

CONVERSANDO CON SUS HIJOS ACERCA DEL ABUSO SEXUAL

Es duro imaginar que conversación puede ser más difícil que la de hablar con sus hijos acerca del abuso sexual. Es un tema incómodo para nosotros mismos como adultos; nos atemoriza admitir la preocupación que sentimos por nuestros hijos acerca de semejante cosa. Sin embargo, el silencio hace que este problema sea aún más difícil de referirnos a él. Así como nosotros necesitamos entender este tema para ser mejores padres, así mismo necesitamos asegurarnos que nuestros hijos entiendan nuestra preocupación para que ellos puedan estar más seguros.

Desde el principio...

Una de las cosas más importantes que los padres deben de hacer es establecer una atmósfera de confianza y aceptación. Sus hijos necesitan saber que usted se siente cómodo con el tema y con cualquier pregunta que ellos puedan tener.

Es también muy importante para sus hijos saber que usted hará todo lo posible para protegerlos: que es por esto que usted está teniendo esta conversación con ellos y que es por ésta razón que su familia tiene reglas acerca de la forma de hacer las cosas.

Sus propias actitudes acerca de su cuerpo y la forma en la que usted respeta la privacidad y derechos de cada uno son señales importantes para su hijo.

- Enfátice que nuestro cuerpo es un regalo especial de Dios, y que debemos cuidarlo porque Dios nos creó.
- Ayude a los niños a sentirse cómodos con sus propios cuerpos.
- Enséñeles acerca de buenos y malos roces físicos.
- Enséñeles el vocabulario para las partes del cuerpo.
- Enséñele a sus hijos la diferencia entre un mal secreto (uno que los haga sentir mal o que haga sentirse mal a otros) y un buen secreto (uno que los haga sentir felices).
- Responda honestamente, y de una manera adecuada a su edad, a las preguntas que hagan acerca del sexo o actividad sexual. Hágales saber que ellos pueden contarle cualquier cosa.

- Ayúdelos a confiar en sus propios instintos con respecto a la gente.
- Enséñeles a decir y a continuar diciéndole si se presenta una situación que los haga sentir incómodos o que los lastime.

¿Qué le dices a un niño acerca del abuso sexual?

Dependiendo de la edad del niño, existen cosas básicas que son necesarias saber.

- Existen personas que quieren manosear a los niños, herirlos o hacerlos guardar secretos que ellos no quieren guardar. Nadie tiene el derecho de hacer esto.
- Algunas personas pueden comportarse de una manera que nos hacen sentir incómodos. Préstele atención a estos sentimientos y pida ayuda si alguien no lo deja en paz.
 - Alguien que está sentado o de pie muy cerca de usted.
 - Alguien que le bloquee el paso.
 - Alguien que lo invite a solas a un lugar privado.
 - Alguien que lo toque de una forma que lo haga sentir triste, enojado, confundido o incómodo.
 - Alguien que le enseñe videos o libros que su maestro o papas no le enseñarían.
 - Alguien que no escucha o que haga caso omiso cuando dices “no”.

Nadie tiene el derecho de hacer cosas que lo hagan sentir inseguro o incomodo, ó de pedirle que guarde un secreto a sus padres.

Recuérdelos a sus hijos que ellos pueden contarle cualquier cosa y que usted siempre los ayudará. Recuérdelo a su hijo usar el “buddy system” (siempre viajar acompañado) y que siempre le haga saber a un adulto a donde va. Es una manera de ayudarlos a estar protegidos.

www.kidshealth.org
www.darkness2light.org
www.preventchildabuse.org
www.missingkids.com
www.childhelpusa.org

UN VISTAZO

Enséñele a su hijo correctamente...

- Enséñele a sus hijos que tipo de comportamiento deben encontrar sospechosos.
- Enséñele a ir con usted o con otro adulto en que confíen cuando tienen preocupaciones.
- Enséñele a sus hijos a decir “no” a actividades que los hagan sentir incómodos, que crucen los límites que les ha ayudado a aprender, o que parezcan inseguras para ellos.
- Enséñele a sus hijos que los secretos acerca del manoseo o del cuerpo no son buenos.
- Enséñele a sus hijos la diferencia ente buenos secretos (sorpresas) y malos secretos (cosas que los hacen sentir tristes, enojados, confundidos o asustados).
- Asegúrese que sus hijos sepan los que va a pasar y quien los va a contactar en caso de una emergencia.
- Recuérdelo a sus hijos que usan el Internet, no dar ninguna información personal o hacer arreglos para encontrarse con alguien que han “conocido” en el ciberespacio.
- Enséñeles acerca de roces físicos seguros y de los roces que no lo son.
- Practique situaciones de “Qué hacer en caso de...”

Qué pueden hacer los niños...

Alejarse rápidamente de la persona que los está amenazando.

Enojarse cuando alguien le hace algo que usted no quiere que esa persona haga.

Decir “no” cuando te sientas amenazado o decir en voz alta “Deténgase”. Yo no quiero hacer eso.”

Si el comportamiento o palabras de un adulto le parecen extraños, cuénteselo a sus padres o alguien en quien confíe.

Defiéndase usted mismo, aún si está preocupado acerca de herir los sentimientos de alguien más.

Grite para alertar a los otros de que necesita ayuda.

Siempre busque inmediatamente a un adulto responsable y cuénteles lo sucedido.

¡Practique! ¡Practique! ¡Practique!

Hable con su hijo acerca de situaciones de “que si tal cosa”... Practique la forma en la que deberían de responder. Use estas sugerencias para empezar sus conversaciones y junto a su hijo, piensen en otras situaciones en las que se puedan encontrar.

Para adolescentes: Estás en un centro comercial, esperando encontrarte con tus amigos afuera de la tienda de música. Un hombre apuesto se acerca y te ofrece la oportunidad de ganarte algunos CD gratis si participas en una encuesta. Necesitas acompañarlo al estacionamiento donde él tiene su equipo. ¿Qué harías?

Para todas las edades: Tu y tus amigos están jugando pelota en el parque. Un individuo que has visto cerca del parque con un perro se acerca y te pregunta si quieres ayudarlo a buscar su perro perdido. ¿Qué harías?

Para todas las edades: Cuando sales de la escuela, una mujer con una placa de identificación se acerca a ti y te llama por tu nombre. Te dice que tus padres han sufrido un accidente y que ella esta allí para llevarlos al hospital. ¿Qué harías?

Para pre-adolescente/Adolescentes: Haz estado hablando por algún tiempo con alguien a través del Internet. Esa persona te dice que ella vendrá a la ciudad a visitar a su familia y que le encantaría encontrarte en el centro comercial. ¿Que deberías hacer?

Para todas las edades; En la gran celebración familiar de Acción de Gracias, un primo mayor que tu te toca de una forma que tu encuentras desagradable. Tu primo te amenaza con robarte el perrito si tú le dices a alguien. Tu lo conoces y sabes que si es capaz de hacerlo. ¿Qué deberías hacer?

Algunos signos de comportamiento de Abuso Sexual.

Es importante recordar que estos signos pueden indicar diferentes cosas, incluyendo reacciones normales de comportamiento al cambio. Preste atención a un patrón de comportamiento y hable con su doctor si usted observa muchas de estas conductas.

- Pesadillas, miedo a la oscuridad, problemas para dormir.
- Pérdida del apetito.
- Problemas para comer o para tragar.
- Cambios en su temperamento.
- Se distraer fácilmente.
- Miedo a ciertas personas o lugares.
- Problemas estomacales.
- Comportamiento regresivo: un niño mayor actuando como si fuera un niño menor.
- Nuevas palabras para referirse a las partes privadas del cuerpo.
- Juegos sexuales con muñecas u otros niños.
- Si habla acerca de un nuevo amigo que es mayor que él.
- Si repentinamente empieza con dinero

Oración para las Familias

*O Señor, bendice a nuestra familia este día y todos los días,
Guíanos en nuestro ir y venir.*

*Ayúdanos a ser ejemplo de tu amor y de tu voluntad.
Ayúdanos a perdonar a aquellos que no has lastimado.*

*Pretéjenos todos los días y
Concédenos tu paz.*

En el nombre de Jesús, Amén

La Oficina de Protección al Menor de la Arquidiócesis de Portland, Oregon reconoce con agradecimiento a la Diócesis de Rochester por el permiso otorgado para reproducir este folleto.

CONVERSANDO CON SUS HIJOS ACERCA DEL ABUSO SEXUAL

