

## Donde buscar Ayuda

### La Iglesia Católica:

- ◆ El clero que prepara a parejas para el matrimonio. Si tomaste FOCCUS, algunos de estos temas han sido mencionados.
- ◆ Caridades Católicas, Consejería 404-733-3528
- ◆ "Cuando pido Ayuda" (por los Obispos Católicos) Una respuesta Pastoral a la Violencia Doméstica Contra la Mujer [www.usccb.org/issues-and-action/marriage-and-family/marriage/domestic-violence](http://www.usccb.org/issues-and-action/marriage-and-family/marriage/domestic-violence)

### Recursos de Violencia Doméstica:

- ◆ Domestic Violence Line (Spanish) 404-413-6348
- ◆ Caminar Latino [www.caminarlatino.org](http://www.caminarlatino.org)
- ◆ La Línea Nacional sobre Violencia Doméstica 1-800-799-SAFE (7233) 1-800-787-3224 (TTY) <http://www.ndvh.org/espanol/help/index.html>

### Para ayuda en Español y otros idiomas:

- ◆ Casa Internacional para Mujeres línea las 24 Horas 770-413-5557
- ◆ Tapestry, Inc. 404-299-2185 ext. 13
- ◆ United Way 211

**Si estas en peligro,  
llama a la policía al 911**



## Revisa tu Relación en Caso de Abuso

- ◆ ¿Tu pareja te avergüenza o minimiza delante de la gente, te critica con frecuencia, y critica tus sueños y esperanzas?
- ◆ ¿Te dice que no vales nada, que eres incompetente incapaz de hacer o pensar por ti misma?
- ◆ ¿Te revisan con frecuencia, desconfía, acusa de infidelidad o falta de lealtad sin haber causa?
- ◆ ¿Te culpa tu pareja de su comportamiento o de cómo se siente?
- ◆ ¿Te encuentras cuidando siempre de lo que dices o haces, para que tu pareja no pierda el control o que nunca haces nada bueno para complacerlo?
- ◆ ¿Has perdido el contacto con tus amistades o familia por complacer a tu pareja?
- ◆ ¿Te das por vencida en vez de causar problema?
- ◆ ¿Crees que nadie mas te va a tolerar?
- ◆ ¿Has sido forzado/a por violencia o amenaza a hacer algo que no quieres hacer?
- ◆ ¿Te sientes responsable por el constante cambio de temperamento de tu pareja o su problema con el uso de alcohol o drogas?
- ◆ ¿Tienes miedo por tu seguridad o sanidad, y sin embargo sigues pensando que tu pareja va a cambiar sólo si lo quieres un poco mas?
- ◆ ¿Te preocupa tu seguridad si te vas?
- ◆ ¿Crees que tu pareja tiene el derecho de hacerte daño porque así es en tu familia o porque tu crees que Dios así lo quiere?

*Si algunas o todas estas cosas mencionadas describen tu relación, busca ayuda inmediata.*

# Preparación Matrimonial y la Violencia Doméstica

*Amate Cómo Dios te ama*



### Arquidiócesis de Atlanta

Oficina de Formación y Discipulado  
2401 Lake Park Drive, SE  
Smyrna, GA 30080  
404-920-7620  
ofd@archatl.com

# La Iglesia Católica condena cualquier forma de Violencia Doméstica

## Ahora es el tiempo de pensar en ello. . .

La preparación para el matrimonio es el tiempo apropiado para examinar su relación y decidir si esta persona, como es hoy, es la persona a la que te quieres unir para el resto de tu vida en el sacramento del matrimonio.

Si tienes cualquier duda del modo en que has sido tratado/a en tu relación, o has sido aconsejado/a por alguien en quien tu confías de que no has sido tratado/a con dignidad, o tienes historial familiar de abuso, ahora es el tiempo de evaluarlo seriamente.

La violencia doméstica puede tomar muchas formas: emocional, psicológica, económica, física y sexual. Frecuentemente se empeora en lugar de mejorarse. El patrón de comportamiento que uno aprendió de niño/a puede ayudar a cambiar. Las personas abusadoras no se reforman sólo por el matrimonio. Ellos/as se reforman sólo cuando aceptan responsabilidad por sus acciones, se arrepienten y cambian su propio comportamiento.

## Si no estás seguro/a de quién está causando el problema...

Habla con alguien en quien confías y te desea lo mejor. Una de las armas más poderosas que usa el abusador para que el continúe es que el/la te trate de convencer que tu opinión tiene muy poco valor, que eres inepto/a o estúpido/a y que cualquier problema que existe es por tu culpa. Esto lleva a que gradualmente te alejes de la familia, o amigos que no estén de acuerdo. Tu puedes llegar a pensar que no tienes a nadie en quien apoyarte excepto tu abusador/a. Esto es incorrecto y te puede atrapar en un ciclo de abuso que puede tener efectos en tí y en tus niños por mucho tiempo.

## Si eres abusador/a....

Tal vez amas a esta persona de quien abusas con todo tu corazón y sin embargo lo/a tratas mal. Insultos, amenazas, forzarlos a que hagan tu voluntad sin pensar en sus deseos, violencia física o sexual.

Quizás te sientes mal después de un incidente y prometes que nunca más se va a repetir. Pero las



El círculo del abuso:  
comportamiento abusivo →  
remordimiento →  
ciclo de luna de miel →  
crece la tensión →  
más abuso

tensiones van aumentando y caes de nuevo. Puede ser que eventualmente tu puedas justificar que el herir a la persona que amas es correcto o necesario.

Esto es incorrecto y no se puede mantener un matrimonio feliz y saludable. El hecho de haberte casado no cambiará tu comportamiento. Y nada que tu pareja haga o diga es una justificación para causarle dolor o humillación.

Los Obispos Católicos también condenan el uso de las escrituras o religión para justificar el abuso y la dominación. Si este círculo te describe a tí...si has sido aconsejado/a a que cambies...si tienes tu propia historia de haber sido expuesto/a al abuso...busca ayuda y orientación antes de

*... Jesús nos dijo que perdonemos no siete sino setenta veces siete. Pero Él nunca quiso que con esto se justifique que una persona le haga daño a otra.*

*Aunque tu perdones, tu eres responsable ante Dios de mantenerte seguro en cuerpo y mente. La Iglesia no demanda que tu sigas siendo maltratado por tratar de obtener una reconciliación.*