

Safe Dates

Relaciones Seguras

• GUÍA PARA PADRES DE ADOLESCENTES •

Cómo mantener seguro a su hijo(a) adolescente cuando sale con su novio(a)

El abuso que ocurre durante las relaciones de novios de los adolescentes es un problema serio que puede afectar la vida de cualquier adolescente. Los adolescentes de todas las edades y niveles económicos corren el riesgo de estar involucrados en una relación abusiva. Las mujeres y los hombres pueden ser víctimas de abuso, y ambos pueden convertirse en abusadores.

Entre el 10 y el 38 por ciento de los estudiantes de secundaria ha sido víctima de violencia durante sus relaciones de novios.¹ Entre los estudiantes que en este momento están de novios, el 59 por ciento ha sufrido violencia física y el 96 por ciento ha sufrido abuso psicológico y emocional.²

¿Qué es el abuso en la relación de novios?

El abuso en la relación de novios incluye todo comportamiento usado para controlar y manipular al novio o la novia. Estos comportamientos pueden ser los siguientes:

- abuso físico como golpear, sacudir, tirar cosas, forzar actividades sexuales sin consentimiento, sofocar y uso de un arma;
- abuso emocional como ignorar los sentimientos, insultar las creencias y valores de la otra persona, aislar a la pareja de otras personas, demostrar enojo inapropiado, dañar propiedad personal, humillar a la otra persona en público o en privado, y amenazar con herirse a si mismo.

Los padres pueden ser un recurso muy importante para prevenir el abuso en las relaciones de novios y ayudar a los adolescentes a dejar relaciones abusivas.

1. Carolyn Tucker Halpern, Selene G. Oslak, Mary L. Young, Sandra L. Martin, and Lawrence L. Kupper, "Partner Violence among Adolescents in Opposite-Sex Romantic Relationships: Findings from the National Longitudinal Study of Adolescent Health," *American Journal of Public Health* 91, no. 10 (Octubre de 2001).

2. Ibid.

¿Qué puede hacer para prevenir el abuso en la relación?

A continuación se brindan algunas ideas para prevenir que su hijo(a) se envuelva en una relación romántica abusiva.

- Demuestre relaciones sanas en el hogar.
- Hable con su hijo(a) adolescente lo antes posible sobre las relaciones sanas y las formas positivas de resolver los conflictos.
- Enfatice que el abuso no es sobre el amor.
- Refuerce la importancia de obtener ayuda si él o ella alguna vez está preocupado con su novio o novia.
- Ayude a fortalecer la autoestima de su hijo(a).
- Mantenga abiertos los canales de comunicación con su hijo(a).

¿Cuáles son algunas señales de alarma del abuso en la relación?

Su hijo(a) puede estar en una relación romántica abusiva si él o ella

- tiene un(a) novio(a) que es muy celoso(a) o posesivo(a)
- tiene marcas en su cuerpo (moretones, arañones, quemaduras) que no puede explicar
- está siempre tratando de complacer los deseos de su novio(a)
- se aísla cada vez más de la familia y de los amigos
- se molesta mucho después de llamadas telefónicas o de salir con su novio(a)
- tiene temor de que su novio(a) se enoje

¿Qué puede hacer?

Si usted sabe o sospecha que su hijo(a) está en una relación romántica abusiva, lo más importante es hacer *algo*:

- Tome la situación muy en serio. Las consecuencias de las relaciones románticas de los adolescentes pueden ser tan serias como las relaciones de los adultos.
- Diga a su hijo(a) que usted lo apoya y cree en él o ella.
- Ayude a su hijo(a) adolescente a crear un plan de seguridad para evitar el abuso de su novio(a).
- Demuestre amor con disciplina estableciendo límites e interesándose activamente. Dé seguimiento a esos límites.
- Inicie una acción judicial contra la persona que comete el abuso (consulte con el centro local de crisis de violencia doméstica).
- Anime a su hijo(a) a que busque ayuda profesional en un centro local de crisis de violencia doméstica.

En definitiva, la decisión de terminar una relación abusiva está en las manos de su hijo(a) adolescente. Si él o ella tuviera dificultad en dejar la relación, usted puede todavía hacer todas las cosas mencionadas anteriormente, pero lo más importante es expresar su amor, preocupación, y confianza y no tratar de controlar a su hijo(a).

Pero, sobre todo, pida ayuda. Usted puede hacer esto hablando con

- el director o los maestros de la escuela de su hijo(a)
- los amigos de su hijo(a)
- profesionales, como los que se encuentran en los refugios para víctimas de violencia doméstica o en los servicios de salud mental