

La/o
invitamos a firmar este
**acuerdo individual
de paz** como un
paso hacia la **promoción de
la paz en el hogar** y en la
comunidad.

Una mezcla de
**educación, relaciones
cambiantes, negociación
y diálogo** es necesaria para
lograr la
transformación personal
y
social reflejada en este
**Acuerdo Individual de
Paz.**

ACUERDO INDIVIDUAL DE PAZ

A partir de hoy comenzaré a:

- 1) Reconocer y aceptar la responsabilidad de no practicar siempre comportamientos saludables en todas mis relaciones.
- 2) Poner fin de inmediato a cualquier forma de violencia física que pueda haber estado cometiendo.
- 3) Educarme sobre todas las formas de violencia doméstica y abuso descritas como FEEEVSAE (formas de abuso Físico, Emocional, Económico, Espiritual, Verbal, Sexual, Acecho y Estrangulamiento). *[Ver reverso]*
- 4) Aprender más sobre mis propios comportamientos y cómo pueden parecer irracionales, abusivos o amenazantes para los demás, respetando a quienes me ofrecen información.
- 5) Eliminar cualquier forma de FEEEVSAE hacia mi pareja, ex parejas, hijos y otros.
- 6) Hacerme responsable y enmendar a los demás, si es apropiado, por el daño que mi comportamiento ha causado.
- 7) Buscar ayuda para detener mis comportamientos si empiezo a flaquear en este Acuerdo de Paz.
- 8) Educar a otros (mi pareja, hijas/os, compañeras/os de trabajo) sobre este Acuerdo de Paz e invitarles a firmar.
- 9) Promover políticas y prácticas sociales que creen más oportunidades en apoyo a la paz doméstica para jóvenes y adultos.
- 10) Comunicarme con el Center for Domestic Peace si ocurre violencia en mis relaciones interpersonales o en la comunidad y si necesito ayuda para comprender qué hacer para "tomar medidas".
- 11) Ampliar mi compromiso con la igualdad en todas mis relaciones valorando y respetando la diversidad que incluye género, raza, edad, clase y orientación sexual.

Al hacer estos acuerdos y vivir conforme a ellos, creo y mantengo relaciones saludables, amorosas e iguales para mí, mi pareja, mi familia y mi comunidad.

FIRMA

FECHA

TESTIGO

F

Físico: El abuso físico es el que se comete contra usted o a su alrededor. Hay abuso físico contra usted cuando alguien lo golpea, lo restringe, bloquea su paso, le escupe, aprieta, sacude, acecha, ahoga o impide que entre a su casa. El abuso físico a su alrededor incluye lanzar, golpear, romper o desordenar objetos frente a usted. Otras manifestaciones de este tipo de abuso son matar mascotas para atemorizarle, así como destruir ropa, joyas, fotografías u objetos personales que son importantes para usted. El mensaje que esta conducta transmite es “¡Luego sigues tú!”

E

Emocional: El abuso emocional es no darle a una persona, deliberadamente, las 4 As (Aceptación, Aprecio, Atención y Afecto) con el único propósito de controlarle o coaccionarle. Incluye conductas tales como humillarle, llamarle por nombres ofensivos, decirle que está loca/o, utilizar juegos mentales (como negar el abuso previo), desgastar o denigrar su espíritu, voluntad y moral, tratarle como un/a empleado/a personal, tomar todas las “grandes” decisiones y actuar como amo del castillo, así como aislarle controlando todo lo que hace, a quién mira, con quién habla y adónde va. Quien abusa emocionalmente de usted puede utilizar a sus niños y niñas para hacer que se sienta culpable, o usar las visitas a hijas e hijos como una manera de acoso. Otras formas de abuso emocional son “el tratamiento silencioso”, “el ojo perverso” y “la mirada”, que expresan el deseo de que le suceda algo negativo o dañino o manifiestan cólera u odio. Estas conductas muestran que una persona está enojada y a punto de tornarse violenta.

E

Económico: El abuso económico ocurre cuando una persona controla sus recursos financieros. Incluye tratar de impedirle que consiga o conserve un empleo, obligarle a pedirle dinero, darle una mesada, quitarle su dinero o prohibirle que trabaje o administre su propio dinero. También incluye rehusarse a trabajar y forzarle a mantener a la familia, usar tarjetas de crédito al máximo en su nombre y arruinar su crédito.

E

Espiritual: El abuso espiritual incluye menospreciar sus creencias y costumbres espirituales, o negar la práctica de estas, negar la libertad de culto, ridiculizar la religión o destruir íconos religiosos. También puede incluir el uso de una interpretación incorrecta de las doctrinas espirituales para controlarle a usted o a otros miembros de su familia.

V

Verbal: El abuso verbal involucra amenazar, fastidiar, ridiculizar, cosificar y trivializar a otra persona. Amenazar verbalmente es usar palabras que infieren que se utilizará violencia física, tales como “¡Te haré daño si intentas eso de nuevo!” o “Ni se te ocurra hacerme preguntas como ésa”. Fastidiar y ridiculizar son conductas que pueden empezar en forma juguetona y llegar a abuso. Incluyen llamarle por nombres ofensivos, hacer bromas, usar sarcasmo y aislarle. Cosificar es cuando alguien le llama por nombres que le hacen parecer un objeto. Pueden ser palabras profanas o insultos como “asquerosa”, “haragana”, “grosera” o “estúpida”. La cosificación facilita que se cometa violencia. Trivializar es cuando una persona usa frases que le hacen sentir inferior, por ejemplo: “No puedes hacer nada bien”, “Nunca conseguirás un empleo”, “Eres inútil”. Es también burlarse de usted o imitar su tono de voz cuando está enojada/o y repetirle las cosas como si fuera demasiado estúpida/o para entenderlas.

S

Sexual: El abuso sexual es la conducta sexual que cruza sus límites sin su permiso. Puede ser de naturaleza física, como presionarle o forzarle a tener relaciones sexuales cuando no las desea o a hacer cosas sexuales que no le gustan, o violarle. La violencia sexual de carácter verbal es hablar sobre el sexo cuando no quiere, usar palabras sexuales que no desea oír o impedir que use métodos anticonceptivos. La violencia sexual de índole emocional incluye que su pareja coqueteo con otra persona frente a usted, no tener relaciones sexuales con usted o negarle afecto como una forma de castigo o amenazarle con que tendrá una aventura. Explotación sexual.

A

Acecho/Abuso Cibernético: Ocurre cuando una persona le sigue, le confronta en público, se aparece en su lugar de trabajo o ingresa o permanece en su propiedad, le contacta o amenaza constantemente por teléfono, correo regular o electrónico y/o mensajes de texto o a través de redes sociales, monitoriza su uso de la computadora o plagia su identidad.

E

Estrangulación: Es cuando se aplica presión o se aprieta alrededor del cuello, cortando los vasos sanguíneos y/o el flujo de aire, evitando que el oxígeno llegue al cerebro. Puede ocurrir con o sin pérdida de conciencia y puede provocar la muerte en pocos minutos.