhode Island): 861-6191 (office), 658-4334, 765-3232 or 647-1514.
- **Women's Center of Rhode Island** (Providence and East Providence): 861-2760.
- **Women's Resource Center of South County** (Washington County): 782-3990 or 1-866-782-3990.
- **Women's Resource Center of Newport & Bristol Counties** (Newport & Bristol Counties): 846-5263, 847-2533 or 247-2070.
- **SOAR** (Hermanas Sobrevivientes de Relaciones Abusivas) Un capítulo estatal formado por y para sobrevivientes: 467-9940.

VIOLENCIA DOMESTICA

Nunca es tan obvio.

Rompe el Silencio Haz la Llamada **800-494-8100**



Cómo sabe usted si alguien está en una relación abusiva?

Aunque usted no lo sepa, algunas personas en su vida pueden estar experimentando situaciones violentas en sus hogares – puede ser una amiga(o), una compañera(o) de trabajo, o hasta un miembro de su familia. Por muchas razones, es difícil para la víctima aceptar que están siendo abusadas(os) por las personas que supuestamente los **ama**.

Esta lista identifica una serie de comportamientos típicos que demuestran las personas violentas y abusivas. Estas son todas formas de **abuso** – psicológico, económico, y físico – éstos vienen del deseo que tiene el abusador de tener poder y control sobre otra persona.

Esta lista puede **ayudarle a reconocer** si usted ó alguien que usted conoce está en una relación violenta.

Abuso de Autoridad: Insiste en que tiene la razón en todo lo que dice y hace; dice a otros lo que tienen que hacer; toma todas la decisiones importantes usando la “lógica”.

Falta de Respeto: Interrumpir, cambiar el tema, no prestar atención o no responder; cambiar las palabras; humillación delante de otras personas; habla mal de su familia y amigos.

Abuso de Confianza: Mentir; ocultar información; engaño; ser extremadamente celoso(a).

Rompimiento de Promesas: No cumple con sus acuerdos. Se reúsa a compartir las responsabilidades del hogar (ej: cuidado de los niños y haceres del hogar).

Abstinencia Emocional: No expresa sus sentimientos, no le da apoyo, atención, ni complementos; no respeta sus sentimientos, derechos u opiniones.

Culpando, Minimizando y Negando el Abuso: Reduce al mínimo la gravedad de los hechos; no toma en serio ni en consideración la preocupación de la víctima; niega el abuso; culpa a la víctima por el maltrato haciéndola(o) responsable.

Control Económico: Interfiriendo con su trabajo o no permitir que la víctima trabaje; negándole dinero; cogiendo su dinero; impidiéndole el uso del auto; amenazas de informarle a Beneficiencia o a otras agencias de Servicios Sociales.

Comportamiento auto-destructivo: Abuso de drogas o alcohol; amenazas de suicidio o hacerse daño; deliberadamente dice o hace cosas con consecuencias negativas (ej: falta de respeto al jefe).

Aislamiento: Evita o le hace difícil el contacto con familiares o amistades; escucha sus conversaciones telefonicas; le ordena a dónde puede o no puede salir.

Acoso: Llega a visitar sin ser invitado; constantemente llama; persigue; avergüenza en público; y se reúsa a irse cuando se le pide.