

USTED PUEDE OBTENER AYUDA PARA USTED Y PARA SU NIÑO, HABLANDO CON EL MÉDICO DE SU HIJO O:

Línea de Philadelphia para la Violencia Doméstica866.723.3014

Centro Legal de Mujeres Contra el Abuso . .215.686.7082

Mujeres Organizadas Contra la Violación . .215.985.3333

Menergy – Para personas que son abusivas
English215.242.2235
En Español267.625.6135

Men’s Resource Center –
Para personas que son abusivas215.564.0488

Children’s Crisis Treatment Center –
Ayuda para niños215.496.0707

Anti – Violence Partnership –
Ayuda para Niños215.438.9070

- ¿Está usted preocupada por su relación?
- ¿Le tiene miedo a su pareja?
- ¿Su pareja le dice qué hacer o a quién mirar?
- ¿Su pareja le hace sentir mal con usted misma o la desanima?
- ¿Alguna vez su pareja le ha amenazado con hacerle daño a usted, a sus hijos, o a sus mascotas?
- ¿Alguna vez su pareja le ha empujado, le ha pegado, le ha aventado cosas, o le ha forzado a tener sexo?
- ¿Su pareja le ha amenazado con deportarla?

El abuso ocurre en cualquier cultura, ciudad y a cualquier edad, y puede estar ocurriéndole a usted. Nadie merece ser abusado o amenazado. No es su culpa. Usted puede encontrar ayuda y apoyo para usted y para sus hijos.

NÚMEROS DE TELÉFONO PARA LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

PHILADELPHIA(866) SAFE 014

NATIONAL(866) 799 SAFE



RECUERDE... CUANDO LOS NIÑOS SON EXPUESTOS A LA VIOLENCIA EN EL HOGAR

Los niños aprenden de lo que ven y de lo que escuchan. Cuando los niños crecen viendo y escuchando a otras personas actuar violentamente, son más propensos a ser adultos violentos o a convertirse en víctimas de la violencia.

Material adaptado por, y agradecimiento especial a: Betsy McAlister. Contenido por: Medical Society; Children’s Crisis Treatment Center; Darla Spence Coffey; and the PA Chapter, American Academy of Pediatrics.

Institute for Safe Families
3502 Scotts Lane
Philadelphia, PA 19129

Phone: 215.843.2046
Fax: 215.843.2049
E-mail: info@instituteforsafefamilies.org
www.instituteforsafefamilies.org



Usted da lo mejor de si para proteger a sus hijos, pero ellos están siendo afectados.

Los niños son inteligentes- Saben más de lo que usted piensa.



LA VIOLENCIA LASTIMA A LOS NIÑOS

En la comunidad y en el hogar-lo que ellos ven en la TV y en los juegos de video, lo que escuchan en la música, y cuando ven, oyen u observan la violencia en el hogar. Los niños pueden ser testigos de discusiones que envuelvan gritos o golpes. Algunas veces en estas peleas alguien termina golpeado, herido, apuñaleado, o incluso herido de bala. En ocasiones los niños están en medio de la situación.

ESTAR EXPUESTO A LA VIOLENCIA Y AL ABUSO EN EL HOGAR ES ESPECIALMENTE UN PROBLEMA PARA LOS NIÑOS.



LOS NIÑOS SON INTELIGENTES. ELLOS VEN, ESCUCHAN Y RECUERDAN MÁS DE LO QUE USTED PIENSA.

- Los niños notan cuando los adultos, a quienes aman, están tristes o atemorizados. Si usted está asustada, sus hijos sentirán su miedo.
- Los niños pueden sentir si hay tensión entre los adultos.
- Cuando los padres pelean, tal vez pueden pensar que los niños están durmiendo o viendo TV, pero con frecuencia los niños saben lo que está ocurriendo.
- Los niños ven sus golpes, y oyen su llanto.
- Los niños se preocupan. Ellos pueden pensar que la pelea es por su culpa.



LOS NIÑOS VEN, ESCUCHAN, Y SIENTEN LOS EFECTOS DE LA VIOLENCIA

Cuando los niños ven o escuchan violencia, ellos pueden tener una reacción inmediata o pueden tener una respuesta tardía. Los síntomas varían por edad y personalidad, pero algunas de las reacciones comunes que los niños pueden experimentar cuando ven o escuchan violencia, son:

- Dificultad para dormir
- Pesadillas, o mojar la cama nuevamente
- Pérdida de apetito
- Dolores de estómago o dolores de cabeza
- Comienzan a ser miedosos o malhumorados
- Comienzan a ser violentos
- Se preocupan por la seguridad de sus seres queridos
- Se les dificulta concentrarse, aprender, y comportarse en la escuela
- Tienen problemas haciendo o manteniendo amistades
- Se van de la casa
- Se envuelven en las drogas y el alcohol

LOS NIÑOS QUE PRESENCIAN VIOLENCIA

Si usted no ayuda a los niños que presencian la violencia en el hogar, ellos pueden permanecer confundidos e interpretar lo que ha ocurrido en una forma destructiva para su propia imagen y confianza.

Los niños pueden lidiar con el trauma al mantener sus sentimientos escondidos y al actuar como si estuvieran bien, aún cuando no lo están. Este tipo de negación puede llevar a formas dañinas de lidiar con la tensión, tales como aturdirse con las drogas o el alcohol.

USTED PUEDE AYUDAR A LOS NIÑOS

Usted puede ayudar a los niños motivándolos a hablar sobre la violencia y el abuso, con un adulto de confianza. Cuando los niños comparten sus preocupaciones y temores con un padre, familiar, maestro, consejero, miembro del clero, o amigo de la familia, se sentirán menos asustados y solos. Debe ser difícil para los niños hablar sobre lo que han visto y escuchado, así que un poco de motivación de un adulto podría ser muy beneficioso.

ESTAS SON ALGUNAS COSAS QUE USTED PUEDE DECIR PARA COMENZAR LA CONVERSACIÓN:

- “¿Hay algo que te haya indispuerto en el día de hoy? Háblame de eso.”
- “Me alegra mucho que me lo hayas dicho.”
- “Si quieres hablar de algo, siempre puedes hablar con _____.”

LOS NIÑOS SE CULPAN A SI MISMOS

Algunas veces, los niños se culpan a si mismos por la violencia que ven y escuchan. Dígale al niño:\

- “Me alegra que me lo hayas dicho.”
- “La violencia no es tu culpa.”
- “Tú no eres el culpable.”
- “No estas solo(a); hay ayuda disponible.”

PHILADELPHIA DOMESTIC VIOLENCE HOTLINE
(866) SAFE 014 (866) 723-3014