



*El silencio se convierte en un crimen
cuando justificamos la maldad.*

—Anónimo

Las Dinámicas de la
**Violencia
Doméstica**

Mable C. Dunbar, PhD LPC

Contenido

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DOMÉSTICA?	1
EL PROBLEMA	1
LOS HECHOS	2
CARACTERÍSTICAS DEL ABUSADOR Y LA VÍCTIMA	2
EL CICLO DEL MALTRATO O EL ABUSO	9
FORMAS DE VIOLENCIA DOMÉSTICA	11
VERSÍCULOS TERGIVERSADOS PARA JUSTIFICAR LA VIOLENCIA DOMÉSTICA	13
VERSÍCULOS PARA LAS RELACIONES LIBRES DE ABUSO	13
VERSÍCULOS LIBERADORES PARA LAS VÍCTIMAS	14
VERSÍCULOS LIBERADORES PARA LOS ABUSADORES	15
CÓMO JUSTIFICAMOS LA VIOLENCIA DOMÉSTICA	16
EFFECTOS DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA	18
LA RESPUESTA PERSONAL Y COMUNITARIA ANTE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA	19
PLAN DE SEGURIDAD PARA LAS VÍCTIMAS CON ORDEN DE PROTECCIÓN	19
PLAN DE SEGURIDAD PARA LAS VÍCTIMAS QUE SALEN DE UNA RELACIÓN ABUSIVA	20
PLAN DE SEGURIDAD PARA LAS VÍCTIMAS QUE PERMANECEN EN UNA RELACIÓN ABUSIVA	20
RECURSOS NACIONALES	21

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DOMÉSTICA?

La violencia doméstica—también conocida como el abuso doméstico, la violencia matrimonial, el maltrato, la violencia familiar, el abuso en citas románticas, y la violencia entre cónyuges—es un patrón de comportamientos que envuelve el abuso de una persona contra su pareja en una relación íntima como lo es el matrimonio, la cohabitación, las citas, o la familia. Tanto las mujeres como los hombres y los niños sufren a causa de la violencia doméstica. El propósito de la violencia es que una persona mantenga el poder y el control sobre otra o los demás.

EL PROBLEMA

“Creo que existe el diablo, y he aquí la agenda de Satanás. Primero, no quiere que nadie tenga hijos. Segundo, si son concebidos, los quiere muerto. Si no lo logra por medio del aborto, quiere que los abandonen o abusen física, emocional, o sexualmente... De una u otra forma, las legiones diabólicas quieren destruir a los niños porque los niños son los futuros adultos y líderes. Si ellos pueden deformar o lastimar a un niño, éste se convierte en un adulto deformado o lastimado que trasmite esta aflicción a la siguiente generación” (Terry Randall en la revista *TIME*, 21 octubre, 1991).

“El problema del abuso de esposa no se trata de feminismo, humanismo secular, o falta de primacía en el hogar. Es un problema del mal—desapercibido y sin oposición” (James y Phyllis Alsdurf, *Battered Into Submission*, Illinois: Varsity Press, 1986, pág. 61).

“Las personas de creencias sólidas se mantienen en relaciones abusivas por más tiempo porque se mezcla con sus creencias religiosas” (Dra. Nancy Nason-Clark, *When Terror Strikes the Christian Home*. Palabras de su presentación en The Awakening Conference, 2008, Ft. Lauderdale, FL).

“El dominio de la violencia en muchos hogares es evidencia principalmente del dominio de Satanás obrando para destruir el orden, el amor y la felicidad en las relaciones humanas. Y hasta que entremos en el terreno de la violencia doméstica dispuestos a luchar contra el mal, nuestros esfuerzos por ver la violencia detenida y las familias transformadas serán plenamente inútiles. No podemos desestimar el mal como una fuerza espiritual vaga que preside fuera del comportamiento humano. El mal se arraiga en la personalidad súper humana: Satanás. Y cuando las personas son violentas, hostiles, contenciosas, engañosas, acumuladoras, por así decirlo, de los tesoros del mal dentro de la economía de Satanás, gradualmente permiten que Satanás reestructure su carácter y se apropie de ellos. Sea lenguaje psicológico o teológico, la verdad permanece en que los actos del mal son actos de pecado. Asaltan la ley moral de Dios. Separan al malhechor de Dios y de los seres humanos... (James y Phyllis Alsdurf, *Battered Into Submission*, Illinois: Varsity Press, 1986, pág. 62).

©2017 Departamento del Ministerio de la Mujer
North American Division of Seventh-day Adventists®
12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, MD 20904 www.nadwm.org

Este manuscrito fue preparado por el Departamento del Ministerio de la Mujer,
División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día

Autora: Mable Dunbar
Editora: Carla Baker
Diseño y formato: Ani Holdsworth
Directora del proyecto: Érica Jones

Todos los derechos reservados. No se permite usar o reproducir este libro en otros libros o publicaciones sin el previo permiso del titular de los derechos de autor. Expresamente se prohíbe la reimpresión del contenido en su totalidad para regalar o la reventa.

“Además especulamos que en la mayoría de los casos la violencia contra la mujer en el mundo cristiano no es físico. De lo que hemos aprendido, el abuso emocional y la manipulación hacia las mujeres cristianas son más frecuente que el abuso físico. De hecho, los hombres que perciben su posición ante Dios como superior al de las mujeres generalmente no necesitan recurrir a la violencia física. Cuando un hombre llega a doblegar psicológicamente a su mujer y justifica sus acciones usando incorrectamente las Escrituras, la violencia física es menos necesaria. Hay muchas maneras de infligir violencia para violar lo que Dios ha creado” (*Ibid*, pág. 150).

LOS HECHOS

En promedio, 24 personas son víctimas de violación sexual, violencia física, o acoso por parte de su compañero(a) cada minuto en los Estados Unidos— más de 12 millones de mujeres y hombres en el transcurso de un año (<http://www.cdc.gov/ViolencePrevention/index.html>).

Casi tres de cada diez mujeres (29 por ciento) y uno de cada diez hombres (10 por ciento) en los Estados Unidos han sufrido violación sexual, violencia física o acoso por parte de su compañero(a) e informan un impacto en su funcionamiento relacionado con la violencia (<http://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/index.html>).

Del 40 al 60 por ciento de los niños que viven en un hogar donde se abusa de un adulto, también sufrirán el abuso directamente. Todos sufren el abuso indirecto (Wright R.J.; Wright R.O.; Isaac N.E.; 1997, *Response to battered mothers in the pediatric emergency department: A call for an approach to family violence*, Pediatrics 1997, vol. 99, no. 2. págs.186-192).

La religión no es un disuasivo...hay tanto abuso (conyugal, hijos, sexual) en los hogares cristianos como en los no cristianos (Lee Bowker, “Religious Victims and Their Religious Leaders: Services Delivered to One Thousand Battered Women by the Clergy,” *Abuse and Religion*, págs. 230-31).

CARACTERÍSTICAS DEL ABUSADOR Y LA VÍCTIMA

¿De dónde provienen los abusadores? ¿Se mantiene inactivo el comportamiento abusivo hasta que el abusador se relaciona con alguien a quien puede victimizar y doblegar? ¿Es abusivo con cualquier persona o solo con algunas personas? ¿Se desarrolla lentamente el comportamiento abusivo en el transcurso de su vida, o sucede repentinamente cuando lo provoca una circunstancia? Estas son preguntas que nos hacemos cuando escuchamos hablar de las terribles heridas y las horribles muertes ocasionadas por personas que abusan a sus cónyuges o compañeros(as). Analicemos a los abusadores y veamos lo que podemos aprender de ellos.

NOTA: A manera de claridad, se usa “él” para indicar al abusador, y se usa “ella” para indicar a la víctima. Sin embargo, cualquiera puede ser el abusador o la víctima.

El Abusador

1. Relación rápida

Una persona abusiva a veces busca el compromiso de su compañera a pocas semanas o días de haberse conocido. Es agresivo y da la impresión de que ella es la única que puede ayudarlo, que él la necesita, y que sin ella él es nada. Dado a la necesidad de ser necesitada y su deseo de cuidar de alguien, sus insinuaciones la atraen y ella se compromete, aún al estar contra su buen juicio y el consejo de los demás. Tal vez ella sufrió el abuso en el pasado y ahora se siente valorada porque hay alguien que parece amarla y quererla de verdad. **Su propósito es tenerla bajo su control antes de que ella pueda realmente llegar a conocerlo.**

2. Aislamiento

A medida que la relación se desarrolla, él absorbe mucho del tiempo de ella. Él le dice que desea pasar todo el tiempo libre con ella porque no puede dejar de pensar en ella y la extraña. Él la convence de que ella no necesita pasar tiempo con otras personas porque su amor es suficiente. Ya que él siempre domina el tiempo, la energía y las actividades de ella, poco a poco su círculo de apoyo disminuye. Muy pronto ella pierde el contacto de sus familiares y amistades y se vuelve emocionalmente dependiente de él. Él le dice que ella solo necesita a él en su vida y que las demás personas no comprenden cuánto ella significa para él. Ella le cree porque es necesario para sus propios sentimientos y autoestima. **Su propósito es evitar que otros influyan en ella contra la relación.**

3. Manipulación y control

El abusador demuestra señales de control y posesividad al comienzo de la relación. Inicialmente, ella lo interpreta como “celoso” de los demás porque él la ama mucho. Al profundizarse la relación, ella trata de hacerlo sentir seguro afirmando que él es el único hombre en su vida. Él comienza a controlar a dónde ella va, lo que hace, a quién mira, lo que viste, su maquillaje, su peinado, sus amistades, etc. A veces se enoja si ella llega tarde a la cita con él. La acusa de flirtear, de serle infiel, o de tener otras relaciones. Él comienza a dificultarle sus actividades regulares como ir a la escuela, la iglesia, las fiestas, etc. Llega al trabajo de ella inesperadamente o la llama frecuentemente para asegurarse de que ella está donde dijo que iba a estar. Él no valora su punto de vista. Siempre deben prevalecer sus opiniones, actitudes, y sistema de creencias y valores. **Su propósito es controlar y manipular la manera de pensar, las opiniones, el tiempo y espacio de ella para que su punto de vista sean iguales al de él.**

4. Manipulación y control de los demás

Él es encantador y convence a todos fuera de la familia que él es una buena persona. Parece ser un esposo, padre, o pareja ideal ante la mayoría de las personas. En muchas situaciones, las personas ven a la víctima como el problema en la relación y otros simpatizan con él

por la “clase de mujer” que ella es. El abusador engaña a las personas ignorantes manipulándolas hasta hacerlas creer que él es la víctima. **Su propósito es convencer a los demás de que ella está loca para que se enfoquen en sus ineptitudes y no en su abuso.**

5. Expectativas irrealistas

Él quiere que ella atienda todas sus necesidades. Él racionaliza que si ella realmente lo ama, ella podrá anticipar sus necesidades y satisfacerlas. Ella siempre debe estar dispuesta a hacer lo que es bueno para él. Él la hace sentir culpable cuando su vida no va de la manera que él piensa que debe ser y la culpa cuando algo va mal. Él espera que ella sacrifique todo para que sus sueños se vuelvan realidad. Él establece las reglas y normas, pero las cambia para complacer sus antojos y espera que ella las cumpla en todo momento. **Su propósito es degradarla y hacerla sentir incompetente, inadecuada, e insuficiente.**

6. Carácter variable

Las víctimas se confunden con el carácter variable de su abusador. A veces el abusador tiende a ser muy amoroso y compasivo, pero en otras ocasiones es odioso, vengativo, y criticón. Los abusadores a menudo varían de carácter incontroladamente, atribuyéndose una personalidad de Dr. Jekyll o Mr. Hyde. Algunas personas tal vez lo excusen como una enfermedad mental. Aunque es aparente que el abusador tiene un problema emocional, no está enfermo mentalmente pues puede controlar su ambiente y a las demás personas para que no vean su naturaleza abusiva. Además, la víctima frecuentemente se intimida por temor a que él caiga en su mal humor, así que trata de evitar que él se enoje. **Su propósito es mantenerla cerca de él al dar lo que ella más quiere—su amor y atención—cuando él decide que ella lo merece.**

7. Culpendo y humillando

Él la culpa junto a los demás por sus problemas, si es que admite tenerlos. Si se lo confronta con este comportamiento, se enoja y toma represalias y justifica sus sentimientos heridos atacando a ella y a los demás. Si comete un error, él dice que fue por ella u otra persona. También la culpa por sus sentimientos porque si ella “hace bien” o “dice bien” él no sería tan deficiente. Él la humilla hasta hacerle creer que ella es la causa de sus errores y que no sabe cómo tratar a un hombre. **Su propósito es hacer que ella y los demás sean responsables por su comportamiento; por lo tanto, “ella es la culpable” si él es abusivo.**

8. Abusivo sexualmente

Él la fuerza y trata de satisfacer sus necesidades sexuales a cualquier costo. Él demuestra poco o ningún interés por satisfacerla y tal vez hasta recurra a violarla. Él demanda sexo cuando ella está cansada o enferma. Él la insta a ver pornografía contra su voluntad para que ella “tenga ganas”. **Su propósito es hacerla temerosa y saber que es su propiedad.**

9. Expectativas rígidas de rol

A menudo él tiene sentimientos negativos contra las mujeres. Habla severamente acerca de ellas y las degrada. Las mujeres se amoldan a un mismo patrón: dependientes, sumisas, y dóciles, mientras que los hombres se amoldan a otro patrón: mandamás, responsable de toma de decisiones, dominante, y duro. **Su propósito es mantenerla esclava de un molde.**

10. Baja estima propia

Él tiene una estima propia pobre y se siente intimidado si su pareja es más competente o mejor calificada que él en cualquier aspecto. Él recurre a la humillación, los insultos, y otras formas de abuso dirigidos hacia ella. Él se siente insuficiente; por lo tanto, si él logra ponerse por encima de los demás, esto le dará un sentido de valor y dignidad propia. **Su propósito es humillar a los demás para sentirse mejor de sí mismo.**

11. Su hogar/historial de abuso

Él experimentó la violencia o atestiguó una situación abusiva en su niñez. Aprendió a obtener lo que quiere si usa tácticas de control o violencia. Tal vez presenció a su padre abusar de su madre, o él mismo fue abusado por un padre o sus hermanos, familiares, etc. Si él abusó de alguien en el pasado y no se le atribuyó consecuencias, es posible que lo haga otra vez. Dado a que no se censura su comportamiento, él cree que es normal. **Su propósito es continuar una manera de vida que parezca normal y le de los resultados deseados, porque tiene temor de que si cambia pierda el poder y el control.**

12. Crueldad y destrucción de propiedad

Él tiende a ser cruel hacia los animales y los castiga brutalmente o es insensible a su dolor o sufrimiento. Esta crueldad también puede demostrarse cuando él espera que los demás sean capaz de hacer cosas fuera de su habilidad. Por ejemplo, tal vez azote a un niño de un año por orinarse en su pañal. Destruirá la propiedad de la víctima y se irritará con el sentimentalismo de la víctima. **Su propósito es deshacerse de cualquier cosa que distraiga su autoridad.**

13. Hipersensibilidad

Él se insulta fácilmente y piensa que todos quieren “hacerle daño”. Ve las adversidades más leves como un ataque personal. Despotrica contra la injusticias que le han ocurrido, cosas que en realidad son parte de la vida, como el trabajar horas extras, recibir una multa de tráfico, tener que repetir una tarea, etc. **Su propósito es que lo vean perfecto o con una “vida ordenada” para esconder la falta de control que tiene sobre su propia vida y emociones.**

14. Intimidación

Él exhibe gestos que pueden llegar a la violencia física como golpear las paredes, tirar objetos, e insultar. Una víctima contó la historia de cómo

su abusador la intimidó a ella y a sus hijos para que lo obedecieran. Ella reportó que él nunca le pegó, pero descubrió que ella tenía planes de dejarlo. Un día él le dijo a ella y a sus tres hijos que se pusieran de pie frente a él. Tomó su mascota y le quebró su cuello, y le dijo a ella que si alguna vez lo dejaba, eso mismo le haría a ella y a los niños. Ella se intimidó tanto por su comportamiento que le tomó tiempo salir de esa relación. **Su propósito es nunca perder.**

15. Agresión desplazada

Inconsciente o conscientemente, él busca faltas en algo que no está relacionado a sus problemas actuales. En lugar de ver sus propias necesidades y problemas, él se enfoca en otras cosas, como en algo que ocurrió en el trabajo. Él comienza a racionalizar que no estuvo bien lo que su jefe dijo de él. Comienza a desarrollar su resentimiento y, en lugar de confrontar a su jefe, abusa a su compañero. **Su propósito es desquitar su enojo en aquellos a quienes controla en lugar de arriesgar ser sancionado por aquellos que él cree lo controlan.**

Es importante notar una vez más que las mujeres también son abusivas en un 25 por ciento de los casos reportados. Las mujeres que abusan a menudo manifiestan los mismos comportamientos que los hombres que abusan, mientras que las víctimas pueden exhibir las características de las mujeres víctimas. (¡Cualquiera puede ser un abusador o una víctima!)

La Víctima

Estas son las características de una víctima de abuso. Aunque el abuso previo o la baja estima propia pueden ser factores de riesgo para una víctima, cualquiera puede caer presa del abuso. La vergüenza, el desconcierto, o el temor por el bienestar de los niños pueden mantener a una víctima en la relación con el abusador. Los estudios también revelan que las mujeres que esperan que Dios las libre milagrosamente de tales relaciones sin tomar pasos decididos para ayudarse a sí mismas, están en alto riesgo de mantenerse en una relación abusiva.

1. Relación rápida

Ella probablemente ha sido herida en previas relaciones o no siente que es lo suficientemente buena para ser amada por quien es. Su estima propia es baja. Le es difícil protegerse. **Ella siente que si un hombre le presta intensa atención ella debe doblarse a sus demandas porque tal vez él sea su última o única oportunidad para una relación íntima o el matrimonio.**

2. Aislada

Ella siente que está sola y que nadie entiende su situación. Tiende a aislarse de la familia y los amigos por temor a enojar a su pareja. A menudo se siente incómoda alrededor de las personas, especialmente

personas de autoridad e individuos con personalidades fuertes y asertivas. **Aunque se aísla, teme al rechazo y el abandono.**

3. Se juzga a sí misma severamente

Ella perpetua mensajes negativos que escuchó de su familia de origen (o pareja) y se juzga a sí misma y a los demás severamente, basado en los mensajes sin corroborar si los mensajes son verdaderos o fieles. Siendo que a menudo se aísla de las amistades o la familia quienes podrían darle mensajes positivos acerca de su valor, ella solo tiene opiniones negativas de su abusador. **De muchas maneras ella se siente totalmente deficiente.**

4. Busca aprobación, afirmación, reconocimiento, y aceptación

Dado a su desespero por amor, aceptación, afirmación, y aprobación, ella hará cualquier cosa para que la gente la quiera. Ella se mantiene leal en situaciones y relaciones aun cuando la evidencia muestra que la lealtad es inmerecida, porque ella no desea herir a los demás. **A menudo ella atrae a personas con personalidades adictivas que no están emocionalmente disponibles.**

5. Culpabilidad

Vive su vida como una víctima, culpando a los demás de sus circunstancias, y le atrae las personas controladoras que quieren “hacerse cargo”. Ella confunde el amor con la lástima y tiende a amar a las personas a quienes puede cuidar o rescatar. **Por su deseo intenso de ser necesitada, ella interpreta la dependencia del abusador hacia ella como amor.**

6. Comportamiento súper-responsable o súper-irresponsable

Ella asume la responsabilidad de resolver los problemas de los demás o espera que los demás sean responsables de resolver los suyos. Esto no es de sorprendernos, siendo que su abusador le dice que lo que él hace es culpa de ella. Tal vez ella espere que otro—sea Dios u otra persona—la salve de su relación. **Ella evita responsabilizarse de su propia vida y decisiones.**

7. Co-dependiente

A ella se le dificulta la intimidad, la seguridad, la confianza, y el compromiso en sus relaciones. Siendo que el abusador la ha hecho objetivo de sus necesidades, deseos, y requisitos, ella a menudo pierde de vista quien es ella como individuo. **Careciendo de límites y barreras personales claras, ella queda atrapada en las necesidades de su pareja y emociones erráticas.**

8. Controladora

Una persona abusada tiene una fuerte necesidad de estar en control. El abusador la mantiene enfocada en demandas triviales como el horario de las comidas, el tipo de ropa que viste, o las reglas de la casa. Ella espera que si ella controla estas cosas cuidadosamente, ella no será abusada. Cuando su abusador la perjudica y critica la manera en que ha cumplido

con sus reglas, ella tal vez sienta que no hizo algo correctamente y llegue a ser más controladora de su entorno. **Ella reacciona de manera desmesurada hacia el cambio, especialmente hacia aquellas cosas por las cuales no tiene control. Es una manera de sobrevivir.**

9. Dependiente

Ella tiene una personalidad dependiente que le aterra el abandono, por lo tanto se mantiene en situaciones o relaciones que son dañinas para ella. Sus temores y dependencia la detienen de terminar relaciones no satisfactorias y le impiden entrar en relaciones satisfactorias. Siendo que se siente tan incapaz de infundir amor, le es difícil o imposible creer que alguien la pueda amar de verdad por quien es. Por lo tanto, hace todo lo que puede por complacer a los demás esperando ser lo suficientemente buena para merecer el amor de los demás. **A ella se le dificulta comprender y definir una relación saludable en la que se consideran y atienden sus necesidades.**

10. Niega los sentimientos

Ella niega, minimiza, o reprime sus sentimientos como resultado de una niñez traumática o una relación dolorosa en la que ahora se encuentra. Tal vez no se dé cuenta del impacto que tiene su incapacidad de identificar y expresar sus sentimientos en su edad adulta. Se le dificulta mantener una relación íntima. **A menudo se describe a sí misma como estúpida.**

11. Impotente y desesperanzada

La denegación, el aislamiento, el control, la vergüenza, y la culpabilidad infundada, son legados de su familia de origen. Como resultado de estos síntomas, ella se siente impotente y desesperanzada. Piensa de sí misma de maneras derrochadoras pues ha aprendido que nada de lo que ella realiza hará una diferencia. Ella cree que no puede hacer algo bien, y el abusador lo refuerza. **Ella cree que tiene poco o ningún poder y control sobre su propia vida y eventos externos que pueden impactarla.**

12. Impulsiva

Una mujer abusada a veces puede tomar una posición decisiva sin considerar seriamente los comportamientos alternativos o consecuencias posibles como resultado de sus acciones. Siendo que a menudo no se le permite tomar sus propias decisiones, hay ocasiones en que toma decisiones rápidas y desaconsejables dado a que no ha practicado tomarlas usando su propia voluntad. **A veces ella se frustra, se resiste, y se siente victimizada por parte de los demás.**

13. Seria y agobiada

Se le dificulta divertirse, especialmente si tuvo una niñez malsana. Considérese el temor de una persona si siente que tiene que responder diariamente por sus comportamientos, paraderos, y decisiones. **Las críticas constantes y las desilusiones a menudo drenan el gozo de la experiencia de su vida.**

EL CICLO DEL MALTRATO O EL ABUSO

Fase 1: Desarrollo de la tensión

1. Durante esta fase ocurren incidentes menores de maltrato. A menudo la víctima intenta calmar a su abusador, tratando de satisfacer todos sus caprichos. Ella se queda en el entorno y también cree que puede detener su enojo.
2. La víctima no está interesada en la realidad, pero desea detener el abuso. Niega su propio enojo y racionaliza la situación. Trata de controlar los eventos y a las demás personas en el entorno del abusador, tratando de evitar todos los incidentes que puedan provocar un ataque.
3. La tensión puede ser con la familia (finanzas, problemas de salud, niños, etc.) o del entorno (empleo o desempleo, miembros de familia, aislamiento, etc.). Aún las actividades que aparecen ser positivas, como un nuevo bebé, promoción de trabajo, etc. añaden estrés.
4. Tal vez ella posponga la violencia, pero no puede prevenirla. Si no hay salidas para su frustración o manera de enfrentar el enojo acumulado, la tensión se desarrolla hasta que el abusador explota.

Fase 2: Incidente de maltrato grave

1. En la fase de desarrollo de la tensión, hay un punto cuando la víctima ya no puede controlar su entorno. El proceso deja de responder a los controles y la predictibilidad. Tanto el abusador como la víctima se dan cuenta del ataque y liberan la tensión que se ha desarrollado, algo inevitable.
2. El abusador normalmente acepta el hecho de que su ira está fuera de control. Comienza pudiendo justificar su comportamiento por sí mismo y, en el mismo incidente, no entiende lo que ocurrió.
3. Un evento externo o estado inherente del abusador normalmente provoca esta fase.
4. La víctima a veces provoca un incidente de la Fase 2 para terminar de una vez, no porque le gusta que la maltraten, sino porque la tensión a veces se vuelve insoportable. Cuando esto ocurre, pueden haber estado juntos lo suficiente para reconocer algún ciclo de maltrato. La víctima sabe lo que seguirá después de la Fase 2.
5. Esta fase es más breve que la primera y tercera fases y normalmente ocurre en privado. La falta de control o predictibilidad caracterizan esta fase.
6. Los ataques son más serios. Razonar con el abusador o el silencio puede hacerlo enojar más. A menudo no puede detener el ataque, aun cuando

la víctima esté seriamente lastimada. Comúnmente esta es la fase en la que se llama a la policía u ocurre la muerte. ¡Este es el momento para una intervención!

7. Después del ataque, el ciclo prosigue a la Fase 3.

Fase 3: La luna de miel

1. La tensión que se desarrolló en la Fase 1 y se liberó en la Fase 2 desapareció. Este es el período de calma que tanto la víctima como el abusador invitan.
2. El abusador exhibe un comportamiento encantador, amoroso, bondadoso, y contrito (Jekyll/Hyde). Cree que nunca más lastimará a su víctima porque le ha enseñado una lección. Convince a todos de que él es sincero. A menudo suplica perdón. También es encantador, la víctima fácilmente cree verlo como una persona nueva o real. Ahora la víctima está más vulnerable y tiene un sentido falso de esperanza porque ella quiere creerle. A menudo ella se siente sola.
3. Si la víctima se va: Respondiendo a su escape, el abusador intensifica su intento por contactarla. Suplica su perdón y hace varias promesas. El abusador busca ayuda (consejo, religión), pensando que así podrá recuperarla y a menudo enlista a amistades, familiares, y cualquier persona (incluyendo pastores) que le ayuden a aferrarse de la víctima. Siendo que ellos creen en su sinceridad, a menudo obran para unir a la pareja y hacer que la víctima se sienta culpable por haberse ido. Si la víctima regresa a casa demasiado pronto, el abusador termina la consejería, deja de ir a la iglesia, etc., y el maltrato continua mientras la relación se reanuda.
4. Cuando la víctima se queda durante esta fase, la relación sexual es intensa y los une.
5. Cuando esta fase termina, la pareja avanza de nuevo a la Fase 1 y se repite el ciclo.

EL TIEMPO VARÍA EN CADA FASE; LA VIOLENCIA SE INTENSIFICA; LA ESTIMA PROPIA DE TODOS LOS INVOLUCRADOS DISMINUYE.

FORMAS DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

La violencia doméstica abarca una gran diversidad de tipos de abuso. Generalmente, los incidentes no ocurren una sola vez, sino pueden verse como parte de un patrón coercitivo de comportamientos controladores. No todos los comportamientos caen necesariamente dentro de la ley criminal. Dado que las estadísticas indican que el gran porcentaje de abusadores son hombres, nos referimos al abusador como él y a la víctima como ella. Sin embargo, cualquiera puede ser el abusador o el abusado.

Físico

- Abofetearla
- Empujarla
- Empujarla escaleras abajo
- Patear o golpearla
- Golpearla con objetos
- Restringir o sujetarla a la fuerza
- Golpearle la cabeza contra la pared o piso
- Amorrarle los ojos
- Morderla
- Quebrarle los huesos
- Quemarla
- Escaldarla
- Sacudirla
- Asfixiar o ahogarla
- Amarrarle las manos y/o los pies
- Arrojarle objetos
- Usar armas contra ella
- Apuñalarla
- Desnudarla
- Forzarla a beber alcohol o tomar drogas
- Retenerle los medicamentos
- Negarle el cuidado a los ancianos
- Mantener su cabeza bajo agua

Sexual

- Violarla
- Insistir en tener relaciones sexuales en cualquier momento o lugar
- Negarle la relación sexual
- Tener otra relación para humillarla
- Tener relaciones sexuales con otra persona delante de ella
- Negar o criticar la sexualidad de ella

- Esperar que ella tenga relación sexual con él después de haberla abusado
- Forzarla a cometer actos sexuales que a ella no le agradan
- Forzarla a ver pornografía
- Forzarla a actividades masoquistas
- Forzarla a realizar actos sexuales con otras personas o frente a ellas
- Negarle acceso a la anticoncepción
- Forzar un abuso
- Abusar sexualmente a los hijos de ella

Intimidación

- Atemorizarla con sus miradas, acciones, y gestos
- Romper objetos o posesiones de valor
- Conducir peligrosamente
- Ser violento con los demás para enseñarle a ella una lección
- Lastimar a los hijos o mascota de ella
- Contar historias de cómo él ha lastimado a otros
- Mantenerla encerrada con llave en un cuarto
- Quitarle sus posesiones o ropa
- Intimidar a los demás para que no intervengan
- Acosarla después de la separación

Amenazas

- Escribirle cartas o hacerle llamadas telefónicas amenazantes
- Evitar que ella use el teléfono

- Burlarse de ella o humillarla
- Amenazarla con violencia física o sexual
- Amenazarla con armas u objetos
- Amenazarla con matarla
- Amenazarla con quitarle sus hijos
- Amenazarla con lastimar a sus seres queridos o mascota
- Amenazarla con autolesiones
- Amenazarla con deportarla
- Amenazarla con excluirla de su familia o comunidad
- Amenazarla con hacerla perder su trabajo
- Exponer cosas por las cuales ella se avergüenza

Aislamiento

- Restringir su movimiento
- Impedirle que cumpla con sus compromisos
- Regularle sus movimientos
- Acompañarla o seguirla a todo lugar
- Tomar decisiones por ella
- Hacerla trabajar horas largas
- Impedirle que trabaje
- Aislarla de sus amistades y familiares
- Hacer que sus amistades o familiares tengan temor de contactarla
- Hacer que su familia y amistades se vuelvan contra ella
- Aislarla de su comunidad
- Decirle que nadie se preocupa por ella
- Quitarle sus documentos, papeles, o pasaporte
- Decirle a sus hijos mentiras acerca de ella
- Hacer que le quiten sus hijos
- Ser obsesivamente posesivo o celoso
- Impedirle su privacidad
- Impedirle que se vaya o escape

Mental/Psicológico

- Hacer que ponga las cosas en su orden exacto
- Encontrarle tareas triviales interminables para realizar
- Hacerla rehacer tareas después de encontrar faltas en lo que hizo
- Imponerle una rutina solo para cambiarla en cualquier momento
- Impedirle que duerma, coma, use el baño
- Distanciarle su cariño
- Ignorarla
- Interrogarla repetidamente
- Comportarse imprevisiblemente
- Romper continuamente sus promesas
- Obligarla a hacer cosas que no quiere para probar su amor

Económico

- Prevenirle conseguir o mantener un trabajo
- Prevenirle estudiar
- Destruir su trabajo
- Quitarle su dinero
- Negarle el dinero
- Demandarle los recibos de todos sus gastos
- Hacerla que pida o suplique por dinero
- Mantenerla mal informada acerca de sus derechos
- Incurrir deudas y esperar que ella las pague
- Forzarla a cometer un fraude
- No tener su nombre en las cuentas bancarias o préstamos
- Impedirle expedir cheques

Verbal

- Gritar o vociferarle
- Insultarle
- Socavarla
- Decirle qué vestir
- Criticar sus habilidades

- Decirle que está loca, es fea, estúpida, no tiene valor, es mala madre, etc.
- Hacer que acepte que el comportamiento de él es normal
- Decirle que nadie le creerá
- Decirle que él la abusa porque la ama

Minimizar/Negación

- Minimizar el daño que ha causado
- Negar que ocurrió un abuso
- Decirle que es su culpa

Espiritual/Religioso

- Hacerla sentir que es su deber cristiano quedarse en la relación
- Usar la Biblia para justificar el abuso
- Usar la Biblia para defender la superioridad del hombre
- Falta de respeto por el liderazgo femenino de la iglesia
- Representar a Dios como vengativo y cruel

VERSÍCULOS TERGIVERSADOS PARA JUSTIFICAR LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

Las víctimas cristianas a menudo se quedan en relaciones abusivas porque se interpreta o se aplica erróneamente la Biblia desde el púlpito sin que, al parecer, haya otra opción.

“Porque el marido es cabeza de la mujer” (Efesios 5:23).

“Lo que Dios juntó, no lo separe el hombre” (Mateo 19:6).

“Vuélvele la otra mejilla” (Mateo 5:38, 39).

“Haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan” (Mateo 5:44).

“Vuestras mujeres callen en las congregaciones” (1 Corintios 14:34).

“Así que, como la iglesia está sujeta a Cristo, así también las casadas lo estén a sus maridos en todo” (Efesios 5:24).

“Asimismo vosotras, mujeres, estad sujetas a vuestros maridos” (1 Pedro 3:1).

“Perdonad, y seréis perdonados” (Lucas 6:37).

“Y la mujer respete a su marido” (Efesios 5:33).

“Las casadas estén sujetas a sus propios maridos” (Efesios 5:22).

“La mujer no tiene potestad sobre su propio cuerpo, sino el marido” (1 Corintios 7:4).

VERSÍCULOS PARA LAS RELACIONES LIBRE DE ABUSO

Abuso físico

“Así también los maridos deben amar a sus mujeres como a sus mismos cuerpos. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama. Porque nadie aborreció jamás a su propia carne, sino que la sustenta y la cuida, como también Cristo a la iglesia” (Efesios 5:28, 29).

“Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma” (3 Juan 1:2).

Abuso emocional

“Vosotros, maridos, igualmente, vivid con ellas sabiamente, dando honor a la mujer como a vaso más frágil, y como a coherederas de la gracia de la vida, para que vuestras oraciones no tengan estorbo” (1 Pedro 3:7).

Abuso económico

“Porque si alguno no provee para los suyos, y mayormente para los de su casa, ha negado la fe, y es peor que un incrédulo” (1 Timoteo 5:8).

Abuso sexual

“Someteos unos a otros en el temor de Dios” (Efesios 5:21).

Usando a los niños

“Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor” (Efesios 6:4).

Amenazas

“Finalmente, sed todos de un mismo sentir, compasivos, amándoos fraternalmente, misericordiosos, amigables no devolviendo mal por mal, ni maldición por maldición” (1 Pedro 3:8, 9).

Usando el privilegio del hombre

“Así también los maridos deben amar a sus mujeres como a sus mismos cuerpos” (Efesios 5:28).

Intimidación

“Apártese del mal, y haga el bien; busque la paz, y sígala. Porque los ojos del Señor están sobre los justos, y sus oídos atentos a sus oraciones; pero el rostro del Señor está contra aquellos que hacen el mal” (1 Pedro 3:11, 12).

VERSÍCULOS LIBERADORES PARA LAS VÍCTIMAS

“Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio” (2 Timoteo 1:7).

“Porque yo sé los pensamientos que tengo acerca de vosotros, dice Jehová, pensamientos de paz, y no de mal, para daros el fin que esperáis” (Jeremías 29:11).

“Porque los montes se moverán, y los collados temblarán, pero no se apartará de ti mi misericordia, ni el pacto de mi paz se quebrantará, dijo Jehová, el que tiene misericordia de ti” (Isaías 54:10).

“Tendrás confianza, porque hay esperanza; mirarás alrededor, y dormirás seguro. Te acostarás, y no habrá quien te espante...” (Job 11:18, 19).

“La paz os dejo, mi paz os doy; yo no os la doy como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo...” (Juan 14:27).

“Con amor eterno te he amado; por tanto, te prolongué mi misericordia” (Jeremías 31:3).

“Hazme oír por la mañana tu misericordia, porque en ti he confiado; hazme saber el camino por donde ande, porque a ti he elevado mi alma” (Salmos 143:8-11).

“Mas tú, Jehová, eres escudo alrededor de mí; mi gloria, y el que levanta mi cabeza” (Salmos 3:3).

“Los que miraron a él fueron alumbrados, y sus rostros no fueron avergonzados” (Salmos 34:5).

“No temas, pues no serás confundida; y no te avergüences, porque no serás afrentada, sino que te olvidarás de la vergüenza de tu juventud, y de la afrenta de tu viudez no tendrás más memoria” (Isaías 54:4).

“Ninguna arma forjada contra ti prosperará, y condenarás toda lengua que se levante contra ti en juicio. Esta es la herencia de los siervos de Jehová, y su salvación de mí vendrá” (Isaías 54:17).

VERSÍCULOS LIBERADORES PARA LOS ABUSADORES

“Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo” (Efesios 4:32).

“Amaos los unos a los otros con amor fraternal; en cuanto a honra, prefiriéndoos los unos a los otros” (Romanos 12:10).

“Vestíos, pues, como escogidos de Dios, santos y amados, de entrañable misericordia, de benignidad, de humildad, de mansedumbre, de paciencia; soportándoos unos a otros, y perdonándoos unos a otros si alguno tuviere queja contra otro. De la manera que Cristo os perdonó, así también hacedlo vosotros” (Colosenses 3:12, 13).

“A la piedad, afecto fraternal; y al afecto fraternal, amor” (2 Pedro 1:7).

“Hijitos míos, no amemos de palabra ni de lengua, sino de hecho y en verdad” (1 Juan 3:18).

“¿No debías tú también tener misericordia de tu consiervo, como yo tuve misericordia de ti?” (Mateo 18:33).

“Si es posible, en cuanto dependa de vosotros, estad en paz con todos los hombres (Romanos 12:18).

“Así que, sigamos lo que contribuye a la paz y a la mutua edificación” (Romanos 14:19).

“Pero la sabiduría que es de lo alto es primeramente pura, después pacífica, amable, benigna, llena de misericordia y de buenos frutos, sin incertidumbre ni hipocresía” (Santiago 3:17).

“Y considerémonos unos a otros para estimularnos al amor y a las buenas obras” (Hebreos 10:24).

“Sed todos de un mismo sentir, compasivos, amándoos fraternalmente, misericordiosos, amigables” (1 Pedro 3:8).

“Por lo demás, hermanos, tened gozo, perfeccionaos, consolaos, sed de un mismo sentir, y vivid en paz; y el Dios de paz y de amor estará con vosotros” (2 Corintios 13:11).

CÓMO JUSTIFICAMOS LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

Justificamos la violencia doméstica cuando prestamos oídos sordos al clamor de las personas lastimadas.

Perpetuamos su continuación cuando enterramos nuestra cabeza en la arena y pretendemos que no existe en “mi hogar o iglesia”.

Perpetuamos la violencia doméstica cuando no tomamos responsabilidad personal en cuanto a nuestro enojo irresuelto como resultado de nuestras propias heridas y dolores, o cuando negamos la ayuda profesional y atacamos a los demás.

Cuando las mujeres mayores permanecen en una relación abusiva, transmiten un mensaje a las mujeres más jóvenes que está bien recibir el abuso por el bien de los niños, el matrimonio, o la iglesia.

Cuando los hombres mayores muestran poco o ningún respeto a las mujeres o hacen comentarios despectivos hacia las funciones y cuerpos de las mujeres, ellos fomentan el menosprecio hacia las mujeres.

Los padres contribuyen al ciclo intergeneracional de abuso cuando ellos se victimizan el uno al otro y no modelan comportamientos saludables en el hogar ni crean ambientes seguros en donde sus hijos puedan crecer y florecer.

Los pastores perpetúan una experiencia y ambiente religioso abusivo e inseguro para los miembros de la iglesia cuando abusan a su congregación y mantienen el poder y el control sobre la iglesia.

Los administradores y líderes de la iglesia perpetúan los sistemas abusivos de adoración y gobierno eclesiástico cuando fallan en hacer responsable al abusador de sus acciones permitiéndole transferirse de un distrito a otro sin obtener ayuda profesional para tratar con sus problemas, o cuando no proveen programas educativos para tratar el problema.

Los estudiantes recuerdan un sistema abusivo y controlador de educación cuando los maestros y educadores son irrespetuosos hacia sus estudiantes devaluando sus opiniones, pensamientos, y expresiones.

Los líderes y miembros de la iglesia contribuyen al predominio de la violencia doméstica cuando no apoyan financieramente (u de otra manera) los programas, servicios, o facilidades que proveen seguridad, sanidad, y recursos para las víctimas y los abusadores.

Inadvertidamente incitamos a las personas a que se queden en la relación o se vayan de la iglesia cuando las aislamos, criticamos, condenamos, marginamos, desasociamos o desmoralizamos por haber salido de una relación o considerado el divorcio por causa de violencia doméstica.

Cuando guardamos silencio

“El silencio significa consentimiento”. –Autor desconocido

“El silencio se vuelve un crimen cuando justificamos la maldad”. –Autor desconocido

“Al final, no recordamos las palabras de nuestros enemigos, sino el silencio de nuestros amigos”. –Martin Luther King, Jr.

“Las declaraciones más profundas se dicen a menudo en silencio”. –Lynn Johnston

“Sin decir nada, a veces dices más”. –Emily Dickinson

EFFECTOS DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

Sobre las mujeres

- Aislamiento de los demás
- Depresión
- Incrementa el uso de alcohol y drogas
- Pérdida de tiempo laboral, productividad reducida
- Problemas emocionales
- Baja estima o respeto propio
- Enfermedad
- Reprimir de enojo
- Dolor y heridas
- Daño físico permanente
- Impotencia
- Pobreza
- Actitud de mártir
- Muerte
- Trastornos físicos o alimenticios

Sobre los niños

- Retraso en el desarrollo
- Problemas emocionales
- Baja estima o respeto propio
- Enfermedad
- Aumento de temor/enojo
- Comportamiento abusivo repetido
- Pseudo madurez
- Absentismo
- Pobres habilidades de comunicación
- Malas calificaciones
- Confusión de roles de identidad
- Falta de respeto hacia la autoridad
- Problemas de salud
- Promiscuidad

Sobre los hombres

- Aumento en la creencia que el poder y el control se validan legítimamente con la violencia
- Aumento en comportamiento violento
- Aumento de contacto con los cuerpos policiales
- Problemas emocionales

- Disminución de estima o respeto propio

Sobre la comunidad

- Aumento de crimen
- Aumento en los costos legales, policiales, médicos, y consejería
- Costo de prisión
- Pérdida de tiempo laboral
- Perpetuación de ciclo generacional de violencia
- Disminución general en la calidad de vida
- Disolución de la estructura y función de una familia

Sobre la iglesia

- Pérdida de fe/iglesia por falta de creer y proteger a las víctimas
- Creencia en que Dios no se interesa por las víctimas
- Creencia en que Dios respeta a las personas con autoridad y poder
- Malinterpretar el amor de Dios hacia sus hijos
- Tergiversar los textos bíblicos que perpetúan conceptos erróneos de primacía, sumisión, reglas, y roles
- Demandas judiciales
- Desilusión con la iglesia y sus prácticas de doctrinas
- Espíritu de críticas, perfeccionismo, y actitudes moralistas
- Falta de confianza en el liderazgo
- Falta de respeto hacia el liderazgo
- Mundanalidad
- Falta de fe en la hermandad de Cristo
- La iglesia es vista como más interesada en las reglas y las tradiciones que en los principios
- La iglesia es vista valorando a las personas/miembros por lo que hacen (o pueden hacer) por la iglesia y no por lo que son (o pueden ser) en el Señor

LA RESPUESTA PERSONAL Y COMUNITARIA ANTE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

“El tratamiento para las familias que experimentan la violencia y el abuso requiere la integración de las necesidades de la persona integral. Por lo tanto, no se puede enfatizar demasiado la importancia de desarrollar una comprensión y cooperación compartida entre los asistentes seculares y religiosos que tratan la violencia en la familia (Marie M. Fortune, “A Workshop Manual for Clergy and Other Service Providers,” publicado por Center for the Prevention of Sexual and Domestic Violence)

- Edúquese a sí mismo y percátese de las dinámicas de la violencia doméstica: lea libros, vea videos, asista a talleres y seminarios, etc.
- Tome la iniciativa de contactar y ayudar con programas en su área que provean seguridad, activismo, y apoyo, al igual que otros servicios necesarios para las víctimas e instigadores.
- Promueva una respuesta a la violencia enfocada en la víctima y acceso a los recursos comunitarios.
- Tenga por responsables a los infractores.
- Asegure que todas las comunidades afectadas por la violencia doméstica, incluyendo las poblaciones inmerecidas, tengan una voz y acceso a las respuestas y recursos culturalmente apropiados
- Promueva una posición colectiva de concienciación sobre la violencia doméstica como un problema comunitario y responsabilidad comunitaria para prevenirla y protocolos de intervención cuando ello ocurra.
- Establezca una respuesta comunitaria coordinada ante la violencia doméstica que incluya representantes del cuerpo policiaco, sistema escolar, profesionales de la salud mental, abogado fiscal, servicios de protección del niño, clero, profesionales de la salud, defensores de las víctimas, programas para los ofensores y abuso a personas de la tercera edad, políticos, y supervisores de libertad condicional.
- Contacte a sus representantes locales para asegurar que se instituyan y se cumplan leyes que ayuden a prevenir la violencia doméstica, provean seguridad y servicios para las víctimas, y responsabilicen a los abusadores.

PLAN DE SEGURIDAD PARA LAS VÍCTIMAS CON ORDEN DE PROTECCIÓN

- Vaya a la corte (oficina del secretario municipal) y presente una orden de protección personal (Personal Protection Order o PPO).
- Cuando sea posible, lleve con usted a la corte a un testigo, además de un miembro de la familia, ya que la corte puede suponer que los miembros de la familia pueden mentir por usted.
- Mantenga un diario y documente cada violación por parte del abusador.

- Llame a la policía cada vez que el abusador viole la orden de protección personal (PPO).
- Haga contacto con el mundo exterior. Por ejemplo: vecinos, miembros de la iglesia, facultad de la escuela, colegas del trabajo. Entregue copias de su PPO a su empleador, escuela de los niños, etc. No permita que sus niños salgan de la escuela a menos que la persona que los busque tenga la clave correcta.
- Establezca un sistema que le ayudará si el abusador llega a su casa.
- Cambie sus rutinas diariamente, su número de teléfono, y sus cerraduras.
- Establezca un código con sus niños para que llamen al 911 o vayan a la casa del vecino en caso de una emergencia.

PLAN DE SEGURIDAD PARA LAS VÍCTIMAS QUE SALEN DE UNA RELACIÓN ABUSIVA

- Reúna todos los papeles importantes incluyendo: actas de nacimiento, prescripciones, actas de matrimonio, tarjetas de Medicaid, tarjetas del Seguro Social, declaración de impuestos, recibo de nómina del cónyuge, registros de tarjetas de crédito.
- Tenga un lugar seguro a donde ir.
- Haga un juego de llaves extra o deje llaves y papeles importantes con un amigo o familiar en quien confía.
- Guarde dinero y escóndalo o déselo a un amigo o familiar para que se lo guarde.
- Asegure transporte.
- Cree un sistema de señales con un amigo designado para dejarle saber cuándo "es momento" o llamar a la policía.
- Váyase cuando el abusador no esté en casa.
- No le diga al abusador que usted tiene planes de irse.

PLAN DE SEGURIDAD PARA LAS VÍCTIMAS QUE PERMANECEN EN UNA RELACIÓN ABUSIVA

- Desarrolle un plan de seguridad para el futuro en caso de que necesite dejar la situación abusiva.
- Como parte de un plan de seguridad, asegure dinero, ropa, identificación, papeles legales, etc., y escóndalos en un lugar seguro.
- Asista a grupos de apoyo para víctimas.
- En lo posible, no se aisle.
- Recuerde que a menos que haya una forma de intervención, el ciclo de violencia seguramente continuará.

RECURSOS NACIONALES

Varios de los siguientes recursos están disponibles en español

National Coalition Against Domestic Violence
www.ncadv.org/learn-more/resources

[alianza nacional contra la violencia doméstica]
Desplazar hasta la mitad para los recursos latinos

National Clearing House on Child Abuse and Neglect
 [centro de proceso de información de maltrato y descuido infantil]
 800-394-3366 [en español]

Prevent Child Abuse America
 [prevención de maltrato infantil América]
 800-244-5373 [en español]

National Council on Child Abuse and Family Violence Helpline
 [línea de ayuda del consejo nacional de maltrato infantil y violencia doméstica]
 800-222-2000

National Domestic Violence Hotline www.thehotline.org
 [línea nacional de violencia doméstica]
 800-799-7233, 800-787-3224 [en español]

National Victims Center
 [centro nacional para víctimas]
 800-394-2255

National Sexual Violence Resource Center www.nsvrc.org
 [centro de recurso nacional de violencia sexual]
 877-739-3895 [en español]

Faith Trust Institute www.faithtrustinstitute.org
 [instituto fe confianza]
 206-634-1903

Mable C. Dunbar es la fundadora y presidente de Women's Healing and Empowerment Network (W.H.E. Network), una organización sin lucros que provee una respuesta cristiana ante la violencia doméstica. Ella posee un doctorado en mediación familiar y es consejera profesional con licencia, terapeuta certificada conductual/cognitiva, consejera certificada de violencia doméstica, y especialista de intervención en crisis. Para más información acerca de W.H.E. Network, comuníquese con Mable Dunbar al 509-323-2123, envíe un correo electrónico a info@whennetwork.com o visite www.whennetwork.com.



*Al final, no recordamos las palabras de nuestros
enemigos, sino el silencio de nuestros amigos.*

–Martin Luther King, Jr.

enditnow[®]
Break the Silence About Abuse

www.EndItNowNorthAmerica.org

Línea Nacional de Violencia Doméstica

EEUU: 800-799-SAFE [7233] Canadá: 800-363-9010



Un ministerio para cada mujer

Impreso y distribuido por el Departamento del Ministerio de la Mujer de la
División Norteamericana de la Iglesia Adventista del Séptimo Día

Puede solicitar copias adicionales por correo electrónico a wmassistant@nad.adventist.org