

## **Los padres pueden ayudar a prevenir el abuso en parejas de adolescentes**

Uno de cada tres adolescentes reporta abusos durante los años de noviazgo o cuando salen o tiene citas. El abuso puede ser físico, emocional, sexual o mental. Comenzando en la niñez, los padres pueden desempeñar un papel importante en la prevención del abuso. La información sugiere que la manera en que los padres crían a sus hijos desde muy chicos puede afectar las experiencias que tendrán al ir a citas o estar de novios cuando son adolescentes.

Los niños copian lo que ven a su alrededor. Si están expuestos al abuso, entonces verán al abuso como algo normal. Si un padre o madre le pega o insulta al niño o al otro padre, el niño aprenderá maneras abusivas de actuar. Los padres pueden enseñar a sus hijos a resolver problemas sin golpear, denigrar, amenazar ni gritar. Para ayudar a sus hijos a desarrollar una perspectiva saludable y respetuosa, los padres deben:

- Hablar en un tono calmado y claro.
- Tener en cuenta el punto de vista y las necesidades específicas del niño.
- Enseñarles el gozo o alegría de vivir.
- Secundar o celebrar las ideas que pueda tener el niño.
- Brindarles cariño y bondad todos los días.
- Reírse a menudo con ellos.
- Convencerlos de que no vean películas ni programas de televisión violentos.

Los padres que viven en situaciones donde hay abuso pueden buscar ayuda. Si un niño ve que hay abuso en su hogar o lo ve en la televisión, hable con el niño a su propio nivel sobre lo triste que es la violencia. Converse con los adolescentes sobre la manera negativa en que la violencia los afecta a ellos y a sus seres queridos. Para cuando un adolescente haya empezado a salir y a tener citas, debería entender el concepto de respeto y el derecho a decir "no".

Tanto por usted como por sus hijos, sepa que siempre puede entrar en contacto con el refugio o albergue más cercano para casos de violencia doméstica y otras opciones de apoyo.

Si le preocupa su seguridad y necesita hablar con alguien, llame a:

National Domestic Violence Hotline

(Línea de asistencia nacional para casos de violencia doméstica)

1-800-799-7233 (SAFE)

1-800-787-3224 (TTY para sordos)

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

National Teen Dating Abuse Hotline

(Línea de asistencia nacional para casos de abuso en parejas de adolescentes)

1-866-331-9474

1-866-331-8453 (TTY para sordos)

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