

Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo Violencia en el Noviazgo



Cualquier tipo de maltrato físico, emocional/verbal o sexual de una persona a otra, causada intencionalmente en una relación de noviazgo **ES VIOLENCIA.**

Violencia física.

Cualquier agresión física para intimidar, dominar o amenazar y/o causar dolor o lesiones. Ejemplos: Patear, empujar, jalar el pelo, pegar, tirar cosas, escupir, usar armas...

Violencia emocional.

Cualquier comportamiento usado para provocar miedo, vergüenza, sentimientos de culpa o cualquier otra emoción, con la intención de controlar a la otra persona. Ejemplos: Amenazas, acoso, insultos, aislamiento, celos, manipulación...

Violencia sexual.

Cualquier acto sexual no deseado que te haga sentir incómoda o asustada, o la utilización de la fuerza para presionarte. Ejemplos: obligarte o presionarte constantemente para tener relaciones sexuales, realizar actos sexuales de formas que no te gustan, obligarte a tener relaciones sexuales con otras personas, filmarte o tomarte fotos en el acto sexual sin tu consentimiento, acoso, violación...

¿Qué hacer?

Lo primero es decirle que sus actos te resultan violentos y que no lo vas a tolerar. Si continúa en la misma actitud, tenés que pensar en dejarlo, en terminar esa relación. Tratá de distanciarte de la persona agresora, no te cites a solas o en lugares aislados. Podés acudir a una persona de tu confianza para contarle lo que te pasa y buscar su apoyo. También comentalo con tus amig@s y familiares, hazlo público. No borres los mensajes que te mande, ni los del celular, ni los e-mails, y si puedes anota los hechos, pueden servirte en un futuro.

¿Dónde ir?

Si te sientes en confianza podés acudir al consejero o consejera de tu colegio, sino podés buscar apoyo en una organización de mujeres:

- * Centro de Derechos de Mujeres, CDM / 221-04-59, cdm@cablecolor.hn
- * Centro de Estudios de la Mujer, CEM-H / 238-01-01, cemhonduras@yahoo.com
- * Colectivo Feminista Mujeres Universitarias / 232-3419, cofemun@cablecolor.hn
- * Comité de Mujeres por la Paz "Visitación Padilla" 238-46-59, vp@cablecolor.hn

También puedes ir directamente a la Fiscalía Especial de la Mujer del Ministerio Público 221-56-20/36

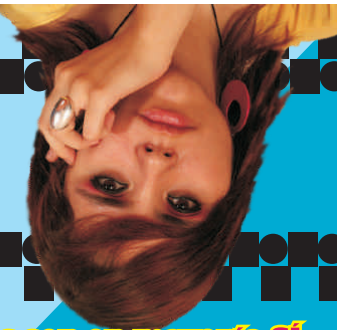
Centro de Derechos de Mujeres
Col. Lara Norte, Calle Lara, No. 834, Apdo. Postal 4562, Tegucigalpa,
Honduras. Tels/fax: (504) 221-0459 y 221-0657 e-mail: cdm@cablecolor.hn

¿Sabías que puede haber violencia en el noviazgo?



Test:

¿Tenés una relación potencialmente violenta?



Analizá como se comporta tu novio y contestá **SÍ** o **NO** a las siguientes preguntas. Si tus respuestas son en mayoría **SÍ**, podría ser que haya violencia en tu noviazgo.

¿Tiene un temperamento explosivo, nunca se sabe cuándo va estallar?

Sí No

¿Por momentos se vuelve extremadamente celoso o te acusa frecuentemente de engañarlo con otros chicos?

Sí No

¿Te critica continuamente tu forma de ser o de relacionarte con otra gente?

Sí No

¿Te critica y hasta te prohíbe el uso de alguna ropa o de maquillaje?

Sí No

¿Te llama constantemente al celular, revisa tus mensajes, llamadas o tu correo electrónico?

Sí No

¿Te engaña o te amenaza con engañarte con otra chica?

Sí No

¿Critica o menosprecia a tus amigos/as y/o a tu familia?

Sí No

¿El toma todas las decisiones sobre qué hacer, a dónde ir o con quién salir?

Sí No

¿Pega, pateo, empuja o tira cosas?

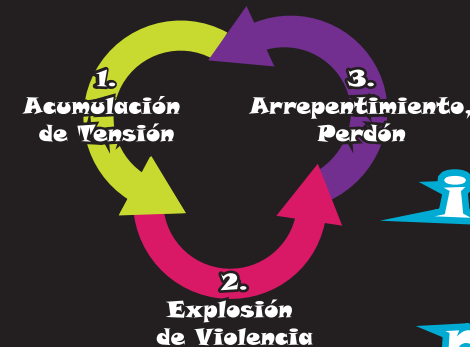
Sí No



Ciclo de la Violencia

La violencia puede empezar con actitudes que no te gustan y que parecen insignificantes. De ahí puede pasar a una agresión real, ya sea física o psicológica (golpes, insultos, acoso, etc.). Después de la agresión vendrá el arrepentimiento, te pedirá perdón, te dirá que te quiere, que no lo vuelve a hacer, que está muy estresado, que no lo estresés más...

En ese momento muchas mujeres deciden no denunciar y seguir con la relación... pero lo que vos no sabés es que una vez que comienza el ciclo es muy probable que se vuelva a repetir una y otra vez....



¡ Sólo vos podés romperlo !

