

# HAY AYUDA DISPONIBLE.

Las organizaciones miembros proveen una fuerte red de emergencia y servicios de apoyo para los afectados por la violencia doméstica. Los servicios proporcionados incluyen planeación de seguridad, refugios de emergencia, intervención de crisis las 24 horas, consejeros, grupos de soporte, apoyo, programas infantiles y prevención a través de la educación y conciencia pública.

## Las agencias miembros de la Coalición:

<b>The Umbrella</b> Ansonia (203) 736-9944	<b>Prudence Crandall Center</b> New Britain (860) 225-6357
<b>The Center for Women &amp; Families</b> Bridgeport (203) 384-9559	<b>Domestic Violence Services of Greater New Haven</b> New Haven (203) 789-8104
<b>Women's Center of Greater Danbury</b> Danbury (203) 731-5206	<b>The Women's Center of SECT</b> New London (860) 701-6000
<b>Domestic Violence Program</b> United Services Dayville (860) 774-8648	<b>Domestic Violence Crisis Center</b> Norwalk (203) 852-1980
<b>Network Against Domestic Abuse</b> Enfield (860) 763-4542	<b>Women's Support Services</b> Sharon (860) 364-1900
<b>Domestic Abuse Service Greenwich YWCA</b> Greenwich (203) 622-0003	<b>Domestic Violence Crisis Center</b> Stamford (203) 357-8162
<b>Interval House</b> Hartford (860) 527-0550	<b>Susan B. Anthony Project</b> Torrington (860) 482-7133
<b>Meriden-Wallingford Chrysalis</b> Meriden (203) 238-1501	<b>Safe Haven</b> Waterbury (203) 575-0036
<b>New Horizons</b> Middletown (860) 347-3044	<b>Domestic Violence Program</b> United Services Willimantic (860) 456-9476

¡Tú no vales nada!

# VIOLENCIA DOMÉSTICA

## NO ES SOLAMENTE FÍSICA.

[www.ctcadv.org](http://www.ctcadv.org)

888.774.2900

**CCADV**  
Connecticut Coalition Against Domestic Violence

# ¿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 las víctimas 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 o 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 las 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 reusa a compartir las responsabilidades del hogar (ej: cuidado de los niños y quehaceres del hogar).

### Control Económico

Interfiriendo con su trabajo o no permitiendo 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.

### 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.

### Retención Emocional

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

### 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 telefónicas; le ordena a dónde puede o no puede salir.

### Acoso

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

*Adaptado con el permiso de "Take Action Kit" del Family Violence Prevention Fund y de "Violencia Doméstica: Los Hechos" del libro Peace at Home.*

## ¿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 con 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 las drogas, ni los problemas financieros, ni la depresión, ni los 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.
- Enfatice que cuando se sientan listos, pueden

y tienen opciones para dejar la relación y que **hay ayuda disponible**. También, enfatize que la Violencia Doméstica no es pasajera, sino que tiende a empeorar y a ser más frecuente con el tiempo.

- 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. **Exhorte** 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 inmigración, 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.

## ¿CÓMO AYUDO EN MI COMUNIDAD?

- Deje que los jóvenes aprendan a temprana edad que la **violencia 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.
- Exhorte 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.
- Recuerde que la violencia doméstica les sucede a todas las personas, ya sean lesbianas, homosexuales, bisexuales, transexuales, intersexuales, y a cualquier comunidad, sin importar la edad, raza, la pertenencia étnica, religión, educación, ingresos, o capacidad física. Nunca hay excusa para el abuso.

888.774.2900