

THE JOE TORRE SAFE AT HOME FOUNDATION
PRESENTS

UNDERSTANDING TEEN DATING VIOLENCE

A guide for parents, families, and educators

TABLE OF CONTENTS

For Parents

Podcast - 2

Talking about Relationships- 3

For Families

Building Empathy- 4

Exploring Music - 5

Iniciadores de Conversación - 7

Explorando de las Relaciones - 10

For Educators

Responding to Red Flags- 11



WHAT IS TEEN DATING VIOLENCE (TDV)

TDV occurs when one or both partners attempt to gain or maintain power and control over the other partner. These patterns of unhealthy behaviors can include physical, psychological, sexual, emotional abuse, and more.

Teen Dating Violence impacts millions of youth between the ages of 12 and 18 every year. According to the CDC, as of March 2021, 1 in 11 female and 1 in 14 male high school students reported having experienced physical relationship abuse in the past year! Experiencing dating violence at a young age can have lasting negative impacts on youth, including increases in risky behaviors such as substance use and self-harm. It can also increase the likelihood of youth experiencing feelings of depression or anxiety.

Knowing the red flags and warning signs of TDV can help you to support youth in your life in creating and maintaining healthy romantic relationships. This guide aims to support families in opening conversations and engaging in activities to support healthy relationships for youth.

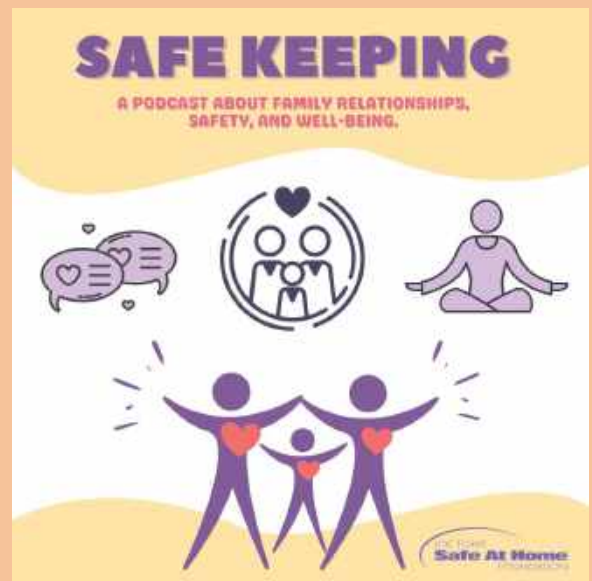
Red Flags of Teen Dating Violence:

Media from Safe At Home

Safe Keeping Podcast

Join SAH Staff in a look back at episode 2, as we explore how parents can support their children and teens in talking about relationships.

In this month's episode (24), SAH staff discuss common types of emotional abuse seen in TDV that all parents should be aware of!



▶ [Episode 24-Understanding Teen Dating Violence](#)

▶ [Episode2 -Talking to Teens About Relationships](#)

For more from Safe Keeping visit
[Joetorre.org/podcast](https://joetorre.org/podcast)

TALKING ABOUT RELATIONSHIPS

With Children and Teens

WHAT EVERY PARENT NEEDS TO KNOW

EARLY IS BEST

Children are forming relationships from the time they are born. Early childhood relationships with family and friends can model healthy foundations for relationships later in life.



WHAT TO SAY

Be honest! If you don't know something, take some time to educate yourself and bring it back to your child.

LATER IS OKAY, TOO

Teens may know a lot about dating, but they can still benefit from adult guidance. Start the conversation at any age and let them know you're there to talk (and listen)!



HOW TO START

Find a time and place that is comfortable for both of you. It doesn't have to be somber or serious! Relax, take a deep breath, and just talk!

What is Empathy?

Empathy is the ability to share and understand the feelings of another person. Empathy is important in relationships as it allows us to take time to prioritize the feelings of those closest to us in order to best resolve conflict, strengthen relationships, and validate their experiences. Building empathy in youth promotes healthier relationships throughout their childhood and lifespan!

How can Adults Support Building Empathy in Youth?



Encourage listening

Ask children to listen to others and share back what they heard. Giving someone undivided attention and reflecting back what you heard them say allows them to feel validated. It also allows the listener to have a deeper understanding of how the speaker is feeling.

Talk about feelings

Make space for children and teens to share their feelings in the home. Support children in identifying emotions, using feelings words (happy, sad, angry) and noticing what their body feels like when they experience those emotions. The more openly feelings are discussed, the more children and teens are able to identify feelings in others!



Use books and media

When reading or watching a movie, ask questions about how characters might be feeling in certain situations.

Support children in observing cues about character's emotions. For example, if a character seems sad, how do you know? Are they crying? What does their body language look like? Have children and teens discuss what they would do if they experienced a friend or loved on in a similar situation.



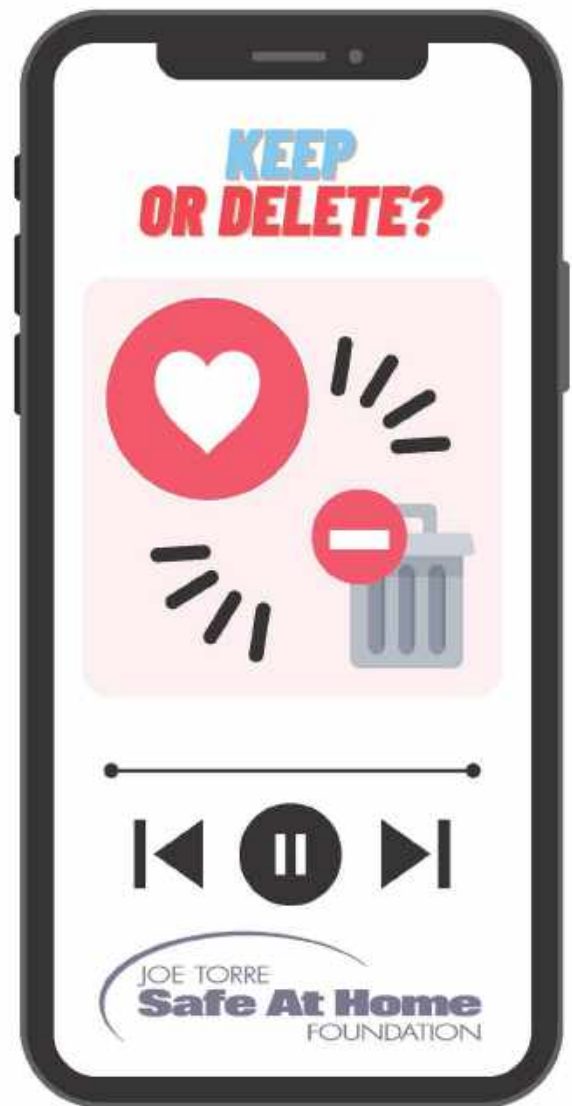
HEALTHY & UNHEALTHY RELATIONSHIPS IN MUSIC

Media can play a big role in the way young people learn to interact with each other, like our relationships with family, friends, or even dating relationships.

Music, for example, can sometimes have a big influence on how people think relationships work. For some, hearing the same ideas about relationships played over in music can end up giving them an idea about what is okay and what isn't okay.

Unfortunately, not all music gives the best examples of healthy relationships between people. Even some very popular songs can have lyrics depicting an unhealthy relationship.

Take a moment to listen to the lyrics of some of your favorite songs, are they singing about healthy or unhealthy relationships?





Examples of Healthy Relationships

- Respects your boundaries
- Open to communication
- Respectful of your opinions
- Supports and respects you
- You feel safe to express yourself



Examples of Unhealthy Relationships

- You feel unsafe around them
- Doesn't respect your feelings
- Doesn't respect your boundaries
- Doesn't communicate with you
- You feel unsafe to express yourself
- Verbally or physically abusive

These are just some examples of healthy and unhealthy relationship qualities.

Do you think any of the songs you thought about from your own playlist fit into any of these categories? If so, which ones?

It's important to start the conversation about healthy and unhealthy relationships in music because it can lead to unhealthy traits becoming more normalized.

What could you do to help get the conversation going?

TURN UP THE TUNES

As a family, listen to some songs that each of you enjoy, or that are popular on the charts now! While listening to songs that are about relationships, work together to identify whether the relationships are portrayed as having healthy or unhealthy behavior patterns. Parents can use some of the following discussion prompts to talk to teens about relationships portrayed in music.

- What are some of the red flags this artist sings about? What would you do if you noticed these red flags in your own relationship?
- How could the artist or the partner they are singing about change their behavior to be healthier?
- How do you think each person in this relationship feels about the relationship and why? (This question can be used for both healthy and unhealthy relationship portrayals)

GUIA PARA PADRES

Puntos de Conversación

Instrucciones para padres: Antes de empezar la actividad que sigue, puede leer esta guía para saber como guiar las conversaciones con su hijo/a.

Expresión 1: Si es tan celoso-a conmigo, es porque me quiere de verdad.

- Es normal sentir celos leves en una relación platónica o romántica, y esto no siempre se considera algo malo. Los celos pueden indicar que uno se preocupa por el éxito de su relación. Aún así, los celos pueden volverse destructivos cuando son frecuentes, intensos o irracionales.

Expresión 2: Amar es sufrir.

- El respeto es la base para relaciones sanas, felices y seguras.
- En las relaciones saludables, hay respeto, seguridad, apoyo, individualidad, igualdad, confianza y comunicación.

Expresión 3: El amor es algo mágico.

- El amor es algo especial y muchas personas dicen que es algo mágico. Pero el amor también es algo que necesita cuidado, paciencia y dedicación para que funcione.

Expresión 4: Chicos y chicas viven el amor de forma diferente.

- Hay mucho debate y estigma que rodea el amor adolescente. Muchos adultos descartan las relaciones de los adolescentes, creyendo que son incapaces de resistir la prueba del tiempo.
- No descartes el amor de los adolescentes. Los sentimientos de tus hijos adolescentes son tan reales como los tuyos. Si los descarta, podría fortalecer el deseo de su hijo por la relación. Sentirán que no los entiendes y crearás una distancia entre ustedes dos.

Expresión 5: No podré ser feliz si no tengo una relación de pareja.

- Muchos adolescentes sienten que necesitan estar en una relación. Recuérdeles que cuando se toman el tiempo para conocerse a sí mismos y descubrir lo que quieren en una relación, es más probable que encuentren a una persona que es más compatible con lo que están buscando.

Expresión 6: Sacrificaría cualquier cosa por amor

- En una relación, hacer sacrificio tras sacrificio no fortalece el amor ni hace que todo sea más romántico. Renunciar continuamente a las cosas que queremos hacer nos desgasta y nos aleja de nosotros mismos.
- *En una relación amorosa, el compromiso es más importante que los sacrificios que hacemos.*
- Cuando se trata del amor, hay límites que todas personas deben descubrir como el derecho a comunicar cómo quieren ser tratados por los demás. Comunicar los límites personales incluye decirle a los demás tus expectativas y expresar cuando tus límites personales han sido cruzados.

Expresión 7: Con mi amor haré que cambie y todo irá bien

- Nunca es prudente entrar en una relación pensando que puedes cambiar a tu pareja.
- Los cambios positivos vienen con el tiempo, no por la fuerza o la manipulación.

Expresión 8: El amor lo puede todo .

- Cuando surgen problemas en las relaciones, no importa cuanto amor exista en la relación, NUNCA está bien usar la violencia o las amenazas para controlar a alguien. El abuso o la violencia en una relación puede incluir el uso de lenguaje dañino, violencia física o tecnología digital para controlar, presionar o amenazar. NUNCA está bien que alguien use la presión, control o amenazas en una relación.
- Si tu hijo/a se siente incómodo o inseguro en una relación, hay recursos disponibles para ayudar. Puedes decirle a tu hijo/a: *"Siempre puedes hablar conmigo y te ayudaré. También puedes hablar con tu maestro, consejero o una línea de ayuda"*

Expresión 9: Alguna veces me ha humillado, pero yo sé que me quiere.

- Humillar a la pareja es una mala señal de abuso verbal y emocional.
- Humillar a alguien puede incluir cosas como: comentarios o bromas sobre tu apariencia física, insultando tu inteligencia, o no tomar en serio tus ideas o sugerencias llamándolas "estúpidas".
- Una persona que realmente te quiere, te acepta por quien eres y no se burla de ti o te humilla.

Expresión 10: El amor es lo más importante en la vida

- El amor inspira mucha felicidad cuando ese amor es saludable y se basa en el respeto mutuo. Pero también es importante reconocer cuando el amor no es saludable porque puede crear problemas de salud mental, incluyendo la ansiedad y depresión. Para obtener más información sobre este tema, visite: joetorre.org/resources



Instrucciones- Padre y hijo/a:

Lee las expresiones y explica si estás de acuerdo o no y por qué. Comparte anécdotas o experiencias personales que pueden ayudar a justificar tu respuesta.

V=Verdad

F=Falso

Expresión	V	F	Justifica tú respuesta
Si es tan celoso-a conmigo, es porque me quiere de verdad...			
Amar es sufrir			
El amor es algo mágico			
Chicos y chicas viven el amor de forma diferente			
No podré ser feliz si no tengo una relación de pareja			
Sacrificaría cualquier cosa por amor			
Con mi amor haré que cambie y todo irá bien			
El amor lo puede todo			
Algunas veces me ha humillado, pero yo sé que me quiere...			
El amor es lo más importante en la vida			



¿CÓMO ME GUSTARÍA QUE FUERA MI PAREJA?"



Antes de comenzar esta actividad, reflexiona sobre los valores, las actitudes y cualidades que tienes. Luego, reflexiona sobre las cualidades que debe tener tu pareja para construir una relación sana y prevenir la violencia dentro de tu relación. Piensa en los comportamientos y actitudes de las personas que tratan bien a sus parejas. Diseña el perfil de tu futura pareja, respondiendo a las siguientes preguntas, ¡No te olvides de explicar por qué elegiste las cualidades que elegiste!

Me gustaría que mi pareja compartiera conmigo los siguientes valores:

Señala los hábitos que quieres que tenga tu pareja y que estás dispuesta-o a respetar:

Mi pareja debe tener o compartir conmigo las siguientes preferencias:

¿Crees que serías capaz de romper la relación si tu pareja se aleja del perfil que consideras deseable para una relación sana?



Responding to TDV Red Flags

For Teachers and School Staff



Being a supportive adult in a school setting allows students who have been harmed by Teen Dating Violence (TDV) to gain confidence and trust to share their experiences. By responding to student who have been harmed and the student causing harm, appropriate school staff intervention can help to break the cycle of violence!

What Could be Helpful...

Offering to listen to the student who has experienced harm without judgment can support them to feel heard and validated. This may increase the likelihood of them continuing to seek support, and even ultimately to leave the relationship when they are prepared and feel safe enough to do so.

Reminding the student who has experienced harm and person causing harm that abusive behaviors are choices. Reminding everyone that abuse is a choice holds the person causing harm accountable for their actions, and takes the blame off of the person being harmed.

Referring both partners to appropriate counseling services allows for each person to get the support they need, whether it be to change abusive behaviors, or to heal from the impact of abuse.

What Might Cause Harm...

Telling a student who has experienced harm from TDV to have more “respect for themselves” puts the blame on the person who has been harmed instead of the person causing harm. This can lead to the student who has experienced harm feeling invalidated and decrease their likelihood of seeking support in the future.

Considering accounts of abuse as “just a sign of growing up or immaturity.” Without holding the person causing harm accountable for their choices, bystanders allow for the cycle of violence to continue, which can make abusive behaviors seem permissible.