

ESPECIALMENTE PARA PADRES Y MADRES



Desarrollado por DeAnn Yamamoto, MA y el personal del Centro de Recursos contra Ataques Sexuales del Condado de King
© King County Sexual Assault Resource Center 1991, Reprinted 2004

PO Box 300, Renton, WA 98057 USA
Número de teléfono: (425) 226-5062 Fax: (425) 235-7422

ISBN 0-941953-68-8

Las estadísticas actuales indican que 1 de cada 3 niñas y 1 de cada 5 niños sufrirán ataques sexuales antes de los 18 años de edad. Dados estos datos, es muy probable que algún niño que conocemos sea víctima de ese tipo de abuso. Sin embargo, deseamos creer que nuestros niños no se verán afectados.

El hecho de descubrir que uno de sus hijos ha sufrido un ataque sexual puede hacer que se desencadenen muchas emociones que aun cuando varían, algunas de las más comunes son los sentimientos de:

Impotencia

“Quisiera hacer que todo fuera mejor; pero no puedo”.

Sobresalto

“No puedo creer que a mi hijo/hija le haya pasado algo así”.

Culpabilidad

“Debería haberlo sabido”.

“No debía haberla dejado”.

Vergüenza

“No puedo creer que le haya pasado esto a mi hija. ¿Qué pensará la gente de mí y mi familia?”

Rechazo

“Eso no ha afectado a mi hijo/hija en absoluto”.

“Nunca pensé que él podría hacer algo semejante”.

“Es algo del pasado. Dejémoslo atrás y sigamos adelante”.

Ira

¿Cómo pudo alguien hacer esto?”

“Podría matar a...”

Temor

“¿Se sobrepondrá mi hija alguna vez a esto?”

“Mi hijo es muy joven, ¿será normal alguna vez?”

Estos sentimientos son normales y se deben expresar dentro de un ambiente que ofrezca consuelo y respaldo. Como padre o madre tendrá que ofrecer consuelo y respaldo. Como padre o madre tendrá la tarea difícil de balancear sus necesidades con las de su hijo o hija. La labor de los padres es difícil, incluso en las circunstancias más favorables. La mayoría de ellos se enfrentan a muchas exigencias cotidianas, tales como administrar las finanzas, los empleos, las

relaciones y los niños. Cuando se añade una crisis a este conjunto de responsabilidades, se amplían todas las tensiones diarias.

El afrontar el abuso sexual de su propio hijo o hija es una crisis especialmente difícil. Como padres, estamos involucrados emocionalmente y vemos con frecuencia a nuestros hijos como extensiones de nosotros mismos. Sentimos profundamente el dolor de nuestros niños. Esto es lo que nos permite a muchos de nosotros responder con amor y apoyo incondicional. En el caso de otros, puede hacerles recordar su propio dolor o abrumarlos de tal modo que desean pretender que no ha sucedido o minimizar sus efectos y reacciones. Sea cual sea su modo de responder a la situación, recuerde que también necesitará recibir apoyo.

El encontrar a personas que le brinden su respaldo puede ser la clave de todo. Dentro de una relación de respaldo, podrá de modo ideal expresar libremente sus emociones que le hayan causado el ataque sufrido por su hijo o hija. Dentro de esa relación, es apropiado liberar sus emociones, expresar sus temores y ocuparse de sus dudas y preocupaciones.

Este es el momento de que reciba atención y consuelo. De ese modo, el respaldo que reciba le permitirá brindarle un mejor apoyo a su hijo o hija.

COSAS QUE DEBE RECORDAR

Está bien que tenga toda clase de emociones. Esté consciente de que los niños pueden detectar con facilidad las emociones de sus padres, tanto si se expresan en forma verbal, o no verbal. La expresión de esas emociones es sana si se lleva a cabo aparte de su hijo y dentro de una relación de confianza y apoyo.

Si no tiene una relación con alguien que usted siente que le brinda respaldo, tome en consideración la posibilidad de llamar a un teléfono local para crisis, y hablar con alguien que pueda escucharle y ofrecerle apoyo e información.

EFFECTOS DEL ABUSO SEXUAL EN LOS NIÑOS

Los efectos del abuso sexual son únicos en cada niño o niña; pero hay muchos elementos comunes. Algunas de las consecuencias posibles son:

Físicas

- Pérdida o aumento repentino de peso
- Dolores abdominales
- Vómitos
- Infecciones vaginales

Conductuales

- Dificultades para dormir
- Pesadillas
- Masturbación compulsiva
- Juegos sexuales inadecuados para la edad del niño o la niña
- Conductas propias de una edad anterior
- Despego de los demás
- Inseguridad

Emocionales

- Cambio de humor
- Escenas retrospectivas

Dificultades en la escuela

- Incapacidad para concentrarse
- Descenso del desempeño académico
- Cambio de relaciones con los compañeros

Ira y/u hostilidad

- Expresada físicamente
- Agresiones físicas
- Agresiones verbales
- Conducta demostrativa de la ira

Expresada en forma interiorizada

- Autoinsultos
- Retraimiento y/o aislamiento

Depresión

- (Especialmente común en los adolescentes)

La presencia de estos síntomas no siempre significa que el niño o la niña hayan sufrido un ataque sexual. Es más fácil atribuirlos a la respuesta de un niño hacia el temor y la ansiedad. Puesto que los niños no poseen capacidades lingüísticas propias de los adultos, tienden a “decir” como se sienten por medio de actos y comportamientos. Si sabe que su hijo o hija ha sufrido un ataque sexual, será muy probable que haya experimentado ya muchas de esas respuestas.

TEMAS RELATIVOS A LA RECUPERACIÓN

Como padre/madre, desempeñara un papel muy importante el proceso de recuperación de su hijo o hija. El apoyo dado con palabras y acciones puede realizar considerablemente la recuperación de su hijo o hija. Los pequeños necesitan recibir la seguridad de que les creen y que hará todo lo que pueda para protegerlos. Los abusos sexuales y las cosas que suceden cuando se ponen de manifiesto pueden resultar muy confusos para los niños. Los adultos que les rodean expresan a menudo emociones fuertes que los pequeños pueden considerar que se dirigen contra ellos. Es importante el no “reaccionar de modo excesivo.” Conserve la calma y asegúrele a su hijo o hija que excesivo todo lo que le sea posible para ayudarle. Puede ser el (la) mejor “consejero(a)” para su hijo o hija en esos momentos, si le brinda apoyo, le cree y le consuela con cariño.

PREGUNTAS QUE SUELEN HACER LOS NIÑOS

- ¿Estoy en dificultades?
- ¿Me siguen queriendo mis padres?
- ¿Me desean todavía mis padres a su lado?
- ¿Me arrestarán también a mí?

La mayoría de las preguntas de los niños se asocian a sus sentimientos de inseguridad. En esos momentos, su mundo no les parece predecible ni estable. Esto puede hacer que se sientan un poco fuera de control y los padres/madres podrán desempeñar un papel crucial para devolverle la estabilidad al mundo de su pequeño.

Siga asegurándole a su hijo o hija que se alegra de que le haya contado lo del abuso y que le cree. Haga que el pequeño sepa con toda claridad que lo que ocurrió no es culpa suya. Recuerde que la responsabilidad es exclusivamente de la persona que cometió el delito.

Escuche a su hijo o hija cuando le exprese sus sentimientos. Déle “permiso” para que los exprese con toda libertad. El autorizar esa libertad le da valor al pequeño y es para él o ella como un mensaje en el sentido de que está bien que hable de esos sentimientos.

Deje que su hijo o hija haga preguntas. Es quizá una época muy confusa para él o ella. Además, es probable que le estén haciendo muchas preguntas sin que entienda el por qué. Responda a todos ellos con voz calmada y afable y con palabras sencillas.

No presione a su pequeño para que hable. Hay veces en que lo más acertado que puede hacer un padre/madre es simplemente mantenerse dispuesto a escuchar a su hijo o hija cuando el pequeño lo necesite.

PREGUNTAS COMUNES DE LOS PADRES

Esos momentos pueden resultar también muy confusos para los padres. Es común que los padres/madres se vean abrumados de preguntas al tratar de hacer lo que más les conviene a sus hijos o hijas.

¿Por qué no me lo dijo mi hijo (o mi hija) antes?

Los niños no siempre saben con exactitud lo que les ocurre cuando los están atacando sexualmente. Las personas que abusan de ellos suelen ganarse por lo común la confianza de sus víctimas antes de atacarlas. Los niños pueden sentir que algo no está del todo bien o que se sienten “raros” respecto a ciertas cosas; pero pueden no tener una edad suficiente para identificar el problema de modo directo. Pueden no tener el vocabulario adecuado para decir con exactitud lo que les haya sucedido.

Con frecuencia, los pequeños “indican” que los han atacado sexualmente sin utilizar palabras específicas. A veces lo hacen por medio de cambios conductuales. Muchos niños no son capaces de explicar lo que les está sucediendo; pero pueden “señalar” por medio de su modo de comportarse que algo anda mal. Pueden rebelarse, volverse agresivos o pasivos, cambiar sus hábitos alimenticios, volver a conductas de una edad anterior, etc. Esos son todos los modos en los que los pequeños les dicen a los adultos que deben prestarles atención.

¿Deberé tratar ahora a mi hijo (hija) de modo diferente?

Es preciso tratar a los niños con sensibilidad en todas las circunstancias. Un niño o una niña que haya sufrido un ataque sexual pueden necesitar más confianza del amor y el respaldo de sus padres que nunca antes.

Por lo común, lo mejor es seguir las rutinas regulares del hogar. Los niños se sienten con frecuencia cómodos por lo predecible que resultan las rutinas.

¿Cómo deberé disciplinar a mi hijo (hija)?

Algunos pequeños que hayan sufrido abusos sexuales pueden tener malas conductas. Por su desarrollo, los niños pueden no tener capacidad para hablar de lo que sienten en su interior. Con frecuencia sufren emociones físicamente. Por consiguiente, sus actos inadecuados son su modo de liberarse de la presencia física de emociones muy nuevas.

Aun cuando los niños tienen que expresar sus emociones, también necesitan aprender a hacerlo de modos aceptables y apropiados. A veces, el reconocimiento de sus emociones primarias, tales como temor, tristeza o frustraciones es una respuesta apropiada para su comportamiento. Sin embargo, si el reconocimiento de esas conductas no hace que el pequeño deje de comportarse mal, podría necesitar una enseñanza más concreta de las respuestas apropiadas.

La enseñanza de modos alternativos de actuar puede incluir el disciplinar a su hijo o hija por sus conductas inadecuadas. Las medidas disciplinarias deberán ser justas, congruentes y planeadas. Los progenitores deberán considerar si esa acción le enseña al pequeño lo que es inadecuado en su conducta o le muestra una reacción de sus padres a la frustración con el niño(a) o su comportamiento. Si las medidas disciplinarias fueron tolerantes, no estructuradas o incongruentes en el pasado, es importante darles una mayor predictibilidad en estos momentos.

Enséñeles a sus hijos o hijas lo que deberán esperar en determinadas circunstancias. Esta clase de estructura y predictibilidad le permitirá a su hijo o hija conocer los límites y las consecuencias. A su vez, esto les da una sensación de control.

De modo ideal, la disciplina deberá fortalecer a los pequeños porque les enseñará límites apropiados y conductas aceptables. Las medidas disciplinarias que se aplican debido a la ira suprimen su poder y le enseñan al niño a temerle a su ambiente.

¿Quién deberá tener conocimiento de lo ocurrido?

En el caso de los niños más pequeños, los padres podrán juzgar a quién contárselo todo sobre la base de su determinación de quiénes beneficiarán a fin de cuentas al niño o la niña. Si está en edad escolar, con frecuencia es provechoso que una maestra (o un maestro) esté al tanto del abuso sexual porque podrá brindarle apoyo a su pequeño en el ambiente de la escuela. Asimismo, si el abuso sexual ha afectado a su hijo o hija de modo que influya en otros o los afecte (por ejemplo, mediante conductas agresivas hacia sus compañeros, cambios de humor, etc.), será preciso informar de ello a los cuidadores de su pequeño. Esta información no tendrá que ser detallada; pero si suficiente para que puedan planear cómo responder a esas conductas.

También es importante tomar en consideración cómo recibirá esa información la otra persona. Si estiman que carecen de capacidades para tratar adecuadamente esos datos, lo más prudente será no revelárselos.

En el caso de los niños mayores, es importante saber qué sentimientos tienen respecto a que lo sepan otras personas. Sostenga una conversación con ellos sobre ese tema y tome decisiones sobre la base de sus sentimientos.

¿Qué sucede en la terapia?

Las metas de la terapia para los niños consisten en proporcionar un ambiente seguro y no amenazador para permitirles clasificar sus pensamientos y sentimientos respecto al abuso sexual y recibir enseñanzas adecuadas e información pertinente. Los métodos utilizados para alcanzar estas metas se ajustan a las edades y las etapas de desarrollo de cada niño.

¿Cómo puedo saber si mi hijo o hija necesita terapia?

La mayoría de los pequeños que dan muestras de cambios conductuales o emocionales puede obtener beneficios de algún tipo de terapia. El tipo de tratamiento y su duración de basan en las distintas necesidades de cada niño. Sin embargo, todos ellos obtienen provecho del amor inmediato, los cuidados y el apoyo de las personas importantes en sus vidas. A veces, usted podrá tener los efectos más importantes sobre el pequeño, La mayoría de los niños que han sido víctimas de ataques sexuales obtendrán beneficios de la terapia en algún momento de sus vidas. Los efectos del abuso pueden afectarles en diferentes formas en las diversas etapas de su desarrollo. Este es un proceso normal de su recuperación. Lo que es importante para un niño a los ocho años de edad será distinto cuando cumpla los dieciséis. Las distintas etapas del desarrollo hacen que salgan a la superficie nuevas inquietudes.

For additional copies contact:

King County Sexual Assault Resource Center

P.O. Box 300, Renton, WA 98057

Tel: 425.226.5062

Fax: 425.235.7422

Business Line (Voice/TTY)

www.kcsarc.org

24-hour Sexual Assault Resource Line

888.99.VOICE

Toll-free in Western Washington only

KCSARC is registered under the Washington state Charitable Solicitation Act (Chapter 19.09 FCW). Information relating to our financial affairs is available by contacting our office or the office of the Secretary of State.

Accredited by: Office of Crime Victims' Advocacy