

ESPECIALMENTE PARA PADRES Y MADRES DE ADOLESCENTES



por DeAnn Yamamoto, MA

© 1997 King County Sexual Assault Resource Center, Revised March 2005

Derechos reservados. Ninguna parte de este libro se podrá reproducir de ninguna forma sin el permiso por escrito del Centro de Recursos Contra Asaltos Sexuales del Condado de King

PO Box 300, Renton, WA 98057 USA

Phone: (425) 226-5062 Fax: (425) 235-7422

ISBN 0-941953-68-8

Con mucho agradecimiento a los miembros del personal superior de KCSARC que tomaron parte en el desarrollo de este proyecto.

Por favor observe que: *En la mayor parte de este libro se incluye a los asaltantes como varones y a las víctimas como del sexo femenino. Esto se hizo con fines de facilitación de la lectura. En realidad, tanto los unos como los otros pueden ser tanto del sexo masculino como del femenino.*

INTRODUCCIÓN

El papel de los padres durante la adolescencia es agradable y desafiante. Desde el momento en que su hijo cumple los diez años de edad, su papel como padre o madre comenzará a cambiar, debido a que los adolescentes comienzan a requerir más independencia. Esta época de transición puede ser especialmente desafiante para los padres de un adolescente que haya sido asaltado(a) sexualmente. Los cambios físicos y emocionales, que son típicos de los adolescentes, más el trauma causado por el abuso sexual, dejan a muchos padres sintiéndose aislados y sin respaldo ni información sobre lo que deben hacer. Aunque las estadísticas demuestran que una de cada tres niñas y uno de cada cinco niños sufrirán asaltos sexuales antes de los dieciocho años de edad, es difícil creer que uno de ellos será su hijo o hija. El dolor de la revelación puede ser intenso, y la tarea de ser padres de un adolescente, mientras se experimenta ese tipo de sufrimiento, puede resultar abrumadora en muchas ocasiones.

EFFECTOS SOBRE LOS PADRES

Después de descubrir que su adolescente ha sido víctima de un ataque sexual, los padres sienten y expresan con frecuencia un gran torbellino de emociones. No existe ningún modo correcto o incorrecto de sentirse; sin embargo, es importante dejar tiempo suficiente para sentir y entender todo lo que es preciso saber sobre las emociones que experimenta. Su adolescente se verá afectado por la multitud de emociones que tengan ustedes y el modo en que las afronten. Como padre o madre de un adolescente que haya sufrido un ataque sexual, tendrá la tarea difícil de balancear sus necesidades con las de su hijo o hija.

Sí usted mismo fue abusado sexualmente en su infancia, el ataque del que fue víctima su adolescente podrá hacer que se desencadenen emociones del pasado. En el caso de otros, podrá hacer que entren en contacto con emociones que ni siquiera sabían que existían. Todo eso es una respuesta natural dada la fuerza del vínculo emocional que existe entre los padres y madres y los hijos e hijas de todas las edades.

Es vitalmente importante afrontar sus necesidades personales dentro de relaciones de respaldo. Elija a personas de apoyo que puedan escucharle plenamente y darle respaldo sin juzgarle. Es apropiado dentro de esas relaciones el liberar emociones, expresar temores y esclarecer dudas y preocupaciones. Con este tipo de apoyo, estará en mejores condiciones para darle respaldo a su adolescente. Esto también le permitirá a su adolescente enfocar su atención en cómo abordar sus propios sentimientos, sin sentirse responsable por usted.

PERSECUCIÓN

Perpetradores

Los que cometan ataques sexuales pueden ser cualquier persona, hombre o mujer, joven, de edad mediana o avanzada. En un momento dado, el perpetrador decide que sus deseos son lo único que importante y que el hecho de dañar a otra persona para satisfacer esos deseos es algo muy justificable.

Algunas víctimas que revelan los abusos sufridos como adolescentes pueden haber sufrido ataques sexuales desde su infancia. En su caso, quienes abusaron de ellos son a menudo miembros de su familia o amigos cercanos de la familia.

Incluso para quienes sufren esos tipos de abusos durante la adolescencia, los perpetradores son con mucha frecuencia personas conocidas de la víctima. El agresor puede ser casi cualquier persona con quien el adolescente entre en contacto. A esa edad, es muy probable que se trate de alguien que tenga autoridad o influencia sobre él o ella... alguien que se ha ganado su confianza mediante el establecimiento de una relación basada en alguna meta compartida o algún interés común. O bien, puede ser algún adulto joven o alguien de su edad. Y, aun cuando es menos frecuente, algunos son víctimas de personas completamente ajenas o a las que no conozcan bien.

La adolescencia es un período de independencia creciente y los perpetradores aprovechan a menudo su capacidad para aislar a la víctima con el fin de atacarla. Por lo común, los abusadores tratan de manipular a sus víctimas para ganarse su confianza antes de atacarlas. Este engaño, sutil y planeado, establece una relación desigual que le da al perpetrador más poder.

Por supuesto, esto último no es necesariamente fuerza física. Por lo común, el delincuente tiene poder sobre una persona simplemente porque sabe el plan que ha establecido en su mente, mientras que la víctima lo desconoce por completo. Ese poder puede existir también debido a la edad, el tamaño o la diferencia de posición social. Cuando se ha establecido este tipo de dominio, a menudo no es necesario utilizar la fuerza física para cometer el ataque sexual.

VÍCTIMAS

La adolescencia es la edad en la que las personas comienzan a explorar fuera de su familia inmediata y se apegan más a su grupo de compañeros. Es durante esa etapa de desarrollo cuando buscan su identidad; distinta de la de sus padres. La búsqueda de independencia es una parte muy natural y sana de la adolescencia. Su necesidad de independencia y su apego a los compañeros, unidos a la de afectos y aceptación, pueden abrir caminos para nuevas relaciones positivas; pero puede dejarlos también vulnerables a los ataques.

El hablar de los abusos sexuales sufridos es algo que les resulta difícil a la mayoría de las personas. Esto es todavía más cierto para los adolescentes que para las víctimas de otros grupos de edad. Los adolescentes pueden tener dificultades para identificar a alguien a quien poder revelar el ataque sexual que hayan experimentado. Es muy probable que la persona que cometió el abuso sea un pariente o algún amigo cercano de la familia, lo que, a su vez, hace que resulte difícil decírselo a los padres. O bien, el atacante puede ser un compañero de clase o alguna otra persona conocida de los amigos, lo que hará que resulte desagradable revelárselo a los compañeros.

Esto, unido al hecho de que los perpetradores aíslan con frecuencia a sus víctimas de todas las relaciones cercanas, puede hacer que el adolescente se sienta solo(a) y sin respaldo. Además, los jovencitos tienen también una firme necesidad de verse a sí mismos y que otros los consideren autosuficientes y capaces de tomar decisiones independientes. Esta necesidad de independencia y autonomía hace que sea todavía más difícil que las personas de esas edades traten de obtener ayuda.

En ocasiones, los adolescentes sufren ataques mientras participan en alguna actividad que creen que sus padres u otras personas importantes no aprobarían. Quizá el abuso tuvo lugar en una fiesta en la que había prohibido que asistieran, o bien, fueron con alguien a quien sus padres consideran poco conveniente. En esos casos, los (las) adolescentes temen hablar del asalto sexual porque sería necesario revelar esas situaciones o circunstancias inapropiadas.

Sin embargo, aun cuando a un adolescente puede resultarle difícil hablar directamente del abuso, hay otros modos en los que tratará de comunicarse que, a menudo, no son adecuados. Como padre o madre, puede advertir una diferencia en la conducta o las emociones; que puede ser una señal de que es preciso llevar a cabo una investigación más profunda.

SEÑALES COMUNES

Los conjuntos de señales, síntomas y efectos del abuso sexual son tan variados como los individuos. Algunos síntomas se presentan después del trauma como modos de permitirle a la víctima afrontar la realidad del asalto o sobrevivir a él. Aun cuando es imposible proporcionar una lista completa, los que siguen son síntomas típicos de adolescentes que se enfrentan al dolor del abuso sexual.

FÍSICOS

- Cambio repentino de peso

- Una enfermedad transmitida sexualmente
- Dolor enfocado
- Vómitos a náuseas
- Trastornos alimenticios

CONDUCTUALES

- Cambios en el patrón de sueño
- Pesadillas o terrores nocturnos
- Promiscuidad
- Retraimiento o aislamiento
- Dependencia
- Abusos a sí mismo
- Faltas de asistencia a la escuela
- Explosiones de ira
- Escapadas
- Descenso repentino del desempeño académico
- Cambios en las relaciones con los amigos de su edad

EMOCIONALES

- Cambios bruscos de humor
- Depresión
- Pensamientos y/o intentos de suicidio
- Recuerdos vívidos de lo sucedido
- Dificultades para concentrarse

Nota: Es importante darse cuenta de que esos síntoma-s no están relacionados exclusivamente con el abuso sexual. La presencia de esos síntomas puede relacionarse también con otras afecciones u otros traumas.

EFECTOS DEL ABUSO

Los adolescentes, como grupo, tienden a ser muy egocéntricos... o sea, que creen que todo el mundo los está observando y que son la causa de todas las cosas buenas o malas que les suceden. Dentro de este marco de referencia, los que han sufrido ataques sexuales tienden a luchar intensamente con sentimientos de auto culpa y vergüenza. Estos dos temas cruciales pueden causar a su vez problemas de imagen propia desfavorable, depresión, trastornos alimenticios, abusos del alcohol, consumo de drogas y otros síntomas mencionados arriba.

Cuando el atacante es alguien con quien el adolescente solía tener una relación de confianza, se presentan muchos puntos. Puede haber sentimientos de impotencia y traición, la falta de confianza y seguridad puede resultar devastadora; y además, de modo inevitable, se presentarán preguntas sobre cómo ven otros a la víctima, sobre todos sus compañeros y los miembros de la familia. Esos asuntos se hacen todavía más complejos si el atacante y la víctima tienen contactos continuos; por ejemplo, si asisten a la misma escuela.

Los ataques sexuales hacen que surjan también preguntas para los adolescentes sobre su sexualidad. Se trata de una edad en la que los jóvenes comienzan a analizar sus creencias e identificar sus valores respecto a las relaciones, la intimidad y la sexualidad. Cuando se interrumpe este proceso debido a contactos sexuales no bien recibidos o dañinos, el resultado es el caos y la confusión emocional.

RESPALDO

Cuando las víctimas son niños pequeños, a los padres así como también a los amigos y parientes les resulta evidente que el pequeño necesita una gran cantidad de amor y cuidado durante el proceso de recuperación. El abrazar a un niño cuando llora o tomarlo en brazos cuando tiene miedo es una respuesta natural e instintiva. Las necesidades de un niño pequeño parecen simples y reciben consuelo con facilidad.

Sin embargo, en el caso de un adolescente que puede acercarse en tamaño a la mayoría de los adultos y puede parecer independiente o un poco distante, los adultos no ven con frecuencia con la misma claridad como ofrecer un apoyo afectuoso. Un abrazo puede parecer demasiado simple o juvenil; pero con frecuencia es el primer paso para mostrar su amor y su respaldo constante.

Las extensiones adicionales del respaldo que desee ofrecer variarán de una persona a otra; pero no suponga que su adolescente podrá satisfacer en otro lugar esas necesidades esenciales. El amor de un padre o madre es vital en el proceso de recuperación. Hable con su hijo o hija sobre esas necesidades y el papel que desee su adolescente que usted desempeñe en el proceso de recuperación. Este dispuesto y listo para halar, en el caso de que su adolescente lo desee. Ofrezcale oportunidades constantemente, sin parecer exigente ni dominante, para que su adolescente hable con toda tranquilidad. Cree una atmósfera de preocupación afectuosa, mostrándole a su hijo o hija su amor mediante palabras y gestos.

PREGUNTAS QUE SE HACEN CON FRECUENCIA

El ataque sexual se produjo mientras me hija estaba desobedeciendo un orden... ¿Debo permitirle simplemente que se salga con la suya?

No es raro que los adolescentes se opongan a alguna regla o desobedezcan una orden dada por uno de sus padres. Este tipo de conducta se relaciona con su necesidad y deseo de establecerse como seres separados de sus padres, con el fin de crear sus propias identidades. Sea lo que sea que decida, como padre o madre, recuerde que no es correcto culpar a la víctima por provocar el ataque sexual. Este último no es nunca un castigo justo por haber violado una regla. El hecho de hacerlo así puede hacer que la persona se haga más vulnerable a los daños; pero eso no justifica el ataque sexual. Cuando se produce un ataque sexual en esas circunstancias, acuérdesese de establecer claramente que cualquier castigo impuesto se debe a la desobediencia y no al ataque sexual. A los adolescentes les resulta muy fácil considerar que ambas cosas son una sola. Debido a las posibilidades de crear confusiones, es importante que los padres utilicen la sabiduría y no las emociones al tomar una decisión respecto a las medidas disciplinarias adecuadas.

Uno de los mejores modos de establecer una distinción entre una regla violada y el ataque sexual es la expresión y la muestra de respaldo y empatía respecto al asalto, inmediatamente después del incidente. Las consecuencias por la regla violada podrán esperar u olvidarse por completo.

Mis relaciones con mi hijo eran difíciles antes del ataque sexual y ahora son todavía peores.

Si considera que sus relaciones eran difíciles antes del ataque, no hay duda de que también el pensará lo mismo. El afrontar ese hecho de modo franco y abierto es el mejor método. Reconózcala con toda claridad, al hablar con su adolescente. Permita que se hagan evidentes sus mejores sentimientos, sabiendo que su hijo o hija necesita su calor, amor y respaldo en esos momentos de crisis.

Sin embargo, no espere que le reciba con los brazos abiertos. A veces, los adolescentes experimentan la necesidad de parecer alejados y fuertes. Respete esa necesidad y encuentre modo de mostrar su apoyo sin esperar un reconocimiento externo.

El escribir notas de respaldo que pueda leer en privado o el darle pruebas calmadas de su amor, sin esperar nada a cambio, son algunos de los modos en los que podrá satisfacer esas necesidades de un modo que sea apropiado para la edad de su hijo o hija.

¿Por qué no me habló nunca mi hija de ello? Todavía no se todo lo que sucedió.

Recuerde siempre que los adolescentes desean estar más apegados a sus compañeros en esta etapa de sus vidas. Su necesidad de independencia es muy grande. En momentos de crisis, buscarán a menudo a un amigo, en lugar de sus padres. Asimismo, es cierto que sus compañeros no podrán darles todo lo que necesitan en esos momentos de crisis. Manténgase a disposición de su hija en los instantes que ella elija. Déle respaldo desde cierta distancia y de modos sutiles. Es posible que tenga que hacer a un lado sus deseos de conocer los detalles del asalto hasta que su hija esté dispuesta a hablar de ello con usted. Algunas personas deciden no revelar nunca esos detalles a sus padres ni a sus compañeros. No tiene que conocer los detalles para saber que su hija se ha visto afectada. Déle apoyo con amor, sin esperar recibir nada a cambio.

Esto es más fácil de decir que de hacer. Como padre o madre de un(a) adolescente, estará en medio de una línea estrecha que separa el dar demasiado o excesivamente poco. El espacio exagerado y la falta de interacción pueden implicar que ella/él no le interesa; sin embargo, el dejar muy poco margen de libertad puede interpretarse en el sentido de que está entrometiéndose en su vida.

Balancee siempre la necesidad que tiene su adolescente de separarse de usted sin dejar de tener una relación de amor y seguridad. Esto será también una prueba de sus propios sentimientos de identidad aparte de su hija. No confunda su necesidad de verse aceptado(a) y amado(a) por ella con su responsabilidad de demostrar respaldo y calor paterno o materno durante una época de crisis y confusión.

¿Deberé restringir las actividades de mi hija para mantenerla segura?

La restricción del ambiente de un o una adolescente no ha demostrado ser el mejor método para mantenerlos seguros. Esto no sólo es poco práctico en el caso de un adolescente, sino que hará probablemente que se sienta castigado(a) por haber sufrido el ataque. El establecimiento de límites y señalamientos es todavía importante a esa edad; pero el permitirle que tome sus propias decisiones, dentro de límites razonables, es también darle la oportunidad de aprender una capacidad importante. Establezca límites basados en la edad, el nivel de desarrollo y su propio conjunto interno de valores, en lugar de basarse en que haya sufrido recientemente un ataque sexual. Déle a su hija una cantidad apropiada de libertad con límites que sean adecuados. Por consiguiente, el método más eficaz para mantenerla segura es ayudarla a que aprenda la capacidad de toma de decisiones. Enséñele a reflexionar sobre las elecciones que esté haciendo desde todos los puntos de vista. Eso le permitirá tomar decisiones más sabias durante toda su vida.

¿Quién debería saber lo que ha sucedido?

Uno de los mayores efectos negativos que tiene un ataque sexual sobre una persona es la sensación de pérdida del control. En cuanto sea posible, tome todas las disposiciones necesarias para que su adolescente recupere ese sentimiento de dominio y control. Un buen punto para comenzar esto es dejar que sea ella o él quien decida quién o quiénes deberán tener conocimiento del asalto. El hacer esto no sólo le dará sentimientos de control, sino que, además, le indicará claramente que usted mismo(a) respeta su intimidad.

Desgraciadamente, los adolescentes no tienen pleno control en este sentido porque son menores de edad. Los Servicios de Protección de Menores (Children's Protective Services (CPS)) o los servicios de aplicación de las leyes deberán participar en todo hasta que se tome una decisión respecto a si se presentará una denuncia formal. Aparte de las obligaciones legales, deje que su adolescente diga tanto o tan poco como desee, respecto a lo sucedido, a los familiares, amigos y parientes. Por lo común, los adolescentes están listos para tomar esas decisiones por sí mismos, sin necesidad de mucha ayuda.

Habrán personas que le harán preguntas sobre su adolescente e información que hayan obtenido sobre el ataque sexual. Tenga prudencia al determinar lo mucho que debería hablar al respecto con cada persona. El mejor modo de afrontar esta situación es decirles que no se siente a gusto hablando de ello sin que su hijo(a) se encuentre presente.

¿Debería recibir terapia mi adolescente?

La mayoría de las personas pueden obtener beneficios de la terapia si el consejero tiene la capacidad para afrontar las necesidades de los adolescentes que son víctimas de ataques sexuales. El asesoramiento proporciona un ambiente seguro y sin amenazas, para que puedan analizar sus pensamientos y sentimientos sobre el abuso sexual. Déle a su adolescente la oportunidad de que reciba asesoramiento. Si resiste inicialmente a la idea, hágale saber a su adolescente que esa oportunidad permanecerá abierta para cuando él o ella decidan cambiar de opinión al respecto. Con frecuencia, las víctimas desean hacer a un lado los recuerdos del ataque, debido al dolor emocional que esto les causa. La mayoría de los sobrevivientes quieren evitar el sufrimiento y desean una cura y un alivio instantáneos. Con el tiempo se darán cuenta de que eso no es posible y explorarán otros caminos.

Como padre o madre de un(a) adolescente que haya sufrido un ataque sexual, podría decidir obtener asesoramiento profesional para usted mismo(a), y así recibir apoyo e información. Es importante entender que el trauma experimentado por su adolescente lo sentirá también usted. A menudo, los padres experimentan también síntomas relacionados con el trauma. El asesoramiento profesional podrá ayudarle a entender mejor el proceso curativo con el fin de que pueda compartir esa información con su adolescente.

RECUPERACIÓN

El saber que su adolescente ha sido víctima de un ataque sexual es probablemente una de las noticias más duras que haya tenido que soportar como padre o madre.

Aun cuando la adolescencia es una época de separación de los padres y apego a los compañeros, usted seguirá desempeñado un papel vital, proporcionándole a su hijo(a) el amor, la aceptación y el respaldo que necesite. Es importante que vea a su adolescente como una persona completa, con diversas experiencias y una gama completa de pensamientos y sentimientos. Aun cuando los ataques sexuales afectan considerablemente a las personas, no se trata de la identidad profunda de uno mismo.

En estos momentos, los efectos del ataque sexual pueden parecer totalmente abrumadores. Esto disminuirá con el tiempo. La cura es un proceso que se lleva a cabo paulatinamente. No es instantánea ni suele ser rápida, sino que tiene lugar de modos sutiles, a medida que él o la adolescente puede llegar a esclarecer lo relativo al ataque sufrido y terminar por entenderlo. Deje que este proceso tenga lugar y ayude a su adolescente a avanzar por él, proporcionándole el tipo de apoyo que fomenta el crecimiento y la integridad personal.

COMENTARIO FINAL

El trauma de un ataque sexual afecta a la víctima y también a los miembros de la familia cercana y a los amigos íntimos. Como padre o madre, usted es la persona más importante para darle amor y respaldo a su hijo o hija. El encontrarse en la situación de ser el principal proveedor de apoyo y fuerza puede ser algo muy exigente. Concédase tiempo para rejuvenecerse. Piense en cosas que le resulten agradables y trate de satisfacer esas necesidades. Para ser el mejor punto de apoyo para su adolescente tendrá que mantenerse en buena salud física y emocional.

Una de las cosas más difíciles para los pares es ver sufrir a sus hijos o hijas. El deseo de la mayoría de los padres es el de eliminar el dolor lo antes posible. Sin embargo, es preciso darse cuenta de que la curación es un proceso con muchas oportunidades de crecimiento. Si fuera posible, la curación instantánea le privaría a su adolescente de la oportunidad de crecer y hacer que aumenten su fuerza y su valor.

Cada paso dado hacia el crecimiento nos acerca más a la celebración final de la recuperación.

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