



# Para padres de adolescentes

## Conversación con su adolescente sobre la violencia entre jóvenes que salen en parejas



Publication Funded by  
**Bureau of Justice Assistance**  
Office of Justice Programs ■ U.S. Department of Justice

La violencia entre jóvenes que salen en parejas comienza gradualmente y sin el uso de la fuerza física, involucrando un rango de comportamientos coercitivos y abusivos, incluyendo amenazas, intimidación, aislamiento y manipulación. El propósito del abuso es establecer y mantener el control de una persona y de la relación con esa persona. Para cuando el abuso físico se presenta, un patrón de abuso oral, emocional y sexual generalmente ya ha sido establecido. Tanto los niños como las niñas pueden ser víctimas de la violencia cuando salen en parejas, y ésta puede estar presente en relaciones de parejas heterosexuales y homosexuales.

### Comprender a su adolescente

A medida que los adolescentes comienzan la escuela secundaria, empiezan a desarrollar sus primeras relaciones al salir en pareja. Estas relaciones son de diferente índole que sus amistades anteriores, y los adolescentes deben aprender a definir las cualidades de una relación saludable de jóvenes que salen en parejas y a desarrollar expectativas saludables de comportamiento para sus enamorados o enamoradas. A medida que los adolescentes empiezan a explorar estas relaciones, los padres deben proporcionarles dirección con respecto a lo que son las relaciones saludables y cuáles son los comportamientos que constituyen abuso y violencia entre jóvenes que salen en parejas.

### Lo que usted puede hacer

- Hable sobre los valores de las relaciones saludables. En las relaciones saludables, las parejas se demuestran respeto mutuo, son honestos el uno con el otro, tienen confianza mutua, comparten sus pensamientos y sentimientos y están dis-

puestos a llegar a un entendimiento y a resolver problemas cuando éstos surjan.

- Eduque a su adolescente sobre los signos de una relación abusiva. El abuso puede tomar muchas formas, incluyendo las siguientes:
  - Abuso físico: golpear, arañar, estrangular, restringir los movimientos de alguien
  - Abuso oral o emocional: humillar o avergonzar a alguien, ponerle apodos, amenazar con herir a alguien, culparlo de problemas
  - Abuso sexual: forzar a alguien a tener relaciones sexuales o tocar a alguien de maneras no deseadas, impedir que use contracepción
  - Comportamiento dominante: impedir que alguien pase tiempo con sus amigos o familia, decirle la ropa que tiene que usar o lo que tiene que hacer, llamadas constantes de control
- Hable con los adolescentes sobre el ciclo de violencia. La tensión se acumula, ocurre un incidente abusivo, y luego el abusador trata de hacer las paces. Explíqueles que este ciclo se repite y que una promesa de “No lo haré nunca más”, puede no ser cumplida.
- Recuerde a los adolescentes que los niños también pueden ser víctimas de abuso. El ser abusado no es indicación de que alguien sea débil o de que “no sea un hombre verdadero”.
- Conozca a las personas con las que su niño o niña sale en pareja. Hable con ellos sobre sus pasatiempos y actividades, conozca a sus padres.
- Ayude a su adolescente a desarrollar un plan. Si teme que la persona con la que sale regularmente sea abusiva físicamente, ¿cómo puede lidiar con la situación de una manera segura? ¿Con quién puede hablar sobre preocupaciones y problemas que tiene con la persona con la que sale en pareja?

- Ayude a su adolescente a desarrollar destrezas para manejar la ira y las emociones negativas de maneras positivas. En lugar de gritar o de golpear a alguien, los adolescentes pueden manejar su ira haciendo ejercicios o escribiendo en un diario.
- Ayude a su adolescente a desarrollar destrezas para resolver problemas. Los adolescentes deben sentirse cómodos manifestando sus sentimientos, necesidades y deseos en un conflicto y negociando soluciones que satisfagan las necesidades de todas las partes involucradas.
- Ayude a los adolescentes a desarrollar expectativas realistas. Los conflictos dentro de las relaciones son normales, y pueden fortalecer la relación cuando se resuelven de una manera constructiva. Todas las personas tienen defectos y merecen empatía. Comparta con su adolescente algunos conflictos que haya tenido en relaciones y cómo los resolvió de manera positiva.
- Reitere el valor de su adolescente. Algunos adolescentes pueden quedarse en relaciones abusivas porque creen que no merecen nada mejor.
- Sea un ejemplo positivo. Piense en la relación que tiene con su cónyuge o pareja con la que sale. ¿Cuáles son las cualidades saludables de esta relación? ¿Cuáles son los comportamientos perjudiciales que debe mejorar?
- Si sospecha que su adolescente puede ser el abusador en la relación, busque ayuda profesional para él o ella.

### Señales de alerta

Si usted observa las señales que aparecen a continuación, su adolescente puede estar en una relación abusiva. Usted debe buscar ayuda para su adolescente de un consejero de la escuela o proveedor de servicios a las víctimas. Estas señales incluyen las siguientes:

- Su adolescente tiene contusiones, arañazos.
- Su adolescente está deprimido, retraído o ansioso, o su adolescente se torna agresivo y abusivo con otros miembros de la familia o con la mascota de la familia.
- Su adolescente deja de reunirse con sus amistades o deja de participar en sus actividades favoritas, pasando la mayor parte de su tiempo con la persona con la que están saliendo.
- Su adolescente recibe frecuentemente llamadas telefónicas de la persona con la que está saliendo que lo alteran o perturban.

Para obtener más información sobre la violencia entre jóvenes que salen en parejas, visite [www.ncpc.org](http://www.ncpc.org).



1000 Connecticut Avenue, NW  
Thirteenth Floor  
Washington, DC 20036-5325

202-466-6272  
Fax 202-296-1356  
[www.ncpc.org](http://www.ncpc.org)