



PERÚ

Ministerio
de la Mujer y
Poblaciones Vulnerables

Viceministerio
de la Mujer

Programa Nacional
Contra la Violencia
Familiar y Sexual

¡Quiere sin violencia!



**Disfruta del enamoramiento
sin temor y control**

EL PERÚ PRIMERO

El enamoramiento durante la adolescencia se caracteriza por la ilusión, atracción y afecto.

Se comparten muchas cosas, se experimentan sensaciones agradables, pensamos mucho en esa persona que nos atrae y queremos pasar el mayor tiempo a su lado.

Pero también es una etapa donde se podrían producir situaciones de control y violencia que nos entristecen y nos impiden vivir felices.



Estas señales no son amor

Presta atención a estas situaciones de control y violencia:

¿Te cuestiona tu forma de vestir?

Te dice cómo vestirse cuando tú siempre te has vestido así y te sientes cómoda/o con la ropa que llevas.

¿Te cela de todo?

Se enoja cuando conversas o saludas a alguien en la calle, incluso con tus amigos o amigas del barrio, del colegio o tus familiares; pues cree que alguien se va a enamorar de ti y tú le harás caso.

¿Te controla?

Te pide explicación de todo lo que haces, dónde vas, con quién vas, de manera verbal y a través de llamadas o mensajes de texto.

¿Te pide las claves como señal de confianza?

Te exige que le entregues las claves o contraseñas de tu celular, correo electrónico, Facebook u otras redes sociales.



¿Toca o acaricia partes de tu cuerpo sin tu consentimiento?

Te hace tocamientos que no te agradan y rechazas.

¿Te pide tener relaciones sexuales como prueba de amor?

Te presiona o chantajea, manipulándote con regalos y exige que le des muestras de tu amor. Te amenaza con buscar otra pareja si no lo haces.

¿Te exige que le envíes fotografías o videos desnuda/o?

Te pide imágenes íntimas, o te amenaza con enviárselas a otras personas o compartirlas en redes sociales, en caso quieras terminar la relación.

¿Te molesta, insulta, grita o se burla de ti?

Te trata a gritos y muchas veces con lisuras, palabras ofensivas o hace comentarios que te avergüenzan ya sea a solas o frente a otras personas.

¿Te golpea, te empuja, o amenaza con hacerlo?

Te agrede físicamente y te amenaza, estando a solas o frente a otras personas.



**No permitas que te maltraten.
Tienes derecho a vivir sin violencia.**

Algunos consejos:

- Reconoce que mereces respeto como cualquier otra persona.
- Rechaza todo tipo de situaciones de control y violencia que amenazan tu bienestar.
- Defiende tu libertad de decisión y protege tu derecho a una vida libre de violencia.
- Goza de tus propios espacios personales: amistades, estudios y tiempo para ti.
- Conversa sobre tus dudas y temores con mamá o papá o alguien de confianza.
- Piensa en cómo quieres que sea tu vida en el futuro y trázate un plan para alcanzarlo.
- Nunca dejes de comunicar tus miedos cuando sientas que lo necesites.

*Un verdadero amor no
te hace vivir con temor.*



Si estás viviendo una situación de violencia, ¡busca ayuda!

