

Di **NO** a la
VIOLENCIA
en el **NOVIAZGO**

STOP
VIOLENCE
AGAINST WOMEN

A word cloud graphic shaped like a hand, with various terms related to violence against women. The words include: VIOLENCE, STOP, HURT, CRUELTY, STALKING, HUMILIATION, ABUSE, INSULT, INDIFFERENCE, MISTREATMENT, WOMEN, SLAPS, VICTIMS, and STALKING. The word 'STOP' is prominently displayed in the center of the hand shape.

Preparado por: **Lymarís Rivera Vélez- MCR**
Consejera PAE

**Lo que no decimos se nos
acumula en el cuerpo, se
convierte en insomnio y
en nudos en la garganta, en
nostalgia, en error, en duda,
en tristeza. Lo que no
decimos no se muere,
lo que no decimos,
nos mata.**



familias.com



DINÁMICA- MENCIONA TU NOMBRE Y UNA PALABRA QUE LE DE SENTIDO A TU VIDA

Objetivos

- ☐ Definiciones relevantes al tema de violencia en el noviazgo.
- ☐ Tipos de noviazgos
- ☐ Manifestaciones de la violencia
- ☐ Tipos de violencia y sus consecuencias

Objetivos

- ☐ Falsas ideas del amor y la violencia
- ☐ Noviazgo sano
- ☐ Redes de apoyo

Definiciones relevantes:

- Noviazgo- Relación afectiva que una mujer y un hombre establecen con vistas de un posible matrimonio. (RAE, 2020)
- Violencia- es el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte. (OMS, 2012-2020)

TIPOS DE NOVIAZGO

I. Noviazgo amoroso

- ☐ El noviazgo planteado desde este tipo es una relación muy sana, basada en el amor y la comprensión del uno con el otro.
- ☐ Para las personas que poseen este tipo de relación es sumamente importante la opinión del otro y lo integran en las actividades diarias, compartiendo así todos los momentos que pueden juntos.
- ☐ Estas son por lo general las relaciones más largas y llegan a muy buen puerto

TIPOS DE NOVIAZGO

2. Noviazgo cíclico

- ☐ Se presenta cuando en una pareja realiza ciclos recurrentes en donde comienzan y terminan de forma casi constante por periodos de tiempo muy similares.
- ☐ Es común este tipo de relaciones cuando ambas personas son jóvenes, por lo tanto les falta algo de madurez y además necesitan de cierta libertad para crecer que no tienen por la relación de pareja en si.

TIPOS DE NOVIAZGO

3. Noviazgo bélico

- ☐ Aunque este tipo de relaciones no deberían existir ciertamente son reales y se caracterizan por la presencia constante de conflictos.
- ☐ La agresividad de las personas intervinientes es lo que caracteriza esta relación.
- ☐ En muchas ocasiones el grado de violencia va incrementando, comenzando por violencia electrónica (por mensajes) y llega a ser física.

¿CÓMO SE MANIFIESTA LA VIOLENCIA?

- ☐ Para saber si tu relación es violenta debes analizar como te sientes cuando estas a su lado; es decir te sientes libre de comentar o hacer cualquier cosa, o tienes que cuidarte de tus comentarios y comportamientos porque temes que en cualquier momento se enoje y se ponga agresivo (a).

1 Puede empezar con burlas sobre lo que hablas y haces, hay gritos y amenazas bajo la excusa que haces las cosas mal.



ACUMULACIÓN
DE TENSION

NEGACIÓN

2 Sin importar si has echo cosas para evitar el enojo de la otra persona, llega el momento de la agresión.

EXPLOSIÓN
VIOLENTA

"LUNA DE
MIEL"



3 Después de la violencia el agresor pide perdón, promete que no va a volver a actuar así, entonces crees que la relación ha cambiado y vuelves a confiar.

TIPOS DE VIOLENCIA

Violencia Física

☐ Empujones

☐ Arañazos

☐ Patadas

☐ Bofetadas

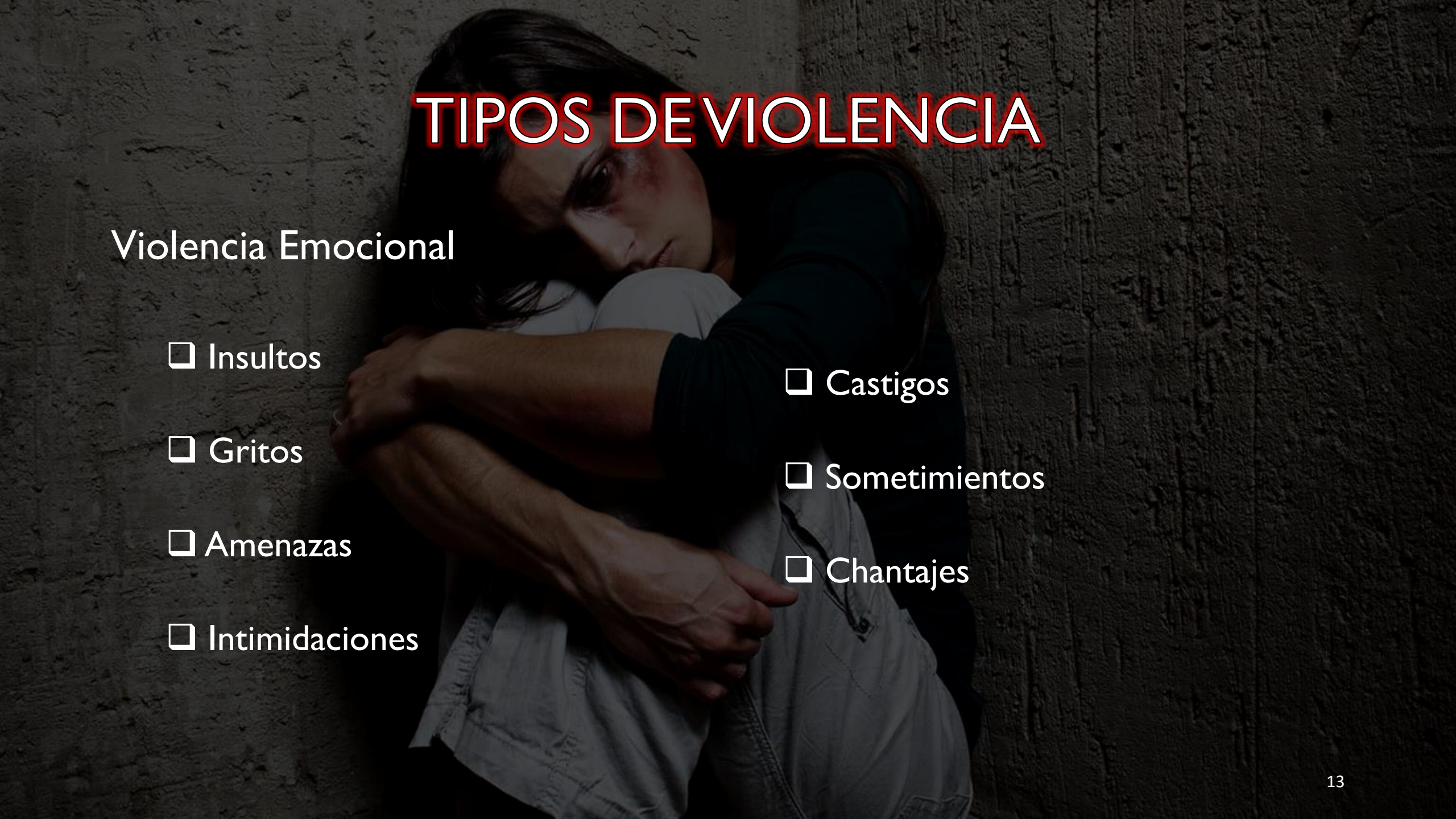
☐ Puños

☐ Mordeduras

☐ Estrangulamiento

☐ Agresiones con armas

TIPOS DE VIOLENCIA

A woman with long dark hair is being held from behind by a person whose arms are visible. They are against a rough, textured wall. The woman has a somber expression. The overall tone is dark and somber.

Violencia Emocional

☐ Insultos

☐ Gritos

☐ Amenazas

☐ Intimidaciones

☐ Castigos

☐ Sometimientos

☐ Chantajes

TIPOS DE VIOLENCIA

Violencia Sexual

- ☐ Insinuaciones
- ☐ Chantajes
- ☐ Amenazas
- ☐ Relación sexual en contra de sus deseos.

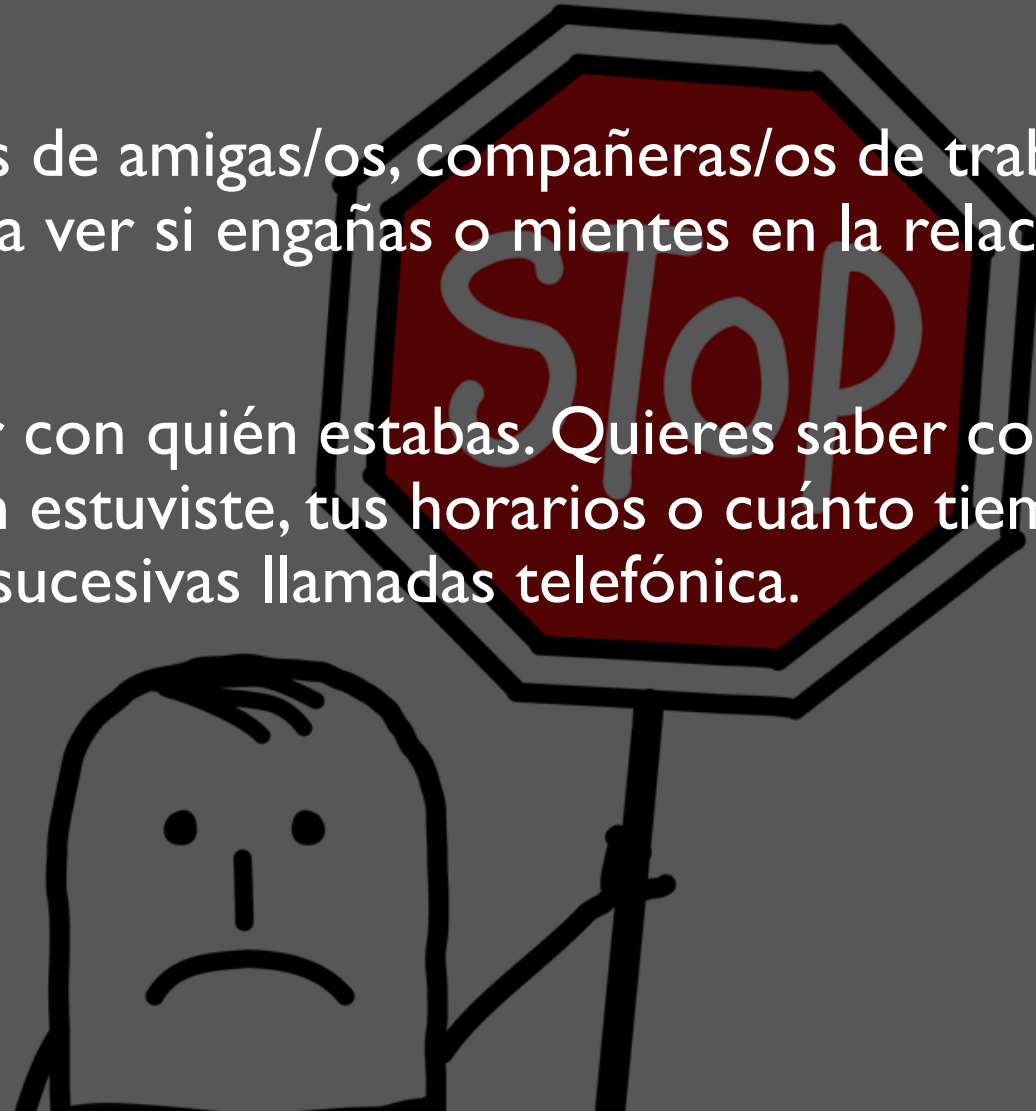
Ejemplos de comentarios:

“Demuéstrame que me quieres” y/o “Necesito que me pruebes tu amor”

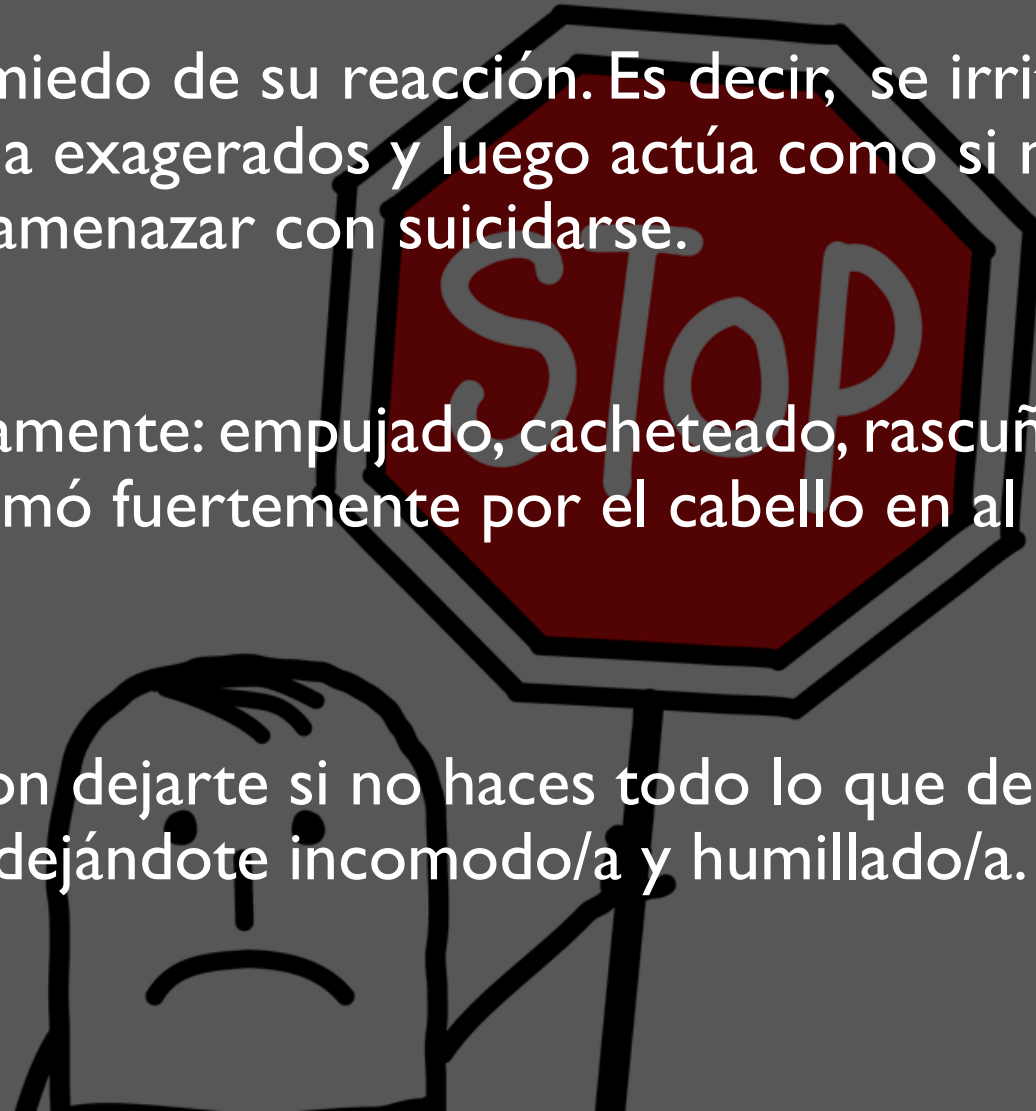


**SIGNOS DE QUE ESTÁS SIENDO VÍCTIMA DE
VIOLENCIA POR TU PAREJA**

- ☐ Controla lo que haces, te exige explicaciones por todo y no quiere que tenga “secretos”. Ha rebuscado tus pertenencias tu celular, tu correo electrónico para conocer “la verdad”.
- ☐ Ha expresado celos de amigas/os, compañeras/os de trabajo o familiares o te pone trampas para ver si engañas o mientes en la relación.
- ☐ A insistido en saber con quién estabas. Quieres saber con lujo de detalle a dónde vas, con quién estuviste, tus horarios o cuánto tiempo estarás fuera, lo cual comprobará sucesivas llamadas telefónica.



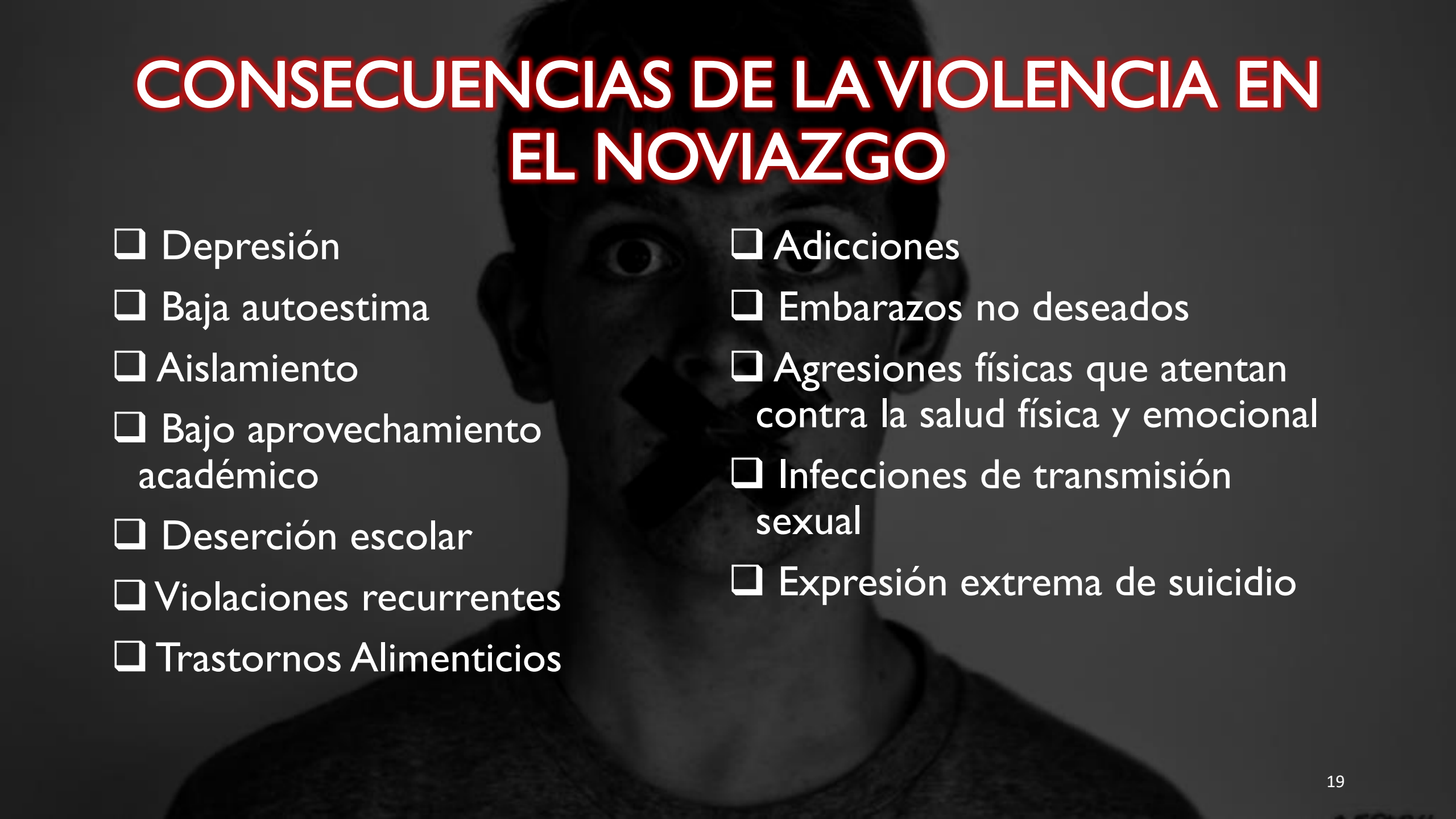
- ☐ Te reclama en público o en privado por lo que tú u otros dijeron o hicieron o coquetea con otras/os de manera abierta.
- ☐ Te ha hecho sentir miedo de su reacción. Es decir, se irrita y tiene estallidos de violencia exagerados y luego actúa como si no hubiera pasado nada, o ha llegado a amenazar con suicidarse.
- ☐ Te ha agredido físicamente: empujado, cacheteado, rasguñado, golpeado, te apretó el cuello o tomó fuertemente por el cabello en al menos una ocasión.
- ☐ Te ha amenazado con dejarte si no haces todo lo que desea, o te compara con otras personas, dejándote incomodo/a y humillado/a.



- ☐ Te ha tocado, besado o acariciado sin tu consentimiento, poniendo en duda tus sentimientos o tu amor.



CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

- 
- ☐ Depresión
 - ☐ Baja autoestima
 - ☐ Aislamiento
 - ☐ Bajo aprovechamiento académico
 - ☐ Deserción escolar
 - ☐ Violaciones recurrentes
 - ☐ Trastornos Alimenticios
 - ☐ Adicciones
 - ☐ Embarazos no deseados
 - ☐ Agresiones físicas que atentan contra la salud física y emocional
 - ☐ Infecciones de transmisión sexual
 - ☐ Expresión extrema de suicidio

FALSAS IDEAS DEL AMOR Y LA VIOLENCIA

- ☐ La violencia es asocia con el alcohol.
- ☐ De desamor nadie se muere.
- ☐ Cambiará por amor a mí.
- ☐ El amor es dar todo.
- ☐ La mujer que se queda en una relación violenta es porque le gusta.
- ☐ El amor es ciego. Me pega porque me quiere.
- ☐ El amor todo lo puede superar y todo lo perdonan
- ☐ Las parejas no son mitades sino personas completas que comparten momentos o espacios comunes.
- ☐ La posesividad y los celos son expresiones de amor.

EN EL AMOR NO CABE NINGUNA MANIFESTACIÓN DE VIOLENCIA

- ☐ Tú mereces que te traten con respeto.
- ☐ Tienes derecho a la felicidad a disfrutar del amor y el sexo.
- ☐ Tienes derecho a elegir a la persona con quién quieres estar sin imposiciones ni maltratos de ningún tipo.
- ☐ Tienes derecho a vivir tu noviazgo sin miedo y sin violencia con igualdad y respeto por parte de tu pareja.

¿CÓMO INICIAR Y LLEVAR UN NOVIAZGO SANO?

- ☐ No te precipites a cada momento dale su tiempo y cada tiempo dale su momento.
- ☐ Se quiera la persona por lo que son no por lo que tienen.
- ☐ El noviazgo debe ser porque así lo deseas, no podrá imitar a los demás.

¿CÓMO INICIAR Y LLEVAR UN NOVIAZGO SANO?

- ☐ El noviazgo no significa tener sexo debe ser responsable tú sexualidad debes compartirla con amor y responsabilidad.
- ☐ Comparte con tu pareja, comunícate, respeta su forma de ser en todos los sentidos, juntos pueden llegar a grandes acuerdos y compartir momentos.
- ☐ La fidelidad es algo importante, demuestra respeto y compromiso con tu pareja pero, sobre todo contigo mismo. Propongan metas sanas como pareja.

¿QUÉ HACER SI ERES VÍCTIMA DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO?

- ☐ No justifica su comportamiento y actitudes
- ☐ Habla y protegete
- ☐ No te aisles
- ☐ No tengas miedo de pedir ayuda a un profesional, te puede ayudar a salir de ese problema.

A 3D bar chart with seven bars of increasing height, colored in a rainbow gradient from brown to blue. A thick red line is drawn over the bars, showing a strong upward trend. The background is a dark gray grid.

ESTADÍSTICAS DE VIOLENCIA DOMESTICA EN P.R. (AÑOS 2019 & 2020)



GOBIERNO DE PUERTO RICO

Negociado de la Policía de Puerto Rico



INCIDENTES DE VIOLENCIA DOMÉSTICA COMPARATIVA AÑOS 2019 Y 2020 (15 MARZO AL 19 ABRIL)

ÁREA	INCIDENTES POR VIOLENCIA DOMÉSTICA		CAMBIO
	2019	2020	
Aguadilla	69	48	-21
Aibonito	46	38	-8
Arecibo	70	71	1
Bayamón	103	98	-5
Caguas	82	48	-34
Carolina	37	42	5
Fajardo	35	30	-5
Guayama	52	42	-10
Humacao	22	31	9
Mayagüez	50	37	-13
Ponce	64	47	-17
San Juan	76	74	-2
Utuado	19	37	18
TOTAL	725	643	-82



ST  **P!**



REFLEXIÓN FINAL

“Detenlo estas a tiempo es mejor decir adiós que empezar juntos una vida con violencia”.



in much as
giving!