

## Cuando Uno Que Usted Adora es una Víctima del Asalto Sexual

El asalto sexual es una infracción muy invasiva que tiene un impacto dramático en la vida de sus víctimas. Este crimen puede ser también traumático para los que adoran a la víctima. Aún más, esta experiencia quizás traiga otros problemas dentro de la familia a la superficie. Los otros significativos quizás hagan la situación más doloroso si ellos no son educados acerca de este asunto. Los esposos deben estar enterados que la tasa del divorcio entre sobrevivientes de asalto sexual es muy alta. Este preparado para trabajar duramente en recuperación y la conservación de la relación. Para ofrecer el mejor apoyo posible mientras manteniendo también y protegiendo la relación es importante que el otro significativo entienda no sólo el impacto de un asalto sexual en la víctima, pero también cómo este incidente los afectará personalmente.

### Algunos Hechos Importantes

- El motivo primario para el asalto sexual es el poder, no el sexo.
- Las acciones o traje de alguien no puede mandar "pedir" el mensaje para ser violado.
- Acerca de 71 per centos de todas violaciones son planeados en avance. No es un acto impulsivo.
- No es raro que víctimas sean " inmóvil " cuando confrontado con el peligro. En no defenderse no significa que la víctima "lo quiso".
- Un asalto sexual trae sentimientos fuertes de impotencia. Es importante permitir a la víctima hacer las elecciones y estar en control de lo que ellos necesitan y quieren recuperar.

## El Impacto del Asalto Sexual en Socios y Otros Significativos

Cuándo alguien usted adora llega a ser la víctima de un asalto sexual hay una multitud de emociones y énfasis con que usted necesitará también enfrentarse.

Usted quizás se sienta culpable que usted no pudo prevenir esta cosa terrible del acontecimiento a su adorado.

*Esto es un sentimiento natural. Sin embargo, si usted sabia el peligro de su adorado usted podría proteger a ella/él de ser dolido, usted seguramente habría hecho algo. Aún más, para ser preocupado con la culpa no cambiará lo que ha sucedido. Lo que es más importante, le distraerá de poder dar su atención repleta a enfrentar y ayudar su adorado enfrentrar con esta tragedia.*

Usted puede sentir coraje hacia el perpetrador y fantasear acerca de la venganza.

*Esto es natural y una reacción entendible. Sin embargo, buscando la venganza podría tener como resultado su arresto. Usted podrá non proporcionar el consuelo o la protección que usted desea para su adorado si usted está en la cárcel. Permanezca enfocado en su propósito primario de proporcionar un espacio seguro para su adorado. Permita las autoridades para tomar responsabilidad para traer al agresor a la justicia.*

Usted puede experimentar también los sentimientos de la ira y el resentimiento hacia su adorado por no ser "más" cuidadoso.

*Las elecciones ingenuas o aún peligrosas hechas por la víctima no justifican lo que ha sucedido. Nadie merece ser violado, cualquier las circunstancias. ¡La única persona responsable de este ataque es el violador! ¡Es importante enfocar la culpa donde lo pertenece- en el perpetrador!*

Los esposos y los socios pueden encontrar que ellos se sienten celosos que otra persona tuvo el contacto sexual con su socio.

*Recuerde que esto no fue una "relación" sexual mutua. Esto fue un asalto como cualquier otro ataque físico. El perpetrador escogió simple mente el sexo como un medio para establecer el control y la dominación sobre la víctima. El asalto sexual es una tentativa de controlar y humillar a la víctima. No es un crimen pasional ni el deseo para una relación sexual con esa persona.*

Usted puede encontrar que usted llega a ser el objetivo de el coraje, la tristeza, y la confusion por su adorado.

*Otra vez, la prueba para no tomar esto personalmente. La salida de estas emociones fuertes es común y bastante normal. Permanezca la calma y alentar. Recuerde su adorado que usted está en su lado. Alente a ella/él a asistir un grupo de apoyo o hablar con un consejero en su centro de ayuda local de la violación.*



## Síntomas

Usted puede encontrar que su significativo es distraído y lejano desde que el ataque. Esto puede causar que usted se sienta aislado y solitario. Usted puede apenar y poder sentirse mal sin la cercanía que usted tuvo una vez con la víctima. Los socios pueden preocupar que su relación sexual nunca será lo mismo. Usted puede sentirse que sus propias necesidades son ignoradas en este momento.

Esto es una experiencia común y estos sentimientos son natural. Tomará tiempo para que su adorado se sienta seguro y poder confiar suficiente en ser vulnerable otra vez. Trate de no tomar la distancia personalmente. Tenga paciencia y tenga la fe que en tiempo su relación puede ser cerca y íntima una vez más. Socios, si el sexo es demasiado espantoso para el sobreviviente al principio, encuentra otras maneras de mostrar la intimidad y el cariño que no sea sexual. Llame su centro de ayuda local de la violación a ver si ellos ofrecen un grupo de apoyo para otros significativos. Puede ayudar a hablar tremendamente a otros en su misma situación. Aún más, esto mostrará a su adorado que usted esta disponible a trabajar bastante en este asunto con él/ella.

Al fin es de tener paciencia con su adorado y usted mismo. El proceso curativo puede tomar mucho tiempo. Su adorado nunca será exactamente como ellos estuvieron antes del asalto, pero la vida puede estar cumpliendo y feliz una vez más. Si usted y/o su socio experimenta todavía los síntomas severos tales como las pesadillas, la ira extrema, alborotos de apetito, y la dificultad que reasume actividades de día cuatro a seis semanas después del asalto, busca ayuda profesional. Sobrevivir esto puede reforzar su relación y su bono como una pareja y le da confianza que usted puede encarar los desafíos de la vida juntos.

## Ayudar a su Adorado Recupera

Muchos otros significativos se sienten inseguro acerca de lo que será muy útil a la víctima durante el proceso de la recuperación. Revise la lista de Recomendaciones y Prohibiciones abajo. Recuerde, hay gran curación simplemente en estar presente con la persona que duele.

No Haga:

- No toma los arrebatos personalmente.
- No se aísla. Busque apoyo.
- No fuerza al sobreviviente a perdonar. Esto es un proceso lento y toma tiempo.
- No ponga horarios ni de ultimátums para el sobreviviente.
- No culpe al sobreviviente por lo que ha sucedido.

Haga:

- Permite a su socio para apenar.
- Aprende acerca de los efectos del asalto sexual y el proceso curativo.
- Ayude al sobreviviente recobra un sentido del control y hacer sus propias elecciones.
- Valida una gran variedad de sentimientos.
- Alenta la terapia o asistir un grupo de apoyo.
- Respeta las fronteras y los límites.
- Tenga (si ustedes son socios románticos) comunicación abiertamente acerca de sexualidad.
- Encuentra tiempo de estar juntos.
- Escucha al sobreviviente.
- Culpe el ofensor no el sobreviviente.
- Sea honesto acerca de sus sentimientos.
- Cree en el sobreviviente y la curación.

# El Consejo Práctico para el Otro Significativo



 La voz de los sobrevivientes de asalto sexual en Tejas.



6200 La Calma  
Suite 110  
Austin, Texas 78752  
[www.taasa.org](http://www.taasa.org)

La Red Nacional de Violación  
Gratis. Confidencia. 24/7.

1-800-656-HOPE