

El Ciclo de Violencia:

Este ciclo tiene tres etapas cuales repita el modelo continuamente mas frecuentemente y la violencia usualmente suba en gravedad.

1. Fase de Acumulación de Tensión

La fase de acumulación de tensión siente como caminando con pies de plomo. Hay abuso emocional, intimidación, amenazas y abuso físico mínimo. El miedo a la violencia es a menudo tan coercitivo como la violencia misma.

2. Violencia/Explosión

Esto es el episodio violento actual. Esto incluye abuso físico o sexual o destrucción de propiedades. ¡UNA CRIMEN ES COMETIDO!

3. El Periodo de “La Luna de Miel”

El Periodo de “La Luna de Miel” es cuando el abusador actúa diferente después de los episodios violentos. Abusadores ignoran o niegan la violencia, hechan la culpa en Ud. o talvez actúan arrepentido. La luna de miel es un intento para entrarle otra vez en la relación.

Contact Information

West Tennessee Legal Services
210 W. Main Street
Jackson, TN 38301
731-423-0616
1-800-372-8346
www.wtls.org

Dyersburg Office
208 S. Church Street
Dyersburg, TN 38024

Huntingdon Office
113 W. Paris Street
Huntingdon, TN 38344

Selmer Office
141 N. Third Street
Selmer, TN 38375

Other resources

Wo/Men's Resource and Rape Assistance
Program (WRAP)
1-800-273-8712

Tennessee Domestic Violence Hotline
1-800-356-6767

Pathways
1-800-372-0693

Este proyecto esta financiado bajo un acuerdo con el Estado de Tennessee.

LSC America's Partner
for Equal Justice
LEGAL SERVICES CORPORATION

WEST TENNESSEE
LEGAL SERVICES

Violencia Doméstica

Reconócelo! Acabalo!



West Tennessee Legal Services (WTLS) no discrimina por base de edad, raza, color, religión, origen nacional, sexo, o estatus de incapacidad. Si Ud. siente que han discriminado contra ud., puedes hacer una queja a

WTLS EEOC Officer 210 W. Main Street Jackson, TN 38301

¿Qué es la Violencia Doméstica?

La violencia doméstica es un patrón de comportamiento abusivo y / o coercitivo utilizado para ganar o mantener el poder y el control de otra persona. Puede incluir actos ilegales y legales que socavan el sentido de seguridad, sí mismo, y libre albedrío de la víctima. La violencia doméstica incluye el abuso de la pareja íntima y el abuso infantil.

Violencia Domestica la lista de advertencias

Cuantas más señales haya lo más peligrosa puede ser la situación.

- Abuso Verbal
- Tácticas de presión
- Abuso de autoridad
- Irrespeto
- Quebrando promesas
- Retención emocional
- Minimizar, negar o culpar
- Control Económico
- Comportamiento autodestructivo
- Abusar de la confianza
- Aislamiento
- Acoso
- Intimidación
- Destrucción de propiedad
- Violencia sexual
- Violencia física
- Armas

LISTA DE SEGURIDAD

- Cambié las cerraduras y puse cerrojos.
- Siempre pondre mi bolso y/o mi cartera en el mismo lugar todos los días.
- Escondí objetos filosos y armas.
- Guardé todos mis documentos importantes.
- Los teléfonos son cargadas y disponibles.
- Mantendré récords, fotos, textos, y mensajes precisos.
- Se donde iremos en una emergencia.
- Llamare la policía si el abusador me contacta, me amenaza, me siga o tiene otros hacerlo.
- Se quien my ayduara en una crisis.
- He practicado mi plan de escape con mis hijos.
- Explique mi situación a personas de confianza.
- Seré consciente de mi entorno.
- Enseñé los niños que hacer si el abusador llega a la casa, su escuela/guardería.
- Mantengo suficiente gas en mi carro.
- Enseñé los niños como llamar a la policía.
- Dije a su escuela y/o guardería quien tiene permiso levantar mis hijos.
- Di una copia de mis papeles sobre custodia y/o mi Orden de Protección a la escuela y/o guardería.
- La seguridad mía y de mis hijos vale más que todo.
- Tengo una bolsa de emergencia escondida con ropa, necisidades, dinero, tarjetas de crédito y débito, cheques, y llaves extras. Siempre la guardo en el mismo lugar.
- Cuando siento que volvere al abuso hablare con mis amigos, familia o terapeuta por apoyo.
- Decidiré si estoy más seguro quedándome o saliendo

El abuso no es mi culpa. No merezco ser maltratada(o).