

LA GUÍA DEL ASESOR:
CÓMO TRABAJAR
CON PADRES DE NIÑOS
QUE HAN SUFRIDO
AGRESIÓN SEXUAL

LA GUÍA DEL ASESOR: CÓMO TRABAJAR CON PADRES DE NIÑOS QUE HAN SUFRIDO AGRESIÓN SEXUAL

ÍNDICE

PREFACIO: Cómo utilizar esta guía	Página 2
PRIMERA PARTE: Conectar - Comunicar - Aclarar	Página 4
SEGUNDA PARTE: Cómo comunicar los conceptos clave a los padres	Página 24
TERCERA PARTE: Creando puentes: cómo conectarse con los sistemas	Página 30
CUARTA PARTE: Complicaciones para tener en cuenta	Página 45
QUINTA PARTE: Cómo ayudar a los padres a manejar la situación	Página 49
SEXTA PARTE: Preguntas frecuentes	Página 55
SÉPTIMA PARTE: Agradecimientos	Página 61
OCTAVA PARTE: Referencias	Página 63
APÉNDICE: Hojas para padres informados sobre el trauma (TIP)	Página 65

Cita sugerida: Yamamoto, D. (2015). *La Guía del Asesor: Cómo trabajar con padres de niños que han sufrido agresión sexual*. Enola, PA: Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual.

El contenido de esta publicación se puede reproducir con el siguiente reconocimiento: Este material se reimprimió con permiso de la publicación del Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual titulado *La guía del asesor: cómo trabajar con padres de niños que han sufrido agresión sexual*. También está disponible en Internet en la página de Lifespan del Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual:
<http://www.nsvrc.org/projects/lifespan/sexual-violence-against-children>

CÓMO UTILIZAR ESTA GUÍA

Esta guía está diseñada para los asesores del programa de agresión sexual que trabajan con los padres o cuidadores de niños que han sufrido agresión sexual, siempre que estos adultos no hayan cometido la agresión sexual. Las sugerencias y las estrategias están previstas para utilizar con niños menores de 13 años. Además, se aplicarán los siguientes términos y sus definiciones:

El cliente principal: El niño que fue víctima es el cliente principal. Mientras que muchos asesores trabajan directamente con los niños, otros asesores no lo hacen. Independientemente de esto, el niño es el motivo principal de su asesoramiento. Es necesario apoyar a los padres o a los cuidadores para que a su vez ellos puedan apoyar a sus niños. Esta guía promueve un sistema de atención que ubica al niño en el centro.

Padre/cuidador/tutor: En la guía se utilizará el término “padre/s” o “cuidador/es” para simplificar la escritura en todo el documento. Estas palabras se usan con la intención de referirse a la persona principal que cuida el bienestar del niño. Cuando se los utiliza en singular, se debe tener en cuenta que estos términos incluyen a múltiples padres, cuidadores y/o tutores que cuidan a los niños con los que se relacionan biológicamente o de otro modo.

Vocabulario que coloca a la persona en primer lugar: A lo largo de este documento,

los términos “víctima” y “sobreviviente” se usan indistintamente para incluir las diversas formas que pueden identificar a las personas que han sufrido violencia sexual. El Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual (NSVRC, por sus siglas en inglés) reconoce y apoya el uso de la terminología que coloca a la persona en primer lugar y que honra y respeta a la persona entera, incluyendo tanto a las personas que han sido agredidas sexualmente así como a los ofensores sexuales. Por lo tanto, usted también verá terminología tal como “el niño que ha sido abusado” y “la persona que ha cometido la agresión sexual” en toda la guía.

Pronombres: En tanto sea posible, se intenta mantener el género neutro en este material. Esto se hace por varias razones: una es reconocer que las víctimas pueden ser de cualquier género, como pueden serlo las personas que agreden sexualmente. Otra razón es respetar que el género no siempre es transparente y



las personas se pueden identificar a sí mismas de una manera que puede ser personal y no ser obvia o no cumplir con las descripciones simples para indicar el género. Sin embargo, a veces es necesario utilizar pronombres basados en el género para que la redacción sea clara. En la guía, aunque una referencia puede utilizar el término “ella” o “él”, los conceptos corresponden a todos.

Variaciones según el estado: Mientras que el trabajo del asesor puede ser similar en todo el país, otros procesos, particularmente dentro del sistema legal, a menudo se tratan de manera diferente de estado a estado

e incluso entre las jurisdicciones de un mismo estado. En este material se intenta utilizar ejemplos que correspondan a los asesores independientemente del estado en el que trabajen.

Hojas TIP: En varios lugares en este documento, usted verá referencias a las hojas TIP u Hojas para padres informados sobre el trauma. Están diseñadas para que los asesores las ofrezcan a los padres como apoyos adicionales.

Las hojas TIP se pueden encontrar en el Apéndice de esta publicación, así como en la página del proyecto Lifespan de nsvrc.org en www.nsvrc.org/projects/lifespan.



PRIMERA PARTE

CONECTAR - COMUNICAR - ACLARAR

¿ Por qué quiere ser asesor? Probablemente las respuestas sean tan variadas como las personas que hacen este trabajo. Y mientras que los motivos por los que las personas comienzan a trabajar en el asesoramiento sean diferentes, usualmente todos tienen en común el deseo de acompañar a otra persona durante un viaje difícil. Los asesores se convierten en una guía de las personas que son victimizadas, a menudo por las mismas personas que se supone que deben defenderlas. Cuando los niños sufren agresión sexual, son arrastrados al mundo de los adultos donde no pertenecen. Los asesores se reúnen con ellos para ofrecerles orientación y apoyo.

El objetivo de esta guía es proporcionar estrategias a los asesores para que las utilicen cuando trabajan con los padres o cuidadores de niños que han sufrido agresiones sexuales. Esperamos que las estrategias y los conceptos que se presentan aquí produzcan mejores resultados en los niños al ayudar a los asesores a informar a los padres sobre el trauma.

EL ASESORAMIENTO DIRIGIDO SOLO AL NIÑO ES UN APOYO TEMPORAL PARA UN PROBLEMA A LARGO PLAZO.

EL ASESORAMIENTO DIRIGIDO A APOYAR Y EDUCAR A UN PADRE PUEDE DURAR TODA LA VIDA PARA EL NIÑO.

CÓMO CONECTARSE CON LOS PADRES

En base a la situación, a los niños que han sido abusados sexualmente se los puede llamar "casos", "clientes", "víctimas" o "sobrevivientes". Pero para aquellos que aman a estos niños, son hijos, hijas, sobrinos, sobrinas o ahijados. Y para los padres, son "bebé", "cariño", "corazón", "hermanito", "hermanita", "amorcito" y "papi" de sus vidas. Los padres generalmente no se están preparando para el día en que uno de sus niños se convierta en víctima de la violencia sexual. Es normal dejar de lado esa posibilidad a pesar de las continuas noticias y la información que indican que el abuso sexual sucede frecuentemente. Por lo tanto, si sucede, puede ser impactante. El dolor puede ser muy profundo.

La reacción de los padres al enterarse de que su niño ha sufrido agresión sexual varía enormemente. Las personas responden a la crisis de diferentes maneras y toda su historia de vivencias entra en crisis. Por lo tanto, los asesores pueden brindar mucha ayuda cuando explican que comprenden esta situación al conversar con los padres, ayudándolos a atravesar sus reacciones sin juzgarlos. El objetivo principal es conectarse con los padres

de manera tal que la conversación y el aprendizaje se desarrollen con confianza y respeto. Aquellos que han estado haciendo este trabajo durante un tiempo saben que es más fácil decirlo que hacerlo en algunos casos.

Muchos asesores dirán que trabajar con los padres es su mayor desafío. Mientras que a menudo todo se desarrolla sin inconvenientes y el padre recibe exactamente lo que necesita, a veces los asesores informan que trabajar con los padres es su zona más débil. En algunos casos, quienes no tienen niños pueden sentir que son incapaces de relacionarse con los padres. Para otros, es difícil trabajar con un padre que no le cree a su niño. Y para otros también es difícil trabajar con padres que quieren saber cada palabra que se dice y creen que la confidencialidad se aplica solo a los demás.

FILOSOFÍA DE ASESORAMIENTO CENTRADA EN EL NIÑO CON LOS PADRES

El asesoramiento dirigido solo al niño es un apoyo temporal para un problema a largo plazo. El asesoramiento dirigido a apoyar y educar a un padre puede durar toda la vida para el niño.

La suposición central a lo largo de esta guía es que se brinda asesoramiento a los padres poniendo a las necesidades del niño en primer plano. Hay una orientación y reorientación permanente con respecto a lo que el padre necesita para apoyar mejor a su niño. Habrá momentos en que los servicios pueden parecer centrarse en el padre y que no estén dirigidos al niño. Sin embargo, la perspectiva de la prestación del servicio es educar y apoyar a los padres

UN ENFOQUE CENTRADO EN EL NIÑO

Los cargos laborales o categorías profesionales pueden ayudar a transmitir y reforzar el enfoque centrado en el niño para el asesoramiento. A menudo damos los cargos laborales por sentado, pero pueden tener mucho significado en términos de cómo se enmarcan y se brindan los servicios. Los centros de crisis por violación pueden considerar agregar "Asesor de niños" a los roles tradicionales de "Asesor" para reflejar específicamente que trabajan en representación de los niños.

para que puedan, a su vez, educar y apoyar a sus niños.

Los niños necesitan principalmente el apoyo de sus padres. La investigación indica que el apoyo a los padres después de la divulgación puede ser un factor clave para reducir el impacto del abuso sexual y los síntomas del trastorno de estrés postraumático (PTSD, por sus siglas en inglés) en un niño (Bernard-Bonnin, Hebert, Daiganault, & Allard-Dansereau, 2008; Everson, Hunter, Runyon, Edelson, & Coulter, 1989).

Es útil transmitir a padres y cuidadores la filosofía del enfoque centrado en el niño desde el principio de nuestro trabajo. Incluso nuestros cargos de trabajo pueden tener impacto al transmitir un enfoque centrado en el niño.

La conversación inicial puede ser algo así:

Asesor

"Hola, mi nombre es Armando y soy Asesor de niños. Estaré encargado de ayudarle a usted y a su niño. Mi trabajo es brindarle apoyo e información para que usted pueda apoyar y guiar a su niño de la mejor manera.

Usted es el experto con respecto a su niño y yo soy el experto con respecto al proceso de recuperación y sobre cómo trabajar con los diferentes sistemas en los que usted puede participar. Trabajaremos juntos para garantizar que su niño reciba lo que necesita. ¿Qué le parece?"

HABILIDADES EN EL ASESORAMIENTO CENTRADO EN EL NIÑO CON LOS PADRES

El trabajo de asesoramiento nos da el privilegio de trabajar con diferentes tipos de personas durante un período de crisis. La mayoría de las personas enfrenta la crisis en su forma más natural y familiar. El asesoramiento entonces se convierte en una cuestión donde se aprende y se honra lo que es importante e incluso sagrado para el niño y el padre mientras tratan el trauma de la agresión sexual. Esta sección contiene algunas habilidades útiles que la ayudarán a trabajar con los padres.

Cultura

Proporcionar el asesoramiento dentro de un marco cultural relevante es una base fundamental para lograr el asesoramiento eficaz. Sin embargo, probablemente sea la tarea más difícil de lograr y requiere prestar atención constante a los padres y/o al niño con quien está interactuando. La cultura puede ser invisible ya que abarca muchas facetas de la identidad de una persona más allá de la raza misma.

Generalmente la cultura se define como las normas, los valores y las tradiciones que se comparten a través de generaciones (Warrier, 2005). La cultura es multifacética y se puede considerar como la compilación de raza, etnia, género, orientación sexual, discapacidad, clase social, ubicación geográfica, religión, estado migratorio y otras características. Nuestra identidad cultural cambia naturalmente en tanto crecemos y cambiamos a lo largo de nuestras vidas.

Conexiones entre la opresión y la cultura

Antes de discutir los enfoques culturalmente relevantes para trabajar con los padres, es importante examinar cómo la cultura y la opresión pueden interactuar en nuestro trabajo.

Existen grupos culturales que tienen una historia de opresión en los Estados Unidos. Aunque todavía hay una gran resiliencia dentro de los grupos marginados, las consecuencias continuas de la opresión pueden afectar a quién vemos en nuestros centros, a quién no vemos y cómo se proporcionan y reciben nuestros servicios.

En diferentes períodos durante la historia de nuestro país, muchas comunidades padecieron a la policía y a los servicios sociales como agentes de opresión y no como a agentes de la justicia y la asistencia. Muchos de nuestros servicios y enfoques de asesoramiento continúan teniendo raíces en la tipología de víctima blanca, angloparlante, sin discapacidad física, clase media, mujer, heterosexual. Nuestros centros de crisis por violación no siempre reflejan la diversidad cultural y las realidades de las personas que buscan los servicios. Es fundamental que los asesores reconozcan las posibles percepciones que tanto su organización como ellas mismas podrán presentar a las personas a las que están intentando servir.

A pesar de nuestras mejores intenciones, es posible que no confíen en nosotros de inmediato. Es posible que las personas nos perciban como parte de un sistema opresivo

en vez de un lugar confidencial y seguro para los niños y sus cuidadores. El primer paso esencial es construir la confianza y el entendimiento mutuo al trabajar con cualquier persona, especialmente con aquellos que se identifican con las poblaciones tradicionalmente marginadas y a veces maltratadas por los proveedores de servicios.

Padres, niños, familias y cultura

Cada persona tiene una identidad cultural. A muchas personas les puede resultar difícil poner su identidad cultural en palabras porque simplemente la viven y es lo que consideran la “norma”. Nuestra identidad cultural individual puede influir enormemente sobre cómo nos relacionamos con los demás. Es natural ver el mundo desde nuestra propia perspectiva cultural. Esta perspectiva puede ser un recurso para nuestro trabajo con algunos padres, pero puede ser un obstáculo con otros. El asesoramiento más eficaz comienza con la conciencia de uno mismo mientras trabajamos para comprender y dar prioridad a las fuerzas culturales y a las necesidades de las personas que servimos. Nuestras creencias culturales personales están presentes, pero son secundarias.

Habrán momentos en que un padre puede chocar con la identidad cultural de su propio niño. Por ejemplo, un padre puede practicar una religión con la que el niño no tiene ninguna conexión. Esto puede influir en su asesoramiento. Es posible que sea necesario que usted ayude a los padres a ver que las necesidades del niño en este momento son más importantes que las creencias personales del padre. Un

padre puede sentirse obligado a preservar la familia a toda costa, que significa quedar en contacto con la persona que ha cometido el abuso sexual, mientras el niño merece que se lo proteja de abusos futuros. O una madre puede querer pedir ayuda, pero le preocupa que al hacerlo su orientación sexual se haga evidente y quede afuera de su comunidad religiosa conservadora.

La forma en que un padre procesa y responde a las necesidades del niño puede verse influenciada en gran medida por las normas culturales y las expectativas en torno a la familia para buscar ayuda, comunicación y privacidad. La historia cultural y la experiencia vivida de los padres influirán en su reacción ante la agresión sexual de su niño, así como ante los sistemas, protocolos y profesionales con los que de pronto tienen que interactuar. Los asesores pueden mostrar respeto hacia la identidad cultural de sus clientes al estar muy atentos a los valores y creencias de cada individuo. La cultura es tan única como cada persona y requiere atención individualizada.

Cómo ampliar nuestra competencia cultural

El asesoramiento eficaz gira en torno a la competencia cultural. Competencia cultural se refiere a “la capacidad de una persona y un programa de honrar y respetar las creencias, los estilos interpersonales, las actitudes y los comportamientos tanto de las familias que son clientes como del personal multicultural que presta los servicios” (Denboba, Bragdon, Epstein, Garthright, & Goldman, 1998). Lograr

la competencia cultural es un proceso dinámico y permanente que requiere un compromiso a largo plazo.

Los individuos y las organizaciones desempeñan papeles importantes para desarrollar servicios culturalmente relevantes para los sobrevivientes de la violencia sexual. Mientras que esto excede el ámbito de esta guía, hay algunos pasos importantes para considerar:

- Un primer paso para desarrollar enfoques culturalmente relevantes es reconocer nuestras propias identidades culturales y cómo esas identidades influyen nuestros roles como asesores y nuestro trabajo con los padres y los niños. Desarrollar la relevancia cultural no es solo por “los otros”. Tener conciencia de uno mismo es el primer paso hacia una mayor conciencia y respeto por las culturas más allá de la propia. Este paso nos permite reconocer y aprovechar (y privilegiar) nuestras fortalezas de una vez por todas, mientras reconocemos y mantenemos a nuestros prejuicios bajo control para evitar hacer daño. (Se pueden encontrar ejemplos de autoevaluación en el National Center for Cultural Competence (n.d.) y en Illinois Career and Technical Education (n.d) de Georgetown University.)
- Es importante en nuestro papel como asesor aprender a estar cómodos con múltiples grupos culturales. Los asesores pueden comprometerse a aprender tanto como sea posible sobre las diversas identidades culturales de sus clientes, mientras que también comprenden que los grupos culturales son diversos en sí mismos, como las diversas gamas de creencias,

valores y normas que existen dentro de cada grupo cultural (Warrier, 2005).

- Se necesita la capacitación y el desarrollo de habilidades permanentes en contraposición al enfoque “una vez y listo”. Los clientes individuales, los compañeros de trabajo o los miembros de la comunidad que se identifican con grupos culturales específicos no deben cargar con el peso de tener que educar a otros sobre su cultura. Con el apoyo de sus organizaciones, los asesores pueden buscar proactivamente información y oportunidades de aprendizaje sobre diversas comunidades mediante cursos de capacitación, desarrollo del personal y participación en la comunidad. Las iglesias, los centros comunitarios u otras organizaciones que atienden una cultura en particular pueden ser útiles para trabajar juntos y aprender de ellos.
- Las organizaciones pueden garantizar que sus preguntas y procesos de admisión honran y reflejan diferentes identidades culturales. Existen recursos disponibles para ayudar a las organizaciones a comenzar a aprender más sobre cómo desarrollar enfoques culturalmente relevantes para el asesoramiento. Vea, por ejemplo, *Opening Our Doors: Building Strong Sexual Assault Services in Dual/Multi-Service Advocacy Agencies (Abriendo nuestras puertas: cómo desarrollar servicios fuertes ante la agresión sexual en agencias de asesoramiento dual/multiservicios)*, disponible en Internet en <http://tinyurl.com/nu296gx>.

ESTILOS DE COMPORTAMIENTO

Existen muchos modelos de estilos de aprendizaje, personalidad y comportamiento que pueden ayudar a explicar cómo piensan, sienten y se comportan diferentes personas. Este documento destacará dos modelos, el *modelo pensar-sentir-actuar* y un estilo de procesamiento cognitivo llamado coloquialmente *mundo interior y exterior*. Las características de ambos son fáciles de identificar y podrían ayudar a los asesores a interactuar con los padres y cuidadores.

El modelo pensar-sentir-actuar (TFA, por sus siglas en inglés) de Hutchins (1984)

El modelo pensar-sentir-actuar (TFA) de Hutchins (1984) asume que las personas tienen un modo primario de comportarse dentro de varias circunstancias. Cuando se les presenta un problema o una situación, todos responden con pensar, sentir y actuar (TFA). Las personas pueden diferir en el orden en que piensan, sienten o actúan en respuesta a ese problema o situación. También pueden diferir en dónde pasan, o “habitan”, la mayor parte del tiempo a fin de resolver el problema o situación.

El lugar donde las personas habitan es significativo en cuanto al trabajo de asesoramiento. Todos tienen un lugar principal para habitar en términos de pensar, sentir y actuar ante diferentes circunstancias. Mientras que una persona puede funcionar en cada uno de estos modos, generalmente existe un modo primario que la persona utilizará. Este modo primario es el que la mayoría de las personas usa de forma predeterminada ante una crisis.

- Las personas orientadas a PENSAR permanecen en sus cabezas. Analizan todo detenidamente recopilando información y opiniones.
- Las personas orientadas a SENTIR

interactúan con el mundo en base a sus emociones.

- Las personas orientadas a la ACCIÓN resuelven los problemas en movimiento.

Cómo se aplica esto: Los padres que tienen un niño que ha sido abusado sexualmente y que están orientados a pensar probablemente querrán información sobre cada paso del proceso. La información los reconforta. Analizan y evalúan cada detalle de cada problema y cuando terminan, empiezan todo de nuevo. A menudo se les dice que “piensan demasiado”. El asesoramiento exitoso de padres orientados a pensar demandará proporcionar tanta información y tantos recursos como sea posible y responder a las preguntas que tengan sobre el proceso.

Por otro lado, los padres orientados a los sentimientos interactúan con el mundo en base a las emociones. Hablan con palabras sentidas y exteriorizan sus emociones. Por lo general, empiezan sus conversaciones con “Siento que...” o “se siente tan...”. A menudo se les dice que van por la vida demostrando sus sentimientos en público. Las personas que habitan en las emociones necesitan validar y procesar sus sentimientos antes de ser capaces

de oír algo lógico u orientado a la acción. El asesoramiento exitoso de los padres orientados a los sentimientos requeriría escuchar y validar sus emociones. Esto los ayudará a seguir adelante con el siguiente paso que necesitan tomar.

Por otro lado, las personas orientadas a la acción resuelven los problemas en movimiento. Constantemente preguntan “¿qué podemos hacer?” o “¿cómo podemos arreglar esto? Las personas orientadas a la acción necesitan HACER para sentir que están siendo útiles o productivas. A

menudo reciben el mensaje “eres como un elefante en un bazar”, o “tienes que pensar antes de actuar,” o “eres tan impulsivo”. El asesoramiento exitoso de personas orientadas a la acción necesitará que les dé una tarea o una investigación entre las llamadas telefónicas. Ellos quieren participar activamente en el proceso. Algunas ideas que podrían mantenerlos comprometidos son darles una lista de referencias para llamar, o pedirles que sigan de cerca los cambios de conducta, emocionales o físicos que observan en su niño.

Estilo de procesamiento cognitivo: El “mundo interior” frente al “mundo exterior”

Existe un modelo más útil para integrar el trabajo de asesoramiento relacionado con cómo las personas procesan la información que se les da. Estos estilos se llaman “mundo interior” y “mundo exterior”. Esta jerga se prefiere sobre el vocabulario común “introvertido” y “extrovertido”, que se ha asociado con los rasgos de personalidad tímida y sociable, respectivamente. Aquí la terminología describe cómo las personas interactúan con la información, no cómo interactúan con los demás. Las personas con “mundo interior” procesan la información internamente, en silencio en sus cabezas. Procesan la información internamente antes de hablar en voz alta. A menudo son catalogados como distantes, penosos o callados. Sin embargo, esto no es necesariamente cierto. Una persona con “mundo interior” puede ser perfectamente amigable y extrovertida, pero tiende a observar, luego procesar

y por último hablar. Su mejor trabajo de asesoramiento con una persona con mundo interior será proporcionarle información y darle tiempo para que la procese por su cuenta. Es muy probable que lo llame para hacerle preguntas adicionales o pedirle información.

Por el contrario, las personas con “mundo exterior” hablan en voz alta para procesar la información. Usted se enterará de todo lo que piensan, aunque quizá lo que digan no sea su último pensamiento. Hacen su mejor trabajo externamente, en voz alta. Son buenos para generar ideas y alternativas. El asesoramiento a una persona con “mundo exterior” requerirá que usted hable sobre temas y escuche cómo la persona lo procesa en voz alta. Lo usará como caja de resonancia.

Esquema de los dos estilos: El siguiente cuadro ilustra las formas en que ambas teorías de estilo pueden verse en el comportamiento de los padres.

EL ORDEN DE PENSAR-SENTIR-ACTUAR (TFA)

PENSAR

Mamá: No puedo pensar con claridad desde que me llamaron de la escuela. Tengo un millón de cosas dando vueltas por mi mente. ¿Cree que tengo que llamar a la policía? Creo que tengo que ir a buscarlo. Pero estoy pensando que quizá debería llamar a mi marido primero. No sé qué pensará él de todo esto. Estoy tan confundida.

Asesor: Su niño es muy afortunado de tener una madre como usted que piensa con tanta reflexión y consciencia. ¿Podemos calmarnos un poco y pensar en una cosa a la vez? Creo que podría ayudar. ¿Qué le parece?

Evaluación: El asesor en este escenario está tratando de calmar a la mamá al centrarse en un pensamiento a la vez. Las personas con “mundo exterior” orientadas al pensamiento que están en crisis pueden tener una mente que viaja a mil por hora y más rápido de lo necesario para poner palabras a los pensamientos. Hablar con calma, de manera lógica la ayudará a resolver sus pensamientos. Permanezcan en el reino del pensamiento y la lógica. Esto, en sí mismo, tranquiliza a la persona orientada a pensar. Haga que el problema suene lógico y con solución. No salte a la emoción o a la acción hasta que usted lo haya procesado de una manera lógica y orientada al pensamiento.

SENTIR

Mamá: Estoy tan enojada por toda esta situación. Él me traicionó. Confié en él. Me duele tanto que él haya podido hacerme esto. ¿Se ha enterado usted de algo similar a esto antes? ¿Los niños se recuperan de esto? Él es mi niño y siento que le di mi confianza y me devolvió tanta angustia que me duele el corazón. No he dejado de llorar desde que llamaron. Estoy tan devastada por esto. No sé ni cómo me debería sentir. ¿Cómo se supone que me recupero de esto? Me siento mal del estómago.

Asesor: Usted tiene muchos sentimientos fuertes al mismo tiempo. Pienso que su niño es muy afortunado de tener una madre tan afectuosa y que se preocupa tanto por él. Cuénteme más sobre sentirse traicionada por él. ¿En qué le hace pensar?

Evaluación: Es importante validar primero los sentimientos de la mamá. Y, en la medida que sea posible, intente ver el lado positivo para su niño. Es muy importante validar sus sentimientos y su rol de madre. Después de la validación, encuentre la manera de hacerle saber que usted realmente quiere entender cómo se siente.

ACTUAR

Mamá: Dígame qué tengo que hacer. Necesitamos justicia aquí. ¿A quién necesitamos informar de esto? ¿Cree que va a llegar a alguna parte? He oído muchas cosas sobre cómo nunca se hace justicia. ¿Cómo puedo asegurarme de que este tipo nunca salga de la cárcel? ¿Cuánto tiempo le darán en la cárcel? ¿Tiene una lista de abogados a los que puedo llamar para poner las cosas en marcha de inmediato? ¿Cuándo puedo recibir asesoramiento? Tenemos que ocuparnos de todo.

Asesor: Usted es una fuerte asesora de su niño. Sé que quiere hacer cosas. Vamos a hablar más sobre el tipo de cosas que puede hacer ahora, y las cosas que pueden esperar hasta más tarde. Será difícil hacer mucho de una sola vez, pero su niño seguramente se beneficiará de su acción rápida y decisiva. También queremos asegurarnos de no adelantarnos demasiado de la policía y de otras personas que desempeñan un papel en hacer que se haga justicia. ¿Qué le parece si ideamos un plan y un cronograma posible?

Evaluación: Se debe elogiar y validar el deseo de la madre de ponerse en acción. Sin embargo, las personas orientadas a la acción en este sistema pueden ser su peor enemigo si entran en acción sin un plan. Tanto como sea posible, elogie su deseo de entrar en acción, pero asegúrese de ayudarlas a planear cómo llevar a cabo su acción. Las personas con “mundo exterior” orientadas a la acción necesitan decirlo y HACERLO. Pero a menudo necesitan ayuda para crear un plan. Ayudarlos a realizar un plan para HACERLO generalmente satisface su necesidad de acción. Ayúdelas a ser constructivas y a seguir su plan de acción.

CONÓZCASE

¡Personalícelo! Es esencial que los asesores conozcan ante todo su propio estilo. Es importante saber que bajo estrés, nuestro estilo de interacción individual se manifiesta con más fuerza. Todo el mundo tiende a manifestar su auténtica forma de ser ante una crisis.

Tómese unos minutos para reflexionar sobre cuál es su estilo primario y anótelos aquí:

Cuál es su modo o lugar primario donde habita: ¿Pensar, sentir o actuar?

¿Usted tiene un "mundo interior" o "mundo exterior"?

EL ASESORAMIENTO INTENCIONAL PERMITE AL CLIENTE OPERAR EN SU ESTILO NATURAL, MIENTRAS QUE EL ASESOR SE ADAPTA PARA ACOMODARLOS.

Los asesores tienen una tendencia natural a interactuar con otras personas en su estilo más natural. Es donde se sienten más cómodos y donde creen que hacen su mejor trabajo. Sin embargo, para hacer el trabajo más eficaz, es importante interactuar usando el mismo estilo que el cliente.

Los asesores probablemente pueden pensar en un cliente sobre el cual se encontraron diciendo: "Nosotros simplemente no encajamos." "Parece que no logro avanzar con él o ella." "¡Ella y yo somos tan diferentes!" Probablemente el cliente estaba funcionando con un estilo cognitivo o conductual diferente a la del asesor. Si el asesor es una persona con "mundo interior" orientado al pensamiento y el cliente es lo contrario, lucharán para comunicarse más de lo que lo hacen las personas que comparten el mismo estilo.

El asesoramiento intencional permite al cliente operar en su estilo natural, mientras que el asesor se adapta para acomodarlos. Si el asesor es una persona orientado a sentir con un padre orientado a pensar, el asesor lo frustrará si le pregunta constantemente cómo se siente. Mientras que puede ser importante en algún momento ayudarlo a identificar sus sentimientos, lo que quiere y necesita es procesar primero en el modo pensar

antes que en el modo sentir. Es primordial preguntarle qué piensa en lugar de qué siente.

Preste mucha atención a la resistencia o a esa sensación de que algo no encaja. Tan pronto como alguna de las dos situaciones llega a ser evidente, cambie la estrategia. Es tentador juzgar rápidamente a los padres y decir que no cooperan o que tienen déficits emocionales cuando lo que realmente pasa es que ellos están procesando información muy difícil en su forma más natural. Cuando se choca con una pared, identifique el modo PENSAR, SENTIR o ACTUAR que fue el foco y elija otro camino. Los asesores trabajarán de un modo más eficaz con los padres cuando ambos sean capaces de coincidir con su estilo de interacción.

REVISIÓN DE LOS PUNTOS CLAVE: CÓMO CONECTARSE CON LOS PADRES

Pensar... sentir... actuar:

Apoye a los padres identificando en primer lugar su modo primario del comportamiento. Luego cambie su estilo para que coincida con el estilo de ellos. De este modo:

- Mostrará a los padres que los comprende;
- Les dará una oportunidad de procesar información difícil en su estilo más natural;

- Les permitirá ocuparse de sus necesidades y su agenda primero;
- Les permitirá sentirse escuchados, facilitando la transición al tratar los temas primordiales de su niño con más facilidad.

El “mundo interior” frente al “mundo exterior”

Reconocer que las personas interactúan con la información de dos maneras:

- Las personas con “mundo interior” recopilan información y luego la procesan internamente antes de que digan sus pensamientos en voz alta. Ellos inhalan...retienen el aire...luego exhalan. Generalmente necesitan tiempo en soledad para procesar la información y se beneficiarán de un asesor que les realice un seguimiento más adelante para responder otras preguntas.
- Las personas con “mundo exterior” necesitan hablar y pensar en voz alta. Recogen información en el mismo momento en que procesan la información. Recogen y procesan la información simultánea y continuamente hasta que el procesamiento termina. Se benefician de tener un asesor que pueda ser una caja de resonancia o que escucha a medida que piensan.

CUANDO LO BÁSICO NO ES SUFICIENTE

Habrán momentos en que tenemos que ir más allá de las habilidades básicas para la conexión. Dos tipos de situaciones en particular pueden presentar situaciones desafiantes:

- Si los padres tienen antecedentes de traumas, su habilidad para concentrarse en el tema actual se puede complicar y/o
- Si los padres no creen que su niño ha sido abusado sexualmente.

Veamos cada una de estas cuestiones:

Antecedentes de trauma en los padres

Cada uno traslada el pasado al presente. Para algunos, el pasado está lleno de dolor y se esfuerzan por mantenerlo acorralado. Los estudios de investigación continúan mostrando que hay muchos adultos sobrevivientes de violencia sexual en el mundo, incluyendo hombres y mujeres. Algunos han superado sus experiencias al recibir algunas formas de tratamiento, otros han sido capaces de recuperarse a través de sus propios medios y han podido vivir vidas saludables y productivas. Para otros, el tratamiento, incluyendo las opciones de asesoramiento, se consideraría un lujo. Se pasaron la vida cuidando a sus propios niños, conservando sus trabajos, pagando las facturas, etc.

Independientemente de en qué etapa de su propio proceso puedan estar los adultos sobrevivientes e independientemente de si recibieron ayuda en el pasado, es fundamental que los asesores estén conscientes y sean sensibles a las necesidades de los padres que también son sobrevivientes del abuso sexual.

La agresión sexual a un niño puede provocar una oleada de recuerdos y emociones relacionadas con el abuso sexual o físico de los padres en el pasado. Cuando esto sucede, la manera en que los padres se defienden para evitar los

recuerdos dolorosos del pasado es tratar de ignorar el motivo actual que causa dolor. Desde afuera puede aparecer que el padre es indiferente y no le cree a su niño o no tiene la capacidad de apoyar al niño. Sin embargo, si miramos a través del lente del trauma, podría ser un padre tratando de evitar el dolor de revivir abusos pasados. Es importante que el asesor tenga en cuenta que el padre puede estar luchando tanto con el dolor emocional de la situación actual como también con llevar la carga de sus propios abusos del pasado. Se requiere un mayor nivel de empatía y compasión para ver más allá de lo que puede estar mostrando el comportamiento exterior de una persona.

Asesorar a un padre que también es un sobreviviente puede ser complejo. Los adultos que han sobrevivido al abuso sexual siendo niños a menudo no tienen lugar en nuestros sistemas de apoyo. Al apoyar a los padres y cuidadores para que atiendan sus propias necesidades como adultos sobrevivientes, los asesores, en última instancia, están ayudando al niño que los necesita. Puede ser un reto lograr el equilibrio entre apoyar a los padres/cuidadores mientras se mantiene el enfoque en las necesidades del niño. Sin embargo, en la medida en que el padre reciba apoyo, podrá a su vez apoyar mejor a su niño. Los asesores pueden desempeñar un papel clave en ayudar a un padre a entender la importancia de apoyar activamente a su niño.

Una manera de empezar el diálogo es hacerle entender a los padres lo importante que son a la hora de solucionar esta situación de manera saludable.

Comience por compartir lo que dice la investigación: El indicador más fuerte de un niño que se recupera con éxito después del abuso sexual es el apoyo de los padres (Cohen, Deblinger, Mannarino, & Steer, 2004); el apoyo de los padres que no cometen el abuso es primordial para el resultado positivo del niño (Elliot & Carnes, 2001; Scheeringa & Zeanah, 2001).

Ayudar a los padres a entender la importancia de su papel puede, a su vez, motivarlos para buscar apoyo y asesoramiento para ellos. Los asesores además pueden hacer participar a los padres explicando cómo algunas formas de intervenciones terapéuticas pueden ser útiles tanto para la sanación de ellos mismos, como para ayudarlos a enfrentar la agresión sexual del niño. Los asesores pueden ofrecer recursos para los padres sobre los servicios que pueden estar disponibles para ellos dentro de la comunidad. Algunos padres estarán poco dispuestos a participar en el asesoramiento para su propio beneficio, pero pueden cambiar de opinión si saben que esto a su vez ayudará a los niños. Si los padres no están en un lugar donde pueden elegir acceder a servicios para ellos mismos, los asesores aún pueden prestar apoyo a los padres considerando las opciones y recursos para sus niños.

Cómo sostener dos verdades: La regla “y”

Los padres que vuelven a experimentar sus propios traumas como resultado del trauma de su niño están en una situación potencialmente difícil que significa sostener dos verdades simultáneamente. Ellos perciben que sus propios

sentimientos salen a la luz mientras que al mismo tiempo tratan de hacerlos a un lado para atender las necesidades de su niño. La clave para los padres es llegar a un lugar donde puedan mantener simultáneamente las dos verdades y decir, “mis sentimientos se desencadenan por el ataque a mi niño Y voy a darle el apoyo que necesita”.

Puede ser útil que los asesores les hagan recordar a los padres sobre otras veces en las que tuvieron que sostener dos verdades opuestas al mismo tiempo, quizá mientras sufrían su propio abuso sexual o poco después. Tal vez de niños aprendieron a aceptar que no les gustaba ser abusado sexualmente, pero al mismo tiempo amaban a la persona que cometía el abuso. También podría ser útil recordar a los padres que tienen las habilidades para aferrarse a las dos verdades como una manera de hacerles frente y de funcionar, y que pueden hacer esto ahora por sus niños. Los asesores pueden desempeñar un papel vital para apoyar a los padres en medio de sus propios disparadores (o referirlos a alguien que sí pueda) Y apoyar a su niño.

Cómo tratar con los disparadores

No es raro que la memoria se precipite. Un olor, un lugar o una imagen pueden desencadenar un recuerdo tan presente como el día en que sucedió. Si ese recuerdo es traumático, puede provocar una oleada de emociones que pueden empujar a una persona a un estado psicológico frágil. Es importante que los padres sean capaces de reconocer lo que ha desencadenado esos sentimientos y entender el comportamiento y la emoción que surgen como respuesta.

Los padres se pueden beneficiar de

aprender habilidades que les ayuden a manejar las emociones que vienen en momentos no deseados. El aprendizaje de habilidades para reducir el estrés y regular las emociones puede ser una verdadera ayuda y enseñar a los padres técnicas de los conocimientos básicos (*grounding techniques*) puede ser un buen lugar por donde empezar. Mientras que no están previstas para reemplazar la intervención del asesoramiento, aprender y enseñar técnicas de conocimientos básicos, tales como la respiración abdominal, la relajación muscular progresiva, o decir el alfabeto hacia atrás, pueden ser habilidades útiles para ayudar a los padres a manejar las emociones.

Una manera de persuadir a los padres para practicar las técnicas de conocimientos básicos es convertirlas en actividades que pueden hacer con sus niños. Es importante practicar estas técnicas cuando no están en crisis. Tratar de recordar cómo hacer algo en medio de un ataque de pánico puede ser difícil si nunca lo han practicado. Explique el fundamento del ejercicio y hágale saber a los padres que es muy importante que sus niños aprendan esta habilidad ahora ya que les puede servir para el resto de sus vidas. Tenga en cuenta que desarrollar una nueva habilidad de esta naturaleza lleva tiempo y práctica permanente. Una vez que el padre la practica regularmente con su niño, ambos recordarán utilizarla cuando la necesiten.

Consulte la hoja para Padres informados sobre el trauma (TIP) llamada *Técnicas de conocimientos básicos* al final de esta publicación o en Internet en www.nsvrc.org.



Cómo trabajar con un padre que no cree lo que ha sucedido

El padre que expresa incredulidad sobre el abuso puede plantear otro reto. Es raro que las personas mientan sobre el abuso sexual y es aún más raro que los niños sean capaces de fabricar una historia sobre un tema del que saben tan poco, o nada (Faller, 2007; Jones & McGraw, 1987; Trocme & Bala, 2005). Los asesores pueden querer primero dedicar algún tiempo a averiguar en qué se centra la resistencia de los padres. En la página 21 hay algunas estrategias que pueden contrarrestar la incredulidad que luego pueden permitir al padre atravesar esta etapa y brindar el apoyo adecuado. Una nota de precaución: Un padre que continúa no creyendo y que tampoco protege a su niño puede requerir un informe a la agencia de protección de menores en su área. Para más información sobre cómo responder al

abuso infantil y su deber de presentar los informes obligatorios, comuníquese con su coalición sobre agresión sexual y visite Child Welfare Information Gateway (Portal de información de bienestar infantil) en www.childwelfare.gov.

Como sabemos, la mayoría de los casos de abuso sexual de niños lo comete alguien que el niño conoce (Snyder, 2000). Podrían ser miembros de la familia, conocidos, maestros, entrenadores o alguien en una posición de confianza. Estas personas a menudo son conocidas y amadas dentro de la familia por una serie de cualidades positivas. En muchas situaciones, suelen ser las personas que se desviven por mantener relaciones estrechas. Así que si un niño revela el abuso sexual por parte de personas con esa forma de ser, la divulgación a menudo se toma con sorpresa. Y cuando se nombra a la persona que ha realizado el abuso, esto provoca muchos sentimientos encontrados en los miembros de la familia y amigos. Si esa persona era o es un proveedor primario de la familia, surgen aún más complicaciones. El padre que no comete el abuso de pronto se encuentra en una posición en la que tiene que proteger a su niño teniendo a su vez emociones encontradas que a menudo incluyen amor, enojo, incredulidad, confusión y temor hacia el agresor.

Los padres sobre los que se habla aquí son aquellos que no creen en el abuso sexual que su niño ha comunicado, pero cumplen con la exigencia de mantener al niño alejado de la persona que abusa de ellos. Algunos padres expresan incredulidad de una manera que es más semejante a la conmoción que les causó el abuso. Podrían decir cosas como:

- “No puedo creer que esto haya sucedido;”
- “No puedo creer que mi propio hermano hiciera esto;”
- “¿Está seguro de que ella no lo inventó o que no fue un sueño que pareció real?”

Una estrategia de asesoramiento que se alinea con el estilo de pensar, sentir o actuar de los padres al proporcionar información y apoyo puede ser todo lo que se necesite para ayudar a los padres a procesar la conmoción y la incredulidad inicial.

Llevará más tiempo trabajar con los padres que realmente no creen que el abuso haya sucedido y están firmes en esa postura. Una vez más, es imperativo que identifique el estilo de comportamiento de los padres y realice el proceso con ellos únicamente en ese estilo. La mayoría de las personas procesará la información difícil en su modo primario. Sin embargo, a medida que ellos trabajan el tema, es posible que usted note que cambian a un modo diferente. Por ejemplo, un padre orientado al pensamiento puede enfocarse en intelectualizar el abuso y la situación. Al atravesar y procesar la situación con ese padre, usted puede notar un cambio en un modo de sentir o actuar.

Como se señaló anteriormente, todos procesamos la información en los tres modos, pero normalmente habitamos en un área donde se realiza la mayor parte del trabajo antes de cambiar a otro. La clave para trabajar con la incredulidad es entender la raíz de la incredulidad, y alterar la raíz de la distorsión. El primer paso puede implicar tomarse el tiempo necesario para alinearse con el sistema de creencias de los padres con el fin de comprenderlo. El objetivo final es hacer que le crean a su

niño. Pero para llegar a esa etapa, debe haber ganado su confianza.

Es posible que las personas no estén abiertas a escuchar una tercera opinión cuando están en esa etapa, pero usted puede comenzar la conversación haciendo una serie de preguntas que los hará pensar diferente. Siempre tenga el objetivo en mente y adapte cada pregunta para acercarlos progresivamente.

Ejemplo:

Padre

“No puedo creer que esto haya sucedido”.

Evaluación del estilo: Esto suena como un padre orientado al *pensamiento*. Por lo tanto, permanezca en el reino del pensamiento;

Asesor (orientado al pensamiento)

“Es muy difícil enterarse del abuso sexual de niños”; o

“Cuénteme más sobre lo que está pensando”; o

“Debe ser muy difícil escuchar esto. ¿Qué está pensando en este momento?”

Escuche cómo el padre responde a las afirmaciones orientadas a pensar para asegurarse que usted identificó su estilo correctamente. Si se equivocó, se enterará. Podría encontrarse con el silencio, o tal vez él volverá con una afirmación que lo clarifique.

Dar a los padres información para complementar lo que ya saben puede ser una medida de acción efectiva. Ampliar su pensamiento permite que exista la posibilidad que su niño esté diciendo la verdad. Nuevamente debe tener el objetivo en mente y hacer preguntas que gradualmente lograrán que el padre llegue

a la misma conclusión.

Un padre también puede elegir no creerle a su niño porque hacerlo significaría separarse de la persona que realizó el abuso. Esa persona puede ser el proveedor financiero y/o emocional de la familia.

La investigación y la experiencia nos ha demostrado que los agresores no solo manipulan a la víctima, sino a toda la familia (Craven, Brown & Gilchrist, 2006). Otra clave para poder sacar al padre de la resistencia es hablar de los procesos típicos de acoso y manipulación que los adultos que cometen la agresión sexual a menudo utilizan con la víctima, la familia e incluso con la comunidad en algunos casos, con el fin de ganar la confianza que necesitan para abusar de este niño.

Como alternativa, es posible y útil en algunos casos crear/dejar un espacio si el padre está experimentando sentimientos confusos y ambivalentes sobre la persona abusiva. Descartar cualquier sentimiento positivo que todavía podrían tener hacia esa persona puede provocar resentimiento y resistencia hacia usted. Podría ser más productivo centrarse en la injusticia y el daño de los actos abusivos sin obligarlos a adoptar una perspectiva particular sobre el abusador que en este momento son incapaces o poco dispuestos a considerar. Focalizar la injusticia y el daño indiscutible de lo que ha sucedido, puede llevar la conversación más allá de la persona que cometió el abuso y colocarla donde debe estar: en el niño victimizado y las acciones que se requieren ahora para detener un daño mayor.

Considere cada conversación con los padres como un paso más para apoyar al niño. Esto lleva tiempo, ya que es necesario asegurarse que el padre entiende que la persona que abusó de su niño no puede continuar teniendo acceso al niño, o a cualquier otro niño, en ningún momento. Hablaremos más sobre esto en la *Sección 4*.

NOTAS



SEGUNDA PARTE

CÓMO COMUNICAR CONCEPTOS CLAVE A LOS PADRES

¿Qué significa ser padres informados sobre el trauma? La atención basada en la información sobre el trauma se refiere a un enfoque que no solo trata los síntomas relacionados con la violencia sexual, sino que también es sensible a cuestiones relacionadas con el trauma que incluyen la historia y la experiencia vivida de un sobreviviente [National Sexual Assault Coalition Resource Sharing Project (Proyecto para compartir de la Coalición Nacional contra el Abuso Sexual) o RSP, por sus siglas en inglés, y Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual o NSVRC], 2013, p. 5). Casi se ha convertido en parte de la lengua vernácula común dentro del campo del servicio social. Pero, ¿qué significa realmente?

Quizá sea más importante empezar por lo que no significa. No significa que el trauma se convierte en la identidad de un individuo, ni que la palabra “víctima” se convierta en sustantivo. La mejor manera de captar su significado es centrarse en lo que le ha pasado a una persona frente a lo que está mal con la persona. El individuo y cualquier comportamiento que lo acompañe son vistos a través del lente del trauma. Este lente es más amplio; toma en cuenta

el impacto que ha tenido el trauma en la persona victimizada, se basa en las fortalezas de esa persona y su especialización sobre sus propias experiencias, necesidades, cultura y resiliencia (Harris & Fallot, 2001; Proffitt, 2010).

Padres informados sobre el trauma lo afrontan de una manera similar. En lugar de mirar a un niño enojado, un padre informado sobre el trauma verá a un niño que ha interiorizado la ira como resultado del abuso. Pasar de echar la culpa a comprender lleva a la empatía apropiada para el niño.

Los padres no necesitan usar o ni siquiera conocer la frase “padres informados sobre el trauma”, pero sí tienen que adoptar la filosofía y la práctica. La mejor manera de comunicar este punto es ser consistente en el modo en que usted se refiere al niño, al abuso y al impacto. Elija las palabras intencionalmente. Tenga cuidado con la manera en que enmarca las cosas. Replantee las conversaciones que los padres le comuniquen y oriente su pensamiento de una manera más informada sobre el trauma.

El trauma y su impacto

Los padres necesitan entender que esa agresión sexual afecta a los niños de una manera tal que al niño le puede resultar difícil expresar. Aunque es difícil predecir cómo afectará a cada niño, proporcione información a los padres que les permita sentir confianza en la crianza de los niños después del ataque. Proporcione información en las dosis adecuadas para cada persona. Como se señaló en la sección anterior, algunos padres querrán más información mientras que otros padres



MÁS SOBRE LA ATENCIÓN BASADA EN EDUCACIÓN SOBRE EL TRAUMA

Para obtener más información sobre cómo desarrollar una práctica basada en la educación sobre el trauma, consulte *Building Cultures of Care: A Guide for Sexual Assault Services Programs* (RSP & NSVRC, 2013) en <http://tinyurl.com/qgbdrst>.

preferirán dosis más pequeñas y más frecuentes. Escuche las señales que le dan mientras interactúa con ellos.

Recuerde que los padres también están sufriendo el trauma. Los padres están conectados emocionalmente a su niño y a menudo sienten una enorme sensación de miedo y angustia por el impacto sobre su niño y lo que eso puede significar para su futuro. Es posible que no sean capaces de concentrarse o retener la información que reciben. Por lo tanto, trate de proporcionar información de diversas

maneras, incluyendo la información escrita para reforzar las conversaciones verbales (cuando corresponda). Esto equilibrará la realidad de que a los padres se les carga de muchos contenidos a la vez. La información escrita se puede entregar por medios electrónicos o en papel.

Personalice y utilice las hojas de Padres informados sobre el trauma (TIP) que se presentan como anexos a la Guía. También están disponibles en Internet en la página de Lifespan en www.nsvrc.org.

TRES GRANDES CONCEPTOS: PERSPECTIVA, GROOMING Y CONTAR

Es importante enseñar a los padres la terminología y los conceptos relacionados con el abuso sexual de niños. Los padres se beneficiarán de tener información clara y precisa sobre el abuso sexual de niños y comprender los temas relacionados. Preste atención a lo que los padres dicen y continúe estas oportunidades para discutir los temas en profundidad.

A continuación se presentan algunos de los temas de enseñanza que los asesores pueden tener a su disposición para compartir cuando surja la oportunidad. Tenga en cuenta: Esta discusión se centra en los adultos que abusan, no en los niños/adolescentes que abusan. La comprensión, las motivaciones, los comportamientos y las manipulaciones de sus propias conductas abusivas pueden ser muy diferentes de las de los adultos que abusan, aunque el impacto sobre el niño victimizado puede ser aún tan importante. Para comprender más sobre el abuso sexual por parte de

CÓMO HABLAR CON LOS PADRES Y LOS NIÑOS

Los asesores pueden sugerir a los padres maneras en las que pueden hablar con sus niños si los escuchan hablar sobre juegos o interacciones que no les resultan familiares.

Los padres pueden acercarse a los niños de una manera no amenazadora y realizar más preguntas como “¿podrías enseñarme a jugar a este juego?” o “¿podrías contarme más sobre ese juego y con quién lo juegas?” Preguntas como esta pueden permitir a los padres obtener más información directamente del niño que puede revelar si las interacciones son inocentes o son de hecho un comportamiento sexual inadecuado.

los adolescentes, consulte los Recursos adicionales al final de este documento.

Las perspectivas del adulto frente a las del niño

En general, los adultos a menudo tienen creencias y percepciones preconcebidas sobre el abuso sexual de niños. Se basan en la información aprendida así como en la información ganada con la experiencia vivida. Parte de la información es precisa y parte no. Los adultos tienen la capacidad cognitiva de formar una opinión sobre este tema complejo. Por otro lado, los niños no tienen la experiencia ni los conocimientos necesarios para comprender el abuso o los actos sexuales.

Los niños llegan a conocer los conceptos

de bien y mal, así como los de bueno y malo. Entienden que a veces eligen hacer cosas que pueden estar mal, pero las hacen de todos modos. Después creen que tienen que ocultar el acto o el comportamiento de sus padres. Sin embargo, el abuso sexual es un concepto que es ajeno a los niños. No tienen contexto para ese concepto.

Los adultos que agreden sexualmente son un grupo diverso de personas [Association for the Treatment of Sexual Abusers (Asociación para el tratamiento de abusadores sexuales) - ATSA, por sus siglas en inglés, 2014]. No todos tienen las mismas motivaciones, ni emplean las mismas prácticas o participan en el mismo proceso de grooming y manipulación. Sin embargo, tienen las ventajas del poder físico, el poder posicional y/o poder intelectual sobre un niño y utilizan este poder para su beneficio.

Los niños pueden sentir que lo que les está pasando está mal, pero no se dan cuenta de cuán mal es para el adulto. Los niños fácilmente son desacreditados o ignorados porque se les da poco poder. Esta dinámica de poder puede utilizarse en beneficio de un adulto abusador ya que a menudo a los niños les resulta difícil hablar sobre lo que les está sucediendo.

Grooming

El término “grooming” puede ser nuevo para muchos padres. No es parte del lenguaje común y puede necesitar una explicación en el contexto de cometer abuso sexual de niños. En general, es importante que los padres entiendan que el ataque sexual no es algo que sucede “por casualidad”. El grooming es un proceso mediante el cual una persona prepara a un niño, a los adultos significativos y al entorno para el abuso de ese niño (Craven, Brown & Gilchrist, 2006).

(Nota: Para obtener información sobre los comportamientos de grooming de niños que agreden sexualmente a otros niños, consulte *Stop It Now! Signs that a Child or Teen May be At-Risk to Harm Another Child (¡Basta! Señales de que un niño o adolescente puede estar en riesgo de lastimar a otro niño)*, <http://tinyurl.com/m4ncdyb>)

Mientras que cada sobreviviente tendrá diferentes circunstancias, gran parte de la investigación ha identificado los siguientes comportamientos como estrategias típicas de grooming de los adultos que abusan sexualmente (Craven et al., 2006; National Children’s Advocacy Center, 2013):

- Dar un trato especial a un niño sobre otro
- Comprar regalos o dar privilegios especiales que se convierten en un intercambio por actos sexuales
- Aislar al niño de otros miembros de la familia para cuidarlos o llevar al niño a pasear
- Crear una división entre la víctima identificada y otras personas cercanas a él o ella
- Jugar juegos que incluyen cruzar las fronteras físicas como una trampa para toques sexuales

Los adultos que abusan también realizarán un grooming de los otros adultos presentes en la vida del niño, como los padres, maestros y otros cuidadores para ganar acceso al niño (Craven et al., 2006). Algunos también pueden buscar profesiones o roles que tienen acceso a los niños y ganar la confianza de los adultos dentro de la comunidad (Craven et al., 2006). Estas profesiones o roles pueden incluir líderes Scout, entrenadores y otros roles que les proporcionan acceso a los niños que de otro modo no tendrían (Mcalinden, 2006).

CÓMO PREGUNTAR

Es natural que los padres tengan la reacción de hacerles preguntas a sus niños para entenderlos mejor.

Ayudar a los padres a entender que los niños pueden interpretar las preguntas de modo diferente del que se proponen, es decir, de modo acusatorio en lugar de poder ver que están interesados y que quieren saber qué les ha sucedido. Por ejemplo, la pregunta “¿por qué no me dijiste antes?” podría implicar que el niño hizo todo mal cuando los padres en realidad quieren decir que lo habrían ayudado inmediatamente si hubiesen sabido.

Una respuesta más efectiva sería decir “Estoy muy contento de que me hayas contado”. ¿Puede ver la diferencia enorme entre las dos respuestas? Los niños tienden a considerar preguntas como desaprobación.

Lo que podría parecer ser manipulación o persuasión en una interacción entre adultos cambia cuando es entre un adulto y un niño. Cuando estas mismas estrategias se utilizan con un niño, se convierten en abusos de poder, amenazas y culpa para crear el secreto que permite que los abusos sexuales prosperen. La persona que ofende también puede amenazar al niño diciéndole que sus padres se enojarán por el abuso, o amenazarlos con hacerle daño al mismo niño, a sus seres queridos, o a sus mascotas para asegurarse que el niño mantenga el abuso en secreto (NSVRC, 2012). Las personas que abusan a menudo

convencen a los niños de que los niños mismos tienen la culpa sabiendo que su mayor temor es meterse en problemas con sus padres o con un adulto de confianza.

DIVULGACIÓN: CÓMO Y CUÁNDO CUENTAN LOS NIÑOS

A menudo, los padres quieren saber por qué su niño demoró en contarles sobre el abuso o por qué le contó a alguien más. Los niños a menudo no divulgan el abuso sexual de inmediato por múltiples razones (Alaggia, 2005; Collings, 2006; Hershkowitz, Lanes, & Lamb, 2007). Algunos niños demoran porque no quieren hacer enojar a sus padres o a la familia. Algunos niños no cuentan hasta que se sienten lo suficientemente seguros de hacerlo. Como se indicó anteriormente, los adultos que agreden sexualmente pueden utilizar una variedad de tácticas para confundir o engañar a los niños haciéndoles creer que es culpa de ellos, haciéndoles temer la pérdida del amor y la seguridad de sus padres si lo cuentan. Es posible que los niños no cuenten hasta que la persona que perpetró la violencia ya no está en su vida o hasta que saben que el abusador ya no tendrá acceso a ellos. Muchas veces, esto sucede en simultáneo con un divorcio o una ruptura. Algunos niños le cuentan a un maestro o consejero escolar luego de una discusión sobre la seguridad en la escuela. Es probable que la charla los haya ayudado a darse cuenta de que lo que les estaba pasando era abuso.

A veces los niños mayores le cuentan a un padre o adulto de confianza en una manera muy directa sobre el abuso una vez que se dan cuenta de que está mal y desean que la persona que los agrede se detenga. La

mayor parte llega a un punto donde están confundidos sobre lo que está pasando, o están asustados pero no saben por qué, o presienten que lo que está sucediendo está mal. Ellos pueden haber sido preparados (grooming) para creer que son culpables y que nadie les creerá si cuentan lo sucedido. Algunos niños piensan que ya lo han contado y que los padres no hicieron nada. Por ejemplo, los niños pueden pensar que los padres toleran el abuso porque siguen llevando al niño a la casa de la persona que abusa de ellos, incluso después de que el niño haya dicho que no le gustaba ese lugar. Los niños pueden haber hablado sobre el “juego” o tal vez haber dicho “Ya no me gusta jugar al juego de la serpiente con el Tío José”. Si los padres permiten que esto continúe, en la mente del niño se refuerza la creencia de que está bien. Creen que hablaron claramente y que los padres no los protegieron. Pero desde el punto de vista de los padres, ellos simplemente escucharon una historia sobre un juego o quejas por tener que ir a la casa de la persona que los cuida.

Impacto: Ahora y después

Es probable que el abuso sexual impacte en el niño que ha sido víctima de una forma diferente a lo largo del tiempo. El abuso tiene diferentes significados para un niño a medida que crece. Una niña abusada a los 4 años tiene un punto de vista que se modifica y cambia a medida que crece y madura. A menudo esto se denomina “impacto en el desarrollo” (Trickett, Noll & Putnam, 2013). Una persona que recibe terapia y trabaja sus pensamientos o sentimientos como niño pequeño puede más tarde volver a hacer terapia cuando se acerca la pubertad, y nuevamente de adolescente o mientras está en la universidad. Las tareas o rutinas de desarrollo influyen en la perspectiva de

un niño. No es inusual que un niño vuelva a terapia en cada hito del desarrollo. Esto no significa que no experimentaron la sanación cuando eran más jóvenes; simplemente significa que el abuso ha adoptado un significado diferente porque lo entienden de un modo diferente a medida que crecen.

Impactos iniciales

A menudo los padres preguntan a qué necesitan prestarle atención después de que se enteran que su niño ha sido abusado sexualmente. Realmente no hay indicadores absolutos de diagnóstico más allá del relato directo de un niño, aunque existen algunos comportamientos o emociones comunes que pueden surgir como enuresis nocturna (orinarse en cama), pesadillas o cambios de humor según la edad del niño. Los niños abusados sexualmente pueden presentar una variedad de síntomas que pueden reflejar aspectos específicos del abuso y de la naturaleza personal del niño (Faller, 1993). Consulte Stop it Now! en <http://tinyurl.com/lg55mjj> para obtener una lista para padres de los indicadores comunes del abuso sexual de niños. También se puede encontrar información adicional en la página Preventing Child Sexual Abuse Resource (Recursos para prevenir el abuso sexual de niños) en <http://tinyurl.com/lkq5zws>.

Se debe concientizar a los padres sobre estos indicadores. También pueden necesitar ayuda sobre la manera de responder a esos indicadores (se tratarán en las Secciones 5 y 6). A algunos les puede resultar difícil pedir ayuda o admitir que no entienden un punto determinado, por lo tanto, una buena estrategia puede ser proporcionar una lista de posibles síntomas a un padre y repasar cada uno para averiguar dónde puede haber problemas.



TERCERA PARTE

CREANDO PUENTES: CÓMO CONECTARSE CON LOS SISTEMAS

Cuando un padre se entera por primera vez que su niño ha sido agredido sexualmente, no tiene idea de lo que lo espera. Criar a un niño mientras atraviesa este trauma es lo suficientemente estresante, pero se suma mucho más estrés al conectarse con los sistemas de protección legal y bienestar infantil. Esto es desalentador bajo las mejores circunstancias. Los asesores pueden tener el rol de embajador, intérprete, campeón, socio y enlace.

Los asesores están acostumbrados al funcionamiento del sistema y pueden olvidar fácilmente mirarlo desde el punto de vista de un padre. Existen cosas sobre los diversos sistemas que realmente no tienen sentido lógico y son muy diferentes de otras experiencias que un padre típicamente podría enfrentar. Sin un marco de referencia del cual depender, a los padres les puede costar mucho aceptar o incluso estar de acuerdo con el proceso.

Los sistemas de la justicia penal y el bienestar infantil son diferentes de otros sistemas que un padre puede haber experimentado. La principal diferencia es que el niño – y solo el niño – se convierte en el centro y la prioridad de cada interacción.

Los padres están excluidos de la mayoría de las entrevistas. Esto no es común para los padres que, durante años, han llevado a sus niños a las citas con los médicos, las interacciones con las escuelas, etc. y desempeñan un papel vital en todas las discusiones. En la mayoría de los escenarios, los padres no solo son bienvenidos, sino que también se los trata como a las personas que más conocen a sus niños y a las necesidades de sus niños.

Estas son unas declaraciones típicas de los padres:

*“¿Cómo que no puedo estar en la entrevista con mi hija? Tiene solo 5 años.
¿Por qué permitiría que un total desconocido hable con ella?
No le permito a usted que le haga eso.”*

*“¿Realmente espera que me sienta afuera de la sala cuando mi niño va a testificar?
¡Me necesita ahí adentro!”*

*“¿Por qué ella tiene que hablar sobre el abuso en el tribunal?
¡Es victimizarla otra vez!”*

*“¿Qué van a hacer exactamente en este examen médico?
Ella me necesita ahí adentro.”*

EL ABC DE CÓMO PREPARAR A LOS PADRES

Los asesores son el puente para los padres. Cuando sea posible, comuníquese con los padres antes de una entrevista o cita para darles información sobre lo que pueden esperar. Algunos padres querrán conocer muchos detalles, y otros padres querrán un panorama amplio de lo que va a suceder. Es importante mencionar el panorama amplio y los detalles. No espere que los padres le hagan preguntas. Es difícil formular preguntas cuando uno no tiene ningún contexto. El papel del asesor es anticipar la pregunta y satisfacer las necesidades de los padres.

ANTICIPAR

El gran asesoramiento se basa en servir. Cuando tenemos una mentalidad orientada al servicio, siempre trataremos de estar un paso delante de los padres o del sistema. Trataremos de anticipar la pregunta, el problema o la necesidad. En las declaraciones anteriores de los padres, el hilo conductor es la sorpresa ya que no estaban preparados con anticipación. Una vez que eso sucede, es mucho más difícil manejar la situación porque las emociones fuertes se convierten en una parte del escenario actual. Puede oír un mayor nivel de emoción en la voz de cada padre.

Hay cosas comunes que podemos anticipar para preparar a los padres, pero también hay cosas únicas para su comunidad. A medida que observa tendencias que parecen producirse, haga una lista para que otros asesores en su agencia puedan beneficiarse de su

experiencia y conocimiento. Por ejemplo, usted sabe que un detective en particular siempre pide que el asesor se vaya para poder entrevistar al cliente a solas. Es importante dar seguimiento a esa información para que pueda compartirla con otros asesores. Por lo tanto, puede anticiparle al padre que esto puede suceder, y cómo usted se ocupará de la situación.

Anticipar-preparar: Estar presente desde el principio puede ayudar a facilitar las cosas a los padres. En la mayoría de los delitos, los detectives típicamente entrevistan a los testigos por sí mismos. La agresión sexual y la violencia doméstica son únicas por el hecho de que los centros de asesoramiento en todo el país han influido en estos sistemas tradicionales al lograr cambios en las políticas, permitiendo que los asesores estén presentes durante las entrevistas para apoyarlos. Algunos estados han incluido esto como un “derecho” que no se le puede negar a la víctima. Sin embargo, es posible que muchos detectives, especialmente quienes no realizan muchas investigaciones sobre violencia sexual, no estén familiarizados con este derecho. Algunas áreas también tienen centros de asesoramiento infantil con un especialista capacitado en entrevistas a niños que se pueden realizar a solas mientras la policía y los Servicios de Protección Infantil ven la entrevista a través de un espejo unidireccional o mediante tecnología. Los especialistas en entrevistas a niños o especialistas forenses generalmente realizan las entrevistas sin la presencia de un asesor.

Sin embargo, si a la entrevista la realiza un oficial de la policía o un detective, la víctima tiene derecho a un asesor. Si su estado tiene una Declaración de Derechos para Víctimas de delitos que incluye el derecho a un asesor en todos los procedimientos penales, entonces tenga una copia a mano en todo momento.

Ejemplo: Un detective le pide que se retire de la sala para poder empezar la entrevista con el niño que ha sido víctima de abuso sexual.

Posición del asesor: “Gracias por dejarme saber su preferencia, sin embargo, soy asesor de la víctima y a ella le gustaría que me quede. Ella sabe que tiene derecho a un asesor en esta entrevista. Así que díganos cuándo le gustaría empezar.”

CONSTRUIR

Los asesores pueden ser un recurso útil para los padres al construir un puente que lleve los distintos sistemas con los que ahora deben relacionarse. En muchos sentidos, los asesores trabajan en la administración de casos porque son la persona central que realiza el seguimiento de todos los sistemas que involucran al niño y al padre. En algunas comunidades, donde existen centros de asesoramiento infantil que funcionan en colaboración con múltiples proveedores del sistema y asesores, el proceso funciona con mayor facilidad. Es probable que esto permita una mayor coordinación para que los padres no se choquen con demandas contradictorias y solicitudes diversas. Sin embargo, si no hay una respuesta coordinada, usted, como su asesor, puede coordinar los esfuerzos.

Oportunidades para CONSTRUIR

Citas múltiples: Los padres deberán traer a su niño a múltiples citas hechas por los diferentes sistemas. Los asesores juegan un papel importante en apoyar a los padres a desenvolverse en estas citas y sistemas, que en definitiva benefician al niño y al grupo familiar. Sin embargo, participar en estas citas y sistemas puede tener un costo económico para los padres y cuidadores ya que pierden días de trabajo, pierden parte de su salario y sufren un aumento de los costos asociados con los copagos, el transporte y otros servicios. Los asesores pueden ayudar a identificar cualquier ayuda económica que pueda estar disponible para aliviar estos costos. Por ejemplo, en algunas jurisdicciones se dispone de reembolsos de los costos incurridos como resultado de la

violencia sexual a través del Programa de Compensación para Víctimas del Crimen. Cada estado administra los Programas de Compensación para Víctimas del Crimen y generalmente usted puede encontrar más información en el sitio de Internet de su estado.

Además, los asesores pueden ayudar a apoyar a los padres y cuidadores a tomar tiempo de las horas de trabajo y acceder a otras flexibilidades con respecto al trabajo, como trabajar desde su casa y ajustar los horarios para facilitar su capacidad de participar en varias citas con sus niños. Los asesores pueden hacerlo (con el permiso de los padres/cuidadores) escribiendo cartas en su nombre, haciendo llamadas telefónicas o visitando a los empleadores y otras estrategias.



A menudo, los sistemas no se comunican bien entre ellos. Por ejemplo, cuando se esté entrevistando al niño, asegúrese que los Servicios de Protección Infantil (o el equivalente de esa agencia en su estado) estén al tanto de esto para obtener información al mismo tiempo. Usted puede ser el puente para hacer que la entrevista parezca más fluida de lo que realmente es. Nuestro objetivo siempre es crear un sistema que esté más centrado en el trauma y que sea amigable con el niño y no de otro modo.

Traducir el sistema

Sea un asesor proactivo al realizar el seguimiento de los casos a través del sistema y asegurarse que los padres son conscientes de lo que está sucediendo con el caso legal tanto como sea posible. Proporcíóneles toda la información que quieran.

Sugerencias: Cuando se le asigna un cliente, hágale saber a los padres que usted típicamente sigue el caso legal e informa a sus clientes sobre cómo van las cosas a través del sistema.

Proporcione información a los padres progresivamente y por temas. Al final de cada tema, pregunte "¿qué preguntas puedo contestar en este momento?" Preguntar de esta manera incita a preguntar ya que asume que tienen preguntas. La forma más tradicional de preguntar, "¿tiene alguna pregunta?" puede tener un tono más impaciente o poco sincero que puede hacer que un padre esté poco dispuesto a hacer preguntas.

Llame siempre un par de días después de una cita o "evento." A veces las reacciones emocionales o las preguntas se demoran y surgen después de que el contenido se haya asimilado. No espere que un padre lo llame. Inicie el contacto cuando tenga nueva información y en diferentes momentos solo para recordarles su presencia.

CONSTRUIR relaciones con los Servicios de Terapia

Los padres probablemente preguntarán sobre terapia para su niño en algún momento del proceso. Para algunos, es lo primero que tienen en mente. A otros no se les cruza la idea hasta después que ven que su niño actúa de manera diferente de lo habitual. Pero, invariablemente, la pregunta será algo así como, "¿mi niño necesita terapia?" o "¿cómo sabré si mi niño necesita terapia?" o "¿todos los niños que sufren violencia sexual necesitan terapia?" Esté preparado para tener esta conversación. Su agencia puede proporcionar servicios de terapia para el niño y para los padres o cuidadores que no hayan cometido el ataque sexual. Si no los proporciona, esté preparado para proporcionar los recursos disponibles dentro de su comunidad.

Respuesta del asesor

La respuesta de cada niño a la agresión sexual es diferente. Lo que sabemos con certeza es que los niños se benefician de un hogar que les brinde apoyo y amor. Necesitan sentirse seguros y amados en su vida diaria. Como se señaló anteriormente, es muy normal que los niños tengan

reacciones emocionales o de conducta como consecuencia del abuso incluso luego de revelarlo. Buscar terapia a lo largo del proceso puede ser beneficioso. Un terapeuta podrá evaluar el grado en que se presentan los síntomas y los beneficios potenciales del tratamiento. A veces los síntomas desaparecen y vuelven a aparecer más adelante. No existe un patrón que se adapte a todos los niños.

COMPASIÓN

La compasión se trata de dar apoyo emocional y empatía al otro y permanecer de pie junto al otro en medio del dolor.

Cuando trabaje con padres, es importante recordar que está transmitiendo mensajes poderosos a través de sus palabras y acciones. Si bien su niño es la víctima y su objetivo principal, los padres también necesitan sentir apoyo compasivo. Los asesores pueden modelar la compasión y el apoyo de manera tal que los padres puedan replicarla con sus niños.

Independientemente de las circunstancias que traen a los padres a este espacio, nunca olvide que este es el último lugar donde uno quisiera ir. El trato imparcial y paciente hará que se establezca una asociación entre usted y los padres para atender las necesidades del niño.

También puede demostrar compasión al proporcionar a los padres información sobre el proceso de recuperación. Construir la base del conocimiento de los padres puede desarrollar la confianza necesaria para apoyar al niño de manera que los haga atravesar la situación y no girar en torno de ella.

NOTAS

CÓMO RESPONDER A LAS PREOCUPACIONES

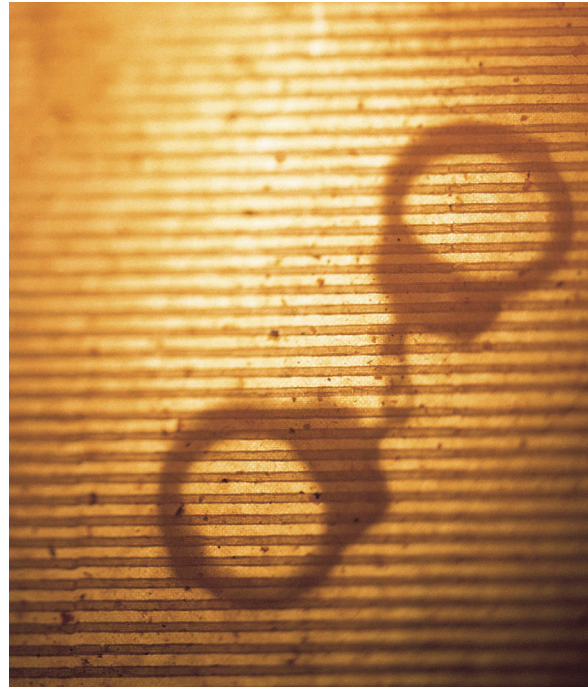
Los siguientes son escenarios comunes que los asesores puedan encontrar en su trabajo.

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Las personas que agreden sexualmente son arrestadas tan pronto como se termina el informe policial.

REALIDAD

Raramente se detiene a los agresores sexuales. Solo se los puede retener durante 72 horas sin presentar cargos. Si se los acusa de un delito, la mayoría es liberada bajo fianza o compromiso personal.



ANTICIPÉSE: INFORME A LOS PADRES

Por lo general, un oficial de la policía toma el informe inicial y lo deriva a un detective especializado para continuar la investigación. Es raro que el oficial que realiza el informe haga un arresto. Podría realizarse el arresto si existe preocupación por el riesgo de fuga, de lo contrario, no se produce un arresto inminente. Si se produce el arresto, los delincuentes se consideran inocentes hasta que se demuestre lo contrario, así que no pueden ser retenidos contra su voluntad más de 72 horas, a menos que se presenten cargos dentro de las 72 horas. La mayoría de las personas que agreden sexualmente es devuelta a la comunidad bajo fianza hasta la resolución del caso por anulación, alegato o juicio.

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Los padres de los niños menores de 12 años están acostumbrados a estar con ellos en todos los eventos de la vida. Sin duda, los padres querrían estar con sus niños cuando tengan que hablar con el personal policial para poder consolarlos y ayudarlos con su relato.

REALIDAD

Con el fin de preservar el testimonio de los testigos, la policía entrevista a los posibles testigos y víctimas del delito por separado. Esto incluye a padres y niños. La policía está capacitada para no contaminar la evidencia. La víctima y las declaraciones de los testigos se consideran evidencias de un delito.

ANTICIPÉSE: INFORME A LOS PADRES

A veces el informe policial se realiza antes de que usted sea consciente de que la familia necesita asesoramiento. Siempre que sea posible, hable con los padres con anticipación y hágalos saber sobre la investigación criminal y que lo más probable es que su niño sea entrevistado sin su presencia. Tenga en cuenta el estilo TFA de los padres. Estos son algunos puntos para comentar:

- El niño que fue víctima se considera el “testigo” principal de un delito.
- Si el padre fue la primera persona a la que el niño le contó, también se lo considerará un testigo.
- Es importante que toda evidencia de un delito no se “contamine”. Es sumamente importante entrevistar a todos los testigos por separado.
- Incluso si los padres no se enteraron sobre el abuso sexual directamente por el niño, probablemente serán llamados como testigos para declarar sobre otras cosas de las que tienen conocimiento de primera mano (cambios de comportamiento, cambios emocionales, etc.).
- Los niños a menudo tratan de proteger a los padres del dolor emocional y pueden retener información si los padres están presentes.
- Probablemente el delincuente le dijo al niño “tu mamá y papá se enojarán contigo si les cuentas” o “te meterás en problemas si cuentas.” Si este es el caso, el niño puede tener miedo de hablar sobre el abuso con los padres presentes.
- Las víctimas de violencia sexual tienen derecho a un asesor que puede estar presente durante las entrevistas. Conozca las leyes de su estado al respecto.

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

La policía (a veces la agencia de protección infantil) a menudo le dice a los padres “no hablen con su niño sobre el abuso.”

REALIDAD

El personal policial está preocupado por la evidencia. En el caso de abuso sexual o físico, la policía considera que el testimonio del niño es evidencia y tratan de proteger cualquier contaminación del testimonio de la víctima.

ANTICÍPESE: INFORME A LOS PADRES

Proteger la evidencia no es sinónimo de no hablar con su niño y brindarle apoyo. Un padre necesita reconocer que el abuso estuvo mal, que no es culpa del niño, y que harán todo lo posible para proteger a su niño para que no lo vuelvan a lastimar. Un padre necesita saber que su apoyo es vital para la sanación. Ignorar el abuso y su impacto es perjudicial. Los niños deben saber que sus padres los aman y quieren apoyarlos. No es apropiado bombardear a preguntas a un niño, pero hablar con su niño en términos generales es útil y necesario.

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Los padres pueden pensar que perderán a su niño en manos de los **Servicios de Protección Infantil** una vez que se comunica el abuso.

REALIDAD

Los Servicios de Protección Infantil está encargado de investigar el abuso infantil por parte de los padres, tutores legales, tutores o personas responsables del bienestar de un niño. Su preocupación es la seguridad del niño. Es posible que retiren a un niño de su casa si en ella no recibe protección y se considera que puede sufrir daño adicional.

ANTICÍPESE: INFORME A LOS PADRES

Informe a los padres sobre el papel de la agencia de protección infantil y lo que pueden esperar. Varía en base a quién es el delincuente y a los factores de protección existentes para el niño. Si creen que el niño puede mantenerse a salvo y que el abusador puede mantenerse lejos del niño, el niño permanecerá en el hogar. Si la persona que cometió el abuso es un hermano, probablemente se pondrá en marcha un plan de seguridad para garantizar la seguridad del niño. Algunas agencias tienen la política de retirar al niño abusador del hogar hasta que se complete una evaluación e investigación formal.



SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Tribunales: El público general recibe la mayor parte de la información sobre el sistema judicial a través de los medios de comunicación. Puede ser desde los medios de comunicación o series dramáticas de televisión, pero nos consideramos informados. La mayoría de las personas asume que todo aquel que quiera estar en el tribunal puede estar allí. También asumen que los padres están con sus niños en todo momento.

ANTICÍPESE: INFORME A LOS PADRES

Informe a los padres sobre esto con anticipación. Permita que ellos procesen sus pensamientos y emociones antes de que se produzca la situación real. Preparar a los padres fuera de la presencia de su niño será más beneficioso para el niño que ha sido víctima del abuso sexual. A menudo los niños se creen responsables si sus padres están molestos o enojados. No siempre son capaces de distinguir entre el enojo dirigido al sistema y el enojo contra ellos por haber contado. En general, los niños creen que son el centro de todas las cosas buenas y malas. Ellos no alcanzan a captar por completo que las emociones sobre la agresión sexual y los temas relacionados se deben al delincuente por haberlos agredido. En cambio, los niños asumen la responsabilidad por haberlo contado. Por eso piensan, “si yo no hubiese contado, nada de esto habría sucedido y mamá y papá no estarían enojados.”

REALIDAD

En general, no se permite que los padres estén en la sala de audiencias durante el testimonio de la víctima. Esto será una sorpresa para los padres. En la mayoría de los casos, los padres también podrían ser llamados como testigos. Si este es el caso, el padre no puede oír el testimonio directo de su niño. Pero también se cree que los niños no siempre son completamente honestos sobre lo que ocurrió cuando los padres están presentes. La reacción natural de los niños es que les preocupa estar en problemas. Pueden retener información si creen que los padres los castigarán. Por otro lado, en algunos casos, los niños tratan de proteger a sus padres de escuchar información que los pueda molestar. Los niños a menudo tratan de proteger a sus padres.

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Sistema de la justicia penal: La mayoría de los padres asumirá que una vez que el caso de su niño es asignado a un detective, se moverá a través del sistema de justicia penal en cuestión de semanas.

ANTICIPÉSE: INFORME A LOS PADRES

Vivimos en una época en que la población en general cree que los delitos se resuelven en una hora y que las huellas digitales se toman en cualquier superficie imaginable.

- Los padres deben contar con información precisa sobre los hechos y el tiempo dentro del sistema de la justicia penal.
- Es ideal que los padres tengan un documento escrito que explique los pasos básicos del proceso en términos simples. Incluya los que estén presentes en cada uno de los pasos del sistema. En general, la víctima y su familia solo asisten a las entrevistas y al juicio, si es que el caso pasa a juicio.
- Explique cómo son las entrevistas con el niño, la investigación, las entrevistas de asesoramiento, la admisión de culpabilidad a cambio de la reducción de la pena, el testimonio, etc.
- Explique a los padres: "Es posible que esté revisando información que usted ya conoce, pero quiero asegurarme de no dejar nada sin revisar sobre el proceso de justicia penal. Es probable que se lo repita a menudo para que esté bien informado."
- Tenga en cuenta que es posible que los padres necesiten escuchar la información legal muchas veces y permita que procesen lo que va a pasar tanto emocionalmente como logísticamente.

REALIDAD

En muchas jurisdicciones a los casos les lleva más de un año recorrer el sistema. Tenga en cuenta cuánto tiempo suelen tomar los casos típicamente en cada parte del sistema. Por ejemplo: ¿Cuánto tiempo tarda la investigación? ¿Cuánto tiempo se tarda en presentar una decisión? ¿Cuánto tiempo pasa desde la primera entrevista hasta el juicio?

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

La acusación de cargos legales es una audiencia en la que al delincuente se lo acusará oficialmente del delito y se le pedirá que se declare culpable o inocente. Típicamente los padres creen que tan pronto como se entrevista al niño, la policía acusará al delincuente.

REALIDAD

Tan pronto como sepa que se ha fijado una fecha de acusación de cargos legales, es muy importante notificar a los padres que esta es la audiencia en que el delincuente será acusado oficialmente del delito. Y lo más importante que deben saber es que lo típico en esta etapa es que se declaren inocentes. Prepárelos para que no les sorprenda. Algunos padres estarán indignados y a menudo se enojarán con el fiscal si no se los alerta con anticipación.

ANTICIPÉSE: INFORME A LOS PADRES

La conversación podría ser algo así:

"Quiero asegurarme que sabe la fecha de la acusación de cargos legales y lo que probablemente sucederá en esta audiencia. Los delincuentes que cometen todo tipo de delitos casi siempre se declaran "inocentes" en estas audiencias. Es casi inevitable. Es probable que no hayan tenido la oportunidad de trabajar con los abogados antes de esta audiencia y declararse inocentes les dará tiempo para trabajar juntos sobre su posible asesoramiento".



SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Entrevistas: Un padre puede pensar que al niño solo lo entrevistan personas que están abogando en su nombre o buscando su bienestar

REALIDAD

Muchas jurisdicciones permiten que a los niños los entreviste la defensa antes del juicio. Averigüe con anticipación si este es el caso en su jurisdicción. A menos que haya una ley estatal que prohíba esto, lo decide el condado. Esto no es necesariamente un derecho, pero se permite a la defensa el acceso a todos los testigos en un caso. El niño víctima se considera un testigo y, por lo tanto, el abogado asesor puede pedir una entrevista antes del juicio. Un asesor puede solicitar proactivamente que se le permita estar presente en estas entrevistas si esto es lo que el niño y la familia quieren. Los asesores no pueden actuar como un abogado en este papel o dar consejos legales, pero pueden estar ahí para brindar apoyo emocional y pueden ayudar al niño si necesita un descanso o si parece que el niño tiene una pregunta que no se atreve a hacer.

Lo mejor es que se entreviste al niño solo una vez, como lo indica el modelo del Child Advocacy Center (CAC, por sus siglas en inglés) (consulte la página 32).

ANTICIPÉSE: INFORME A LOS PADRES

Los padres tienen que estar al tanto de todas las entrevistas que pueden involucrar a su niño. Tienen que recibir alguna orientación sobre cómo preparar a su niño para cada una de las entrevistas. Es mejor que sean muy simples. Los niños pueden sentir la ansiedad de los adultos que los rodean. Para los padres esta entrevista parece estresante, pero para el niño es solo otra vez en la que los adultos quieren escuchar su historia. Al niño se le puede decir algo simple como, "Susana, mañana irás a una oficina y un par de personas te preguntarán sobre lo que te hizo el Tío Carlos. Están tratando de averiguar cómo pueden conseguir ayuda para él, así que tienen que saber exactamente lo que hizo. Tu asesor estará contigo."

Nota: Técnicamente, el fiscal NO es el abogado del niño. Representa al Estado y el delito de agresión sexual es un crimen contra el Estado, por lo tanto, el niño es un testigo del estado. Podría argumentar que el niño no se presente en una entrevista con la defensa. Pero la defensa llevará este argumento ante un juez para que lo ordene. La mayoría de los jueces se equivocará sobre el modo de acceder a los testigos porque esta podría ser la razón eventual de una apelación o un juicio nulo. Es por esto que si no existe una ley estatal o una declaración de derechos de la víctima que afirma lo contrario, la defensa puede entrevistar a los testigos en cualquier caso... no solo en los casos de agresión sexual. Tenga en cuenta que esto no siempre es malo. Ha habido muchos casos en que una vez que entrevistan al niño, se dan cuenta que no tienen un caso fuerte porque el niño es creíble y es un "testigo" fuerte.

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Juicio: Los padres, y el público en general, asumen que el caso irá a juicio.

REALIDAD

Sea consciente de la posibilidad de que se admita la culpa a cambio de una reducción de la pena y asegúrese de que el fiscal tome en cuenta los deseos de la víctima. Los alegatos son típicos en casos de agresión sexual infantil. Es más común cuando el delito sucede por "primera vez". Muchos estados tienen una alternativa de sentencia que permite al delincuente recibir tratamiento en lugar de una sentencia en la prisión.

ANTICIPÉSE: INFORME A LOS PADRES

Trabaje estrechamente con el fiscal para que, como asesor, no le tome por sorpresa que se realizó un acuerdo sin la contribución de la víctima/familia. Trabaje con el fiscal para desarrollar una política para que la contribución de la víctima y la familia sea parte del proceso de declaración. Es importante que los padres sepan que el fiscal toma la decisión final, pero que su participación es importante para ese proceso.

SUPOSICIÓN DE LOS PADRES

Fecha del juicio: La mayoría de las personas asumiría que una vez que se establece una fecha para el juicio, se realizará como está previsto.

REALIDAD

Hágale saber a los padres sobre los probables retrasos una vez que se fije la fecha del juicio. Es muy poco probable que el juicio comience en la primera fecha que se le da. Los padres no deben mencionar la fecha a sus niños hasta que el fiscal les informe la fecha exacta. Generalmente lo sabrán porque están en comunicación con el abogado asesor. Informe a los padres que todos los abogados tienen que estar disponibles y preparados, y también debe haber un juez y una sala del tribunal disponibles. Infórmelos sobre esta posibilidad, así como sobre las posibles defensas que se utilizarán en el juicio.

ANTICÍPESE: INFORME A LOS PADRES

Explique a los padres los cargos, los alegatos y el proceso general del tribunal. Es importante que los padres conozcan las diferentes defensas que pueden ser utilizadas en el juicio. Si el delincuente no está asumiendo la responsabilidad del delito, entonces el abogado asesor debe idear una estrategia para presentar el caso ante el jurado con la esperanza de lograr un veredicto de "inocente."



CUARTA PARTE

COMPLICACIONES PARA TENER EN CUENTA

Existen algunos temas que representan más desafíos para los asesores. A los asesores les resultará beneficioso pensar en estos temas antes de tener que enfrentarlos.

RETRACTARSE

Habrán momentos en que un niño comunica el abuso sexual, pero luego afirma que no sucedió. Existen varias razones por las que los niños pueden retractarse. En general, este comportamiento está motivado por el miedo y a menudo es el resultado de una o más de las siguientes razones: (Rieser, 1991)

- El padre que no cometió el delito presiona al niño para que se retracte.
- Los hermanos presionan al niño para que se retracte.
- El niño se siente responsable de la tensión y el caos actual y por eso se retracta.

- El niño recuerda las amenazas que le hizo la persona que lo agredió y se retracta.
- La familia del delincuente presiona al niño para que se retracte.
- El niño tiene miedo del proceso (hablar con la policía, pasar por el examen médico, testificar en el tribunal, etc.) y se retracta.

Es importante que los asesores exploren el tema de retractarse con los padres. Los padres deben entender que si el trauma no se trata tiene un impacto a largo plazo y que es posible que los niños que se retractan no reciban el tipo de tratamiento que necesiten para superar la situación. En algunos casos, un padre puede creer verdaderamente que el abuso no sucedió.

Bajo cualquier circunstancia, el niño cargará con el impacto final.

Si en el corto plazo se determina que fue el padre quien hizo que el niño se retracte, puede ser acusado de interferir con el procesamiento de un delito. Comunicar esto a los padres puede abrir la puerta a una discusión sobre lo grave que es que un niño se retracte.

Sin embargo, tenga en cuenta que sería totalmente inapropiado que alguien le diga a un niño que si no cuenta lo que ha sucedido, la persona que lo ha atacado seguirá haciendo lo mismo. Los niños no deben soportar la carga de cualquier delito que esa persona pueda cometer en el futuro.

ABUSO POR PARTE DE HERMANOS

El abuso por parte de hermanos hace surgir preocupaciones familiares complicadas. Generalmente la persona que comete el delito y la víctima son menores de edad, pueden vivir en la misma casa y compartir el mismo padre o padres. Otros escenarios podrían incluir la participación de hermanastros o de niños adoptados o bajo tutela que presentan una dinámica familiar y situaciones familiares complicadas.

Cuando los niños son víctimas, es típico que la ira esté dirigida a la persona que cometió el delito. Cuando se descubre que el abusador es un hijo, todo el sistema familiar recibirá el impacto. Como se señaló anteriormente, la dinámica y las motivaciones de los niños y adolescentes que cometen el abuso son muchas y exceden el alcance de esta guía, pero los asesores pueden enfrentarse a esta

situación. Hay recursos adicionales al final del documento que pueden proporcionar más información (consulte los recursos para padres con respecto a los menores que agreden sexualmente en la página 64).

En resumen:

Las víctimas de sus hermanos pueden

- Querer que el abuso se detenga, pero todavía querer el amor de su hermano abusador
- Estar enojadas con el abusador y enojadas con los padres por no saber
- Sentirse responsables por el abuso o creer que son participantes en iguales condiciones
- Sentir compasión por el hermano que abusa de ellos

Los padres pueden

- Responsabilizarse a sí mismos por no saber
- Guardar secretos creyendo que están protegiendo a sus niños
- Estar enfadados con el niño por el abuso
- Estar enfadados con la víctima por contar
- Responsabilizar a su cónyuge

El hermano que comete el abuso puede

- Ser menor de edad
- No mostrar remordimiento
- Estar arrepentido
- Haber manipulado a la víctima y a los padres
- Amar de verdad al hermano que victimiza
- Culpar a la víctima
- Tener miedo

Es importante entender las diferentes respuestas y es fundamental recordar que se debe escuchar a cada persona. Los asesores no podrán proporcionar servicios que se reciban de buena manera o que sean eficaces si presuponen una situación y actúan en consecuencia antes de escuchar.

El asesoramiento consistirá en trabajar en estrecha colaboración con los sistemas y los padres. Habrán distintos profesionales tomando decisiones que afectarán a la familia, y esto puede confundir mucho a todos los integrantes de la familia.

Se podrían dar los siguientes escenarios:

- El niño que ha cometido el delito puede ser sacado del grupo familiar.
- Es posible que los padres tengan la responsabilidad de encontrar una residencia para el niño que cometió el delito.
- El niño que fue víctima será entrevistado por las autoridades.
- El niño que ha agredido sexualmente será entrevistado por las autoridades.
- Es posible que el niño que ha agredido sexualmente tenga que pasar por una evaluación.
- El niño que ha cometido el delito necesitará un abogado.
- El niño que fue víctima puede necesitar terapia.
- El niño que cometió el delito necesita tratamiento para delincuentes sexuales.
- La familia tiene que responder las preguntas de los amigos y familiares.
- Los padres necesitarán responder adecuadamente las preguntas de la escuela.

- Los padres necesitarán responder adecuadamente las preguntas de las familias de los amigos de la víctima.
- Los padres necesitarán responder adecuadamente las preguntas de las familias de los amigos del niño que ha cometido el delito.

Esta lista no es exhaustiva, pero esta situación puede convertirse rápidamente en algo agotador. Los asesores pueden ser un apoyo vital para los padres si les explican cada paso necesario y proporcionan apoyo emocional constante.

Las víctimas de abuso por parte de un hermano a menudo se pierden en la confusión. Se hace mucho énfasis en conseguir ayuda para el hermano abusador. Los padres estarán ocupados cuidando de las actividades relacionadas con el sistema para el niño que ha agredido. El hermano que fue abusado puede sentirse ignorado. Los padres pueden beneficiarse si les recuerda amablemente que deben proporcionar atención a las necesidades de la víctima en la misma medida. Los asesores también pueden necesitar recordar a las personas implicadas que el sistema familiar se destruyó mientras se producía el abuso y que no es la divulgación del niño que fue víctima lo que destruye a la familia.

NIÑOS CON PROBLEMAS DE CONDUCTA SEXUAL

Los niños pequeños que han sido abusados sexualmente son introducidos prematuramente a un comportamiento que excede su capacidad de desarrollo para entenderlo por completo. Esto, a su vez, crea opiniones distorsionadas de la

sexualidad y la conducta sexual apropiada (Gil & Johnson, 1993; Johnson, 2013). Los niños también pueden desarrollar una preocupación con respecto al sexo. Los niños que tienen problemas de comportamiento sexual pueden manifestarse sexualmente con otros niños. Algunos niños imitan los abusos que sufrieron. Si bien este tipo de conducta sexualizada no puede tener una intención sexualizada, es muy probable que los otros niños se sientan victimizados, no importa cuál haya sido la intención. Estos niños también pueden necesitar servicios y asesoramiento.

También consulte la hoja para Padres informados sobre el trauma (TIP) titulada *Changing Inappropriate Behavior: The SAFE Intervention (Cómo cambiar conductas inapropiadas: La intervención SAFE)* al final de este documento, o en Internet en www.nsvrc.org.

Los niños pequeños (menores de 6 años) con problemas de comportamiento sexual a menudo pueden ser orientados por sus padres con éxito. Es probable que los padres puedan interrumpir este comportamiento simplemente al decirle al niño que se detenga y redirigir la conducta del niño. Es posible que los niños pequeños no comprendan los límites y el comportamiento apropiados. Si este tipo de intervención de bajo nivel no funciona, se puede necesitar ayuda profesional. Los asesores pueden ayudar a los padres a tomar esta decisión. Podría ser útil ofrecer ayuda a los padres para identificar comportamientos tales

como *An Overview of Healthy Childhood Sexual Development (Información general sobre el desarrollo saludable de la sexualidad infantil)* que se encuentra en <http://tinyurl.com/k7u94so>.

Los niños mayores con problemas de comportamiento sexual pueden necesitar intervención profesional. En general, los niños mayores son conscientes de que no deberían estar interactuando con los niños más pequeños de una manera sexual. Están en una edad del desarrollo que entienden claramente que el comportamiento está mal y que se meterían en problemas por ese comportamiento. Cuando ofenden a pesar de este conocimiento, probablemente haya un problema más serio. Es posible que su propia victimización no resuelta pueda estar provocando su comportamiento. Los niños que fueron víctimas y que victimizan a otros se benefician de la terapia especializada que puede apuntar tanto a la victimización como a cuestiones de agresión.

El asesoramiento será importante para los padres que están tratando de ordenar todo esto. Los niños con problemas de conducta sexual tienen múltiples problemas. Los padres probablemente tendrán que trabajar con la escuela, la guardería, los amigos, los equipos de deportes, etc., para asegurar que son conscientes del problema. Esto puede causar problemas adicionales al niño, que puede perder amigos o ser separado de lazos sociales importantes. Un asesor bien informado puede convertirse en un recurso que los padres reciban de buena manera.



QUINTA PARTE

CÓMO AYUDAR A LOS PADRES A MANEJAR LA SITUACIÓN

El abuso sexual de niños afecta a toda la familia, así como al sistema familiar. Mientras que la víctima está en el centro del impacto, el efecto dominó puede ser amplio. Todo aquel que ama a un niño sabe el dolor que causa ver sufrir a ese niño. La angustia que sienten los padres, hermanos y familiares por el niño también es poderosa. A menudo muchas personas expresan que cambiarían de lugar con el niño si pudieran. Esto a menudo proviene de la impotencia. Es una afirmación que hace una persona que se siente incapaz de aliviar el dolor del niño. Los asesores son los únicos que están en condiciones de proporcionar herramientas útiles de apoyo a los padres, así como al niño víctima.

Será beneficioso para los padres conocer algunas estrategias para manejar los factores de estrés que surgen después de la revelación de la agresión sexual. Estos pueden pertenecer a varias categorías:

- Cómo manejar los pensamientos de los padres
- Cómo manejar los pensamientos de los niños
- Cómo manejar las emociones y los comportamientos de los niños

CÓMO MANEJAR LOS PENSAMIENTOS DE LOS PADRES

Los padres pueden tener sus propias suposiciones que a menudo son erróneas. A veces hay un granito de verdad en el pensamiento, pero está ligeramente sesgado, lo que lo hace distorsionado e impreciso. Otras veces, es un pensamiento totalmente incorrecto que no tiene verdad alguna.

Algunas de las suposiciones más comunes de los padres cuando se enteran de que su niño ha sido abusado sexualmente pueden incluir: "Yo debería haberlo sabido" o "su vida está arruinada."

Las afirmaciones en blanco y negro o todo o nada son típicamente inexactas. El asesoramiento a las personas que piensan de este modo requiere imponer límites con el padre. Los padres que procesan sus pensamientos externamente no siempre consideran quiénes los están escuchando. Una afirmación de este tipo dicha delante de un niño que ha sido abusado sexualmente puede ser muy perjudicial.

Recuerde que el niño es su cliente

principal. Trabaje con los padres en beneficio de los niños. Al ser asesor del niño, será muy importante explicar que procesar este tipo de pensamientos es bueno, pero nunca delante del niño. Las personas que procesan sus pensamientos externamente fácilmente pueden decir algo en voz alta sin pensar primero en las consecuencias.

"Ella perdió su virginidad."

A un padre le puede resultar muy difícil procesar las creencias arraigadas en la religión o la cultura. Existen momentos en que su credibilidad y especialización como asesor no son suficientes. Sin embargo, los asesores siempre pueden ofrecer una perspectiva que dará a los padres más información para funcionar dentro de su procesamiento personal. A veces centrarse en los hechos sobre la agresión sexual es la información más poderosa. Hágale saber a los padres que la violencia sexual es el contacto sexual forzado. Las víctimas no dan su consentimiento. Las víctimas no están eligiendo. Perder la virginidad es una decisión que toma una persona. La agresión sexual no lo es. Las dos no se pueden confundir.

"¿Ahora será homosexual?"

Existe la creencia incorrecta que esa agresión sexual define la identidad. La orientación sexual de una persona no se determina por el trauma de la agresión sexual. Los padres necesitan tener información precisa para transmitir información precisa a los niños. Esta es una creencia que puede ser perpetuada a causa de la ignorancia, el prejuicio y el odio. Es falso, y los padres necesitan información precisa.

CÓMO MANEJAR LOS PENSAMIENTOS DE LOS NIÑOS

El abuso sexual de un niño a menudo se produce a lo largo del tiempo. El niño es obligado a guardar el secreto en soledad. La persona que abusa crea muchos patrones de pensamiento distorsionados. Los patrones de pensamiento creados con el tiempo son difíciles de cambiar y a menudo requieren una atención constante. Los adultos que cometen el abuso sexual trabajan duro para poner la responsabilidad de los abusos en el niño.

Pensamientos como estos pueden permanecer en los niños durante mucho tiempo:

- "Soy malo."
- "Nadie me va a querer."
- "Soy incapaz de inspirar amor."
- "Soy sucio."
- "Soy estúpido."
- "Es mi culpa."
- "Debo haberlo querido."
- "Debo haber hecho algo malo."
- "Merezco morir."
- "No quiero ser yo."
- "Me odio."

El problema con los errores de pensamiento de las víctimas es que un pensamiento puede convertirse en una creencia que luego define la identidad total, o crea una creencia que está arraigada y eventualmente se considera como si fuera verdad. Es importante prestar atención a los errores de pensamiento de las víctimas y alentar a los padres a desafiarlos hablando con sus niños. Una vez más, mantenga el objetivo

en mente con respecto a dónde quiere llevar la conversación, y luego siga haciendo preguntas que lo llevarán en esa dirección.

CÓMO MANEJAR LAS EMOCIONES Y LOS COMPORTAMIENTOS DE LOS NIÑOS

Del mismo modo que los padres pueden estar lidiando con pensamientos y emociones, los niños también pueden estar lidiando con emociones y comportamientos mientras intentan procesar lo que ha sucedido.

EL IMPACTO EN LA ESCUELA

Los problemas emocionales y de comportamiento pueden afectar al niño en la escuela.

A veces un maestro notará que al niño le resulta difícil concentrarse o prestar atención, o se está portando de manera inadecuada cuando antes no tenía estos problemas.

Los profesionales de la escuela pueden ser rápidos para concluir que un niño deprimido es como un niño problemático o un niño desafiante. Los asesores pueden querer discutir con los padres la posibilidad de ir a la escuela para discutir lo que está sucediendo en la vida del niño.

Hacer participar a maestros y profesionales de la escuela podría ayudar al niño a recibir apoyo a lo largo de la jornada escolar.

Esta sección discutirá cómo ayudar a los padres a identificar los problemas emocionales y de comportamiento que pueden surgir y cómo puede ayudar a su niño.

CÓMO MANEJAR LAS EMOCIONES

Las emociones que pueden surgir tanto en los padres como en el niño pueden ser difíciles de manejar para el niño por su propia cuenta.

Algunos ejemplos de emociones que pueden perdurar son:

- **Tristeza/depresión:** La depresión en los niños puede verse diferente de lo que un adulto puede esperar. Los niños a veces demuestran la depresión estando irritables o enojados. En la escuela podría reflejarse en la forma de pelear con otros niños o de aislarse de otros niños. Podrían parecer aburridos o apáticos. Otros niños que están deprimidos pueden verse tímidos o antisociales porque son más retraídos.
- **Ansiedad:** Los niños pueden parecer más nerviosos o sensibles ya que hay demasiada actividad alrededor de ellos. Se pueden asustar fácilmente. Les puede resultar difícil conciliar el sueño y pueden hacer comentarios como “mi cerebro no se apaga” o “sigo oyendo cosas en mi cabeza.”
- **Cambios de humor:** Los niños pueden variar entre estar extremadamente felices a estar extremadamente tristes o retraídos en un mismo día, o incluso en cuestión de horas.
- **Miedo:** Algunos niños se vuelven temerosos o ansiosos ante todo lo que les recuerda ser atacados sexualmente. Los

olores, las imágenes, el contacto físico pueden ser disparadores (Anxiety and Depression Association of America [ADAA, por sus siglas en inglés], n.d.).

Aprender a manejar las emociones es una lección para toda la vida. Una manera importante en que el asesor puede empezar es enseñándole a los padres habilidades que a su vez puedan enseñar y practicar con sus niños.

También consulte la hoja para Padres informados sobre el trauma (TIP) titulada *Herramientas de conocimiento básico que los padres pueden utilizar* disponible en el Apéndice o en Internet en www.nsvrc.org. Proporciona varios ejercicios que se pueden enseñar fácilmente a los padres para que a su vez se los enseñen a sus niños de maneras atractivas y divertidas.

CÓMO MANEJAR LOS COMPORTAMIENTOS (MILLER, 2013)

Cómo tratar el mal comportamiento

El abuso sexual quita poder a los niños que ya de por sí tienen un poder limitado debido a su edad. La impotencia que sintieron cuando fueron abusados puede causar una impresión duradera. Cuando el abuso ya no es una amenaza, el niño puede sentirse libre para recuperar su poder. Los niños no siempre saben cómo hacerlo y pueden hacer cosas que son inapropiadas y causan otros problemas. Los niños pueden pelear, participar en “bullying,” volverse agresivos verbalmente o portarse mal de otra manera.

A menudo los niños actúan sus sentimientos en lugar de hablar de ellos. Es posible que no tengan palabras para expresar lo que se está gestando dentro de ellos. Todo lo que saben hacer es comportarse. Esto requiere una respuesta doble. Asegure a los padres que los niños necesitan y desean límites. Conocer las reglas y las consecuencias de romper las reglas les da un sentido de seguridad. Los padres necesitan saber que se puede disciplinar con compasión.

También consulte la hoja para Padres informados sobre el trauma (TIP) titulada *Changing Inappropriate Behavior: The SAFE Intervention (Cómo cambiar conductas inapropiadas: La intervención SAFE)* al final de este documento, o en www.nsvrc.org.

Problemas somáticos

Los problemas somáticos, o síntomas físicos, generalmente son una respuesta al estrés. Los padres pueden ayudar a los niños a tratar muchos de ellos. Las técnicas más útiles son la respiración abdominal, la relajación muscular progresiva y la visualización guiada.

Ejemplo: Algunos niños describen su dolor de estómago como una bola de fuego, un montón de chicle o una piedra pesada. La visualización guiada puede ser útil porque pueden imaginar cómo se transforma en otra cosa.

Por ejemplo: “Mi dolor de estómago es como una gran bola de fuego y voy a soplar y soplar hasta que el fuego se apague.”

La visualización guiada puede ser una

herramienta divertida para que los niños aprendan a lidiar con todo tipo de conductas de reacción por el estrés.

Pesadillas

Es común que los niños tengan pesadillas. Los niños que han sido agredidos sexualmente podrían tener un aumento de las pesadillas o problemas con el sueño. Los sentimientos que vienen en esas pesadillas podrían ser similares a los que sintieron por la agresión sexual, que pueden alterar a un niño más aún.

Los niños pueden aprender a tener más control sobre sus pesadillas si participan activamente en tratar de deshacerse de ellas. Cuando el niño está despierto y se siente seguro, hable sobre la pesadilla de principio a fin. Es posible que hablarlo durante el día no parezca tan aterrador. Ayude a los niños a saber que son fuertes y capaces, y que pueden hablar de un recuerdo realmente aterrador, la pesadilla.

Pregúnteles si pueden pensar en un final diferente de la pesadilla. Hágales crear un final que los haga sentir felices, fuertes y en control. Guíe al niño para que el final no sea vengativo o violento, sino más bien un final positivo y poderoso.

Lo más importante que los padres deben tener en cuenta es que el objetivo final es que los niños respondan de manera saludable. Mientras que permitir que el niño se meta en la cama con los padres una vez que se despierta de una pesadilla puede parecer una solución buena a corto plazo, esta acción enseña al niño que la única manera de sentirse cómodo a la noche es dormir con sus padres. A la larga, puede ser difícil volver a lograr que el niño duerma solo.

Sin embargo, cuando un niño necesita sentirse a salvo en la noche, particularmente en la etapa inicial, algunos asesores recomendarán un término medio (es decir, el niño hace una cama en el piso de la habitación de los padres o en otro espacio en la casa donde se sienta seguro como una adaptación temporal, que tiene una fecha de finalización definitiva).

Otra sugerencia sería hacer que el niño haga que el ambiente de su habitación sea más cómodo. Incluso pequeños cambios como cambiar la iluminación o incluir luces de noche, incorporar música, cambiar los colores de la habitación o la disposición de la habitación, pueden ayudar a fomentar un ambiente más relajante.

Orinarse en la cama

Orinarse en la cama puede ser un desafío si el niño está durmiendo tan profundamente que no puede despertarse para ir al baño. Esta no es una reacción poco común cuando existe abuso sexual, pero primero se debe descartar que el niño

no tenga alguna condición médica que podría estar causando o contribuyendo al problema. Una vez que se aclara esta posibilidad, los padres pueden comenzar a ayudar al niño a controlar lo que bebe después de cierta hora en la noche. Sería mejor que el niño no beba nada dos horas antes de ir a la cama. Asegúrese de que vaya al baño justo antes de dormir, incluso si piensa que no tiene la necesidad.

Orinarse en la cama puede ser frustrante para un niño. Es importante no castigarlo ni humillarlo. Mientras que para los padres es frustrante limpiar continuamente las sábanas sucias, es más útil para el niño si se hace con tranquilidad y con el menor escándalo posible. Limpie la cama y ponga al niño de nuevo en la cama. Está bien decir algunas pocas palabras al niño mientras que sepa que no está enojado o molesto con él. Es importante que esto no se convierta en una fuente extra de vergüenza. Simplemente diga: "OK, voy a limpiar tu cama para que puedas volver enseguida a dormir." Hágalo simple.



También consulte la hoja para Padres informados sobre el trauma (TIP) titulada *Cómo crear un espacio seguro* disponible al final de este documento y también en Internet en www.nsvrc.org.

SEXTA PARTE

PREGUNTAS FRECUENTES

Hay preguntas que surgen continuamente. Las preguntas vienen desde un lugar sincero de los corazones de los padres. Algunos no pueden preguntar lo que más quieren saber hasta que desarrollan una relación de confianza con el asesor. Considérelo un cumplido y un privilegio ser el destinatario de las preguntas. Nuestra tarea es proporcionar información precisa y un espacio para el diálogo abierto mientras los padres intentan procesar e incorporar la información. Mientras que no es recomendable decirle a un padre qué debe hacer, los asesores pueden proporcionar información valiosa que se basa en la experiencia y la investigación para ayudar a los padres a tomar decisiones informadas.

A menudo, los siguientes temas causan preocupación:

P: *¿Debo decirles a los maestros de mi niño y a los consejeros en la escuela?*

R: Mientras que no haya ninguna razón para sentir vergüenza sobre la agresión sexual, es importante que los sobrevivientes, siempre que sea posible y sin importar su edad, tengan el control sobre quién sabe sobre el abuso. También puede ser cierto que no todos los sistemas o las personas respetarán la confidencialidad. El motivo principal de la conversación con los padres es ayudarlos a tomar decisiones en las que se mantenga el equilibrio entre elegir la privacidad de su niño y la necesidad de dar información a un tercero.

Explique a los padres que la mayoría de las personas que es atacada sexualmente siente que pierde el control de su propia vida, y que recuperar ese poder a través del proceso de recuperación es sumamente importante. Esta es esencialmente la definición de padres informados sobre el trauma. Ser padres informados sobre el trauma significa tomar todas las decisiones desde la perspectiva de lo que es mejor para el niño que ha sido víctima.

La pauta general es compartir solo la información necesaria con las personas necesarias. Normalmente, las escuelas no necesitan saber sobre la agresión sexual. Si el estudiante necesita ir a una cita en horario escolar, es aceptable que el padre consiga una autorización que permita que el niño se retire para ir al médico. Si existen problemas de comportamiento o si existe la preocupación de que el niño no completa las tareas escolares a tiempo, podría ser sensato

informar a la escuela que el estudiante está atravesando un problema personal que puede necesitar tiempo resolver.

P: *Ellos (detectives y/o policías) me dijeron que no hablara con mi niño sobre la agresión sexual, pero mi niño siempre me está haciendo preguntas. ¿Simplemente tengo que ignorar las preguntas?*

R: La policía, los investigadores, los abogados y/o los servicios de protección de niños pueden decirles a los padres que no hablen sobre la agresión sexual con su niño. Los padres toman esta afirmación seriamente y literalmente. Mientras que la indicación tiene sentido para estos profesionales, no es práctica ni emocionalmente saludable dentro del hogar. Los niños necesitan el apoyo de sus padres y sus seres queridos. Es importante que los niños sepan que pueden pedirles a los padres el amor y el apoyo que necesitan y merecen después del abuso. Los profesionales en el sistema aconsejarán a los padres que no hablen sobre la agresión sexual porque no quieren que el padre interroge o instruya al niño, comprometiendo de ese modo el caso criminal. Sin embargo, los niños necesitan recibir el apoyo y reconocimiento de sus padres. Los niños necesitan saber que sus padres están orgullosos de ellos porque pudieron contar lo sucedido, que los padres harán todo lo posible para protegerlos, y que los aman. Este tipo de apoyo no compromete el caso, sino que fortalece al niño.

P: *Mi niño actúa como si estuviera bien, pero sé que esto le molesta. ¿Hablo sobre lo que sucedió o lo ignoro?*

R: Es posible que algunos niños vuelvan a su rutina habitual y se sientan bien después de revelar el abuso sexual. Un niño que tenía un fuerte sentido de sí mismo y recibía mucho afecto de su familia antes de la agresión sexual puede volver al funcionamiento normal una vez que se sienta seguro y cuidado.

Sin embargo, lo más usual es que los niños estén impactados a causa del abuso. Cuando los niños o adultos fingen que todo está bien cuando en realidad no lo está, por lo general es un intento por mantener las emociones acorraladas. Existe el instinto natural de tratar de olvidar las cosas que causan dolor. Fingir estar bien es una manera de tratar de sentirse mejor. Lamentablemente, como se describió anteriormente, no siempre se logra este propósito. Es mejor hablar sobre el abuso o el impacto del abuso. Los padres pueden ser la clave para ayudar al niño a lo largo del tiempo. Nadie puede obligar a un niño a hablar de cosas angustiantes, pero podemos crear una atmósfera en la que resulte más cómodo poder hablar. Los niños deben saber que cuando estén listos para hablar, sus padres estarán listos para escucharlos. Los padres pueden hablar de otras cosas que suceden en la vida del niño para que el niño practique cómo hablar de las emociones. Comience con las emociones positivas relacionadas con hechos positivos. Es un proceso para enseñar a los niños palabras sobre los sentimientos. Un padre puede hablar deliberadamente sobre sus propias emociones para enseñarle a su niño a hablar de las propias. Por ejemplo,

si escuchan que su niño tiene dolor de estómago, el padre puede decir: "oh, me entristece que no te sientas bien. Haré todo lo posible para ayudarte a sentirte mejor." Ayudar a los niños a combinar palabras con sentimientos les servirá para toda la vida.

P: *La enfermera me dijo que si no hablo sobre el abuso sexual, mi niño se olvidará de ello. ¿Es cierto?*

R: Las personas les darán a los padres muchos consejos sobre su niño relacionados con el abuso sexual. Muchas de estas personas tendrán buenas intenciones, pero pueden estar mal informadas. Advierta a los padres que consulten a un especialista en trauma cuando algo no parece ser válido. La violencia sexual es un trauma que típicamente permanece en la memoria de un niño. A veces las personas creen que hablar sobre el abuso vuelve a causar un trauma. Por lo general esto no es así. Hablar puede provocar emociones fuertes, pero cuando esas emociones se encuentran con el amor y el apoyo, el resultado es positivo. El niño aprenderá que puede hablar sobre el abuso, sentir emociones fuertes, recibir apoyo positivo y tener una sensación de alivio. Por otro lado, no hablar sobre el abuso sexual puede enviar un mensaje que no desea al niño. Los niños pueden pensar que los padres no les creen, o que tienen miedo de hablar sobre el abuso, o incluso peor, que los padres los culpan. Los niños completarán las piezas de información que faltan si no existe información precisa. Los niños necesitan a un padre que pueda estar abierto a hablar sobre el abuso cuando el niño quiera. No es necesario hablar continuamente sobre el tema, pero sí se debe aprovechar la oportunidad cuando

existen algunas circunstancias naturales para hacerlo. Por ejemplo, si la televisión está encendida y aparece una historia de abuso sexual de niños, use eso como una oportunidad para decir algo como, "siento tanto que esa niña haya sido agredida sexualmente. Espero que ella tenga un papá y una mamá que la amen y la ayuden. Espero que sepas que te amo y que siempre quiero ayudarte."

PROBLEMAS FAMILIARES

P: *La persona que cometió el abuso es el esposo de mi hermana. Incluso ella ya no me habla y la familia está empezando a tomar partido. ¿Qué debo hacer?*

R: Cuando un niño comunica un abuso sexual, lo más probable es que el abusador sea un miembro de la familia. También es una realidad que los adultos que abusan pueden preparar (grooming) no solo al niño para que confíe en ellos, sino también a su familia y la comunidad en general. No es ninguna sorpresa que a las personas les resulta difícil creer que esta persona en la que han confiado se convirtió en alguien que abusó de un niño. Todos tienen una imagen estereotipada de quién es esa persona. Creamos una imagen de un hombre que da miedo, que se esconde entre los arbustos como una medida para proteger nuestra mente de pensar que podría ser alguien que conocemos, amamos y en quien confiamos.

Muchos padres tienen dificultades para llegar a entender una verdad difícil: La persona que conozco, amo y en la que confío ha cometido el abuso sexual. Los padres tienen la responsabilidad de estar centrados en su niño. Sus palabras y acciones deben

mostrar apoyo, convicción y amor. Los niños no siempre entienden el contenido de las discusiones, pero tienen la tendencia a sentir culpa por provocarlas. Mientras que el primer instinto de los padres podría ser sumergirse en los conflictos familiares, es mucho más importante para ellos apoyar a su niño y a su familia inmediata. A otros miembros de la familia les puede tomar tiempo acercarse y creerle al niño. Como asesor de niños, será una tarea constante ayudar a los padres a dar prioridad a las necesidades de su niño. Podría ser útil replantear el problema de esta manera: el niño es el tema principal y todas las otras cuestiones son secundarias. Ayude a los padres a encontrar a alguien en la familia que estaría dispuesto a tratar con todos los miembros de la familia mientras que los padres se centran en el niño. El asesoramiento en estas circunstancias requiere múltiples tareas. Los asesores deben centrarse en las necesidades del niño, mientras que a los padres les dan apoyo e información. Proporcionar ese apoyo es vital para los padres, que pueden, a su vez, apoyar al niño.

P: *La persona que agredió sexualmente es mi cónyuge. ¿Puedo mantener a mi niño a salvo?*

R: El asesoramiento al cónyuge de la persona que cometió el abuso sexual puede ser uno de los más difíciles. Es natural que uno se pregunte siempre a quién debe ser leal. Es de suma importancia para determinar que el niño siga a salvo, tanto física como emocionalmente, de la persona que abusó de él. El padre que no cometió el abuso necesita entender y apoyar la necesidad de la seguridad del niño al 100%. La seguridad emocional es más difícil de evaluar. Es

importante que el niño nunca dude que el padre que no abuso de él cree que el abuso sí ocurrió y que la responsabilidad es de la persona que cometió el abuso. La dificultad para evaluar la seguridad emocional podría entrar en juego si usted se entera que el padre que no cometió el abuso permanece en contacto (innecesario) con la persona que abusó del niño.

Garantizar la seguridad física del niño es primordial. Una vez que eso se logra, tenga una discusión franca sobre qué siente el padre con respecto a la persona que cometió el abuso. Rara vez es posible dejar de amar a la otra persona inmediatamente. El padre que no abusó de su niño debe ser capaz de procesar estos sentimientos mezclados.

El asesoramiento eficaz requiere paciencia. Evite las respuestas o las afirmaciones que muestren menosprecio o críticas. La tentación es cortar la conversación diciendo algo que sea de apoyo para el niño, pero que invalida el sentimiento del padre: "¿Cómo puede sentirse de ese modo cuando abusó sexualmente de su hija? ¡No tiene otra opción que divorciarse de él ahora!" Este es un ejemplo exagerado, pero a menudo es lo que uno piensa. En cambio, deje espacio para que los padres sean honestos y procesen sentimientos y pensamientos genuinos. El papel del asesor es tomar una distancia profesional y formular preguntas objetivas para avanzar con esos pensamientos.

La evasión es un problema de los padres así como de las víctimas. Las personas quieren evitar hablar o enfrentar "la peor parte" de lo que sea que están hablando. Es importante que los padres logren hablar de "la peor parte" para terminar con la evasión. De lo contrario será difícil enfrentar la realidad de lo que ha hecho su cónyuge. Tenga en cuenta que nuestros pensamientos conducen a nuestros sentimientos, que a su vez conducen a nuestras acciones. Es importante pensar de manera correcta y precisa.

NOTAS

AGRADECIMIENTOS

Autora: **DeAnn Yamamoto, M.A.**, Directora Ejecutiva Adjunta, King County Sexual Assault Resource Center (KCSARC) en Renton, Washington, www.kcsarc.org.

Habiendo pasado más de 35 años trabajando con padres, cuidadores y sus niños, DeAnn Yamamoto ofrece estrategias y orientaciones para los asesores comunitarios que trabajan con padres y cuidadores de niños abusados sexualmente. Yamamoto ha trabajado en el campo de la violencia sexual desde 1979. Ella se unió al King County Sexual Assault Resource Center en 1984 y actualmente es la Directora Ejecutiva Adjunta. Ella es responsable del desarrollo del personal, de la programación del servicio directo y del desarrollo institucional. Yamamoto supervisa un personal de más de 30 personas incluyendo terapeutas, educadores y asesores.

Editor:

Karen Stahl, MPA, Especialista en información, NSVRC
con contribuciones de

Donna Greco, MSW, Directora de capacitación y asistencia técnica, NSVRC

El NSVRC agradece a las siguientes personas por su revisión y contribución:

- **Jennifer McLaughlin, MSW, CDSVRP**, Oklahoma Coalition Against Domestic and Sexual Violence. Visite www.ocadvsa.org.
- **Alexa Livelsberger, LSW**, Pennsylvania Coalition Against Rape. Visite www.pcar.org.
- **Peter Pollard, MPA**, 1in6, Inc. Visite www.1in6.org.
- **Karen Stahl, MPA**, National Sexual Violence Resource Center. Visite www.nsvrc.org.

Sobre el National Sexual Violence Resource Center

Fundado en 2000 por la Pennsylvania Coalition Against Rape, el National Sexual Violence Resource Center (Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual o NSVRC, por sus siglas en inglés) identifica, desarrolla y distribuye recursos referidos a todos los aspectos de la prevención de la violencia sexual y la intervención. Las actividades del NSVRC incluyen capacitación y asistencia técnica, referencias, consultas, asesoramiento sobre sistemas, biblioteca de recursos, desarrollo de capacidades, integración de conclusiones de investigación con proyectos basados en la comunidad, coordinación del Sexual Assault Awareness Month (mes de concientización sobre la agresión sexual), copatrocinador de conferencias y eventos nacionales, y creación de recursos basados en Internet y en las redes sociales.

Sobre el proyecto Lifespan

El proyecto Lifespan del NSVRC es una iniciativa de asistencia técnica que ofrece recursos y estrategias a los asesores, a los proveedores de servicios médicos, a la policía, a los fiscales y demás para que puedan responder y apoyar eficazmente a los sobrevivientes de la violencia sexual. El proyecto Lifespan se centra en la prestación de servicios de información sobre el trauma, con una preocupación particular por las poblaciones que pueden caer en las grietas de nuestros sistemas. Para obtener información sobre el Proyecto Lifespan del NSVRC y otras publicaciones, visite www.nsvrc.org/projects/lifespan.

©Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual 2015. Todos los derechos reservados.

Este proyecto fue apoyado por la Beca n.º 2011-TA-AX-K023 otorgada por la Office on Violence Against Women, U.S. Department (Oficina de Violencia contra la Mujer, Departamento de Justicia de los Estados Unidos). Las opiniones, las conclusiones, las recomendaciones y los hallazgos expresados en esta publicación son de los autores y no reflejan necesariamente las opiniones del Departamento de Justicia, Oficina de Violencia contra la Mujer.

- Alaggia, R. (2005). Disclosing the trauma of child sexual abuse: A gender analysis. *Journal of Loss and Trauma*, 10, 453-470. doi:10.1080/15325020500193895
- Anxiety and Depression Association of America. (n.d.). *Anxiety and depression in children*. Obtenido de <http://www.adaa.org/living-with-anxiety/children/anxiety-and-depression>
- Association for the Treatment of Sexual Abusers. (2014). *Eight things everyone should know about sexual abuse & sexual offending*. Obtenido de <http://www.atsa.com/pdfs/Policy/8ThingsEveryoneShouldKnow.pdf>
- Bernard-Bonnin, A., Hebert, M., Daignault, I. V. & Allard-Dansereau, C. (2008). Disclosure of sexual abuse, and personal and familial factors as predictors of post-traumatic stress disorder symptoms in school-aged girls. *Paediatric Child Health*, 13, 479-486.
- Cohen, J. A., Deblinger, E., Mannarino, A. P., & Steer, R. A. (2004). A multisite randomized controlled trial for sexually abused children with PTSD symptoms. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 43, 393-402. doi:10.1097/00004583-200404000-00005
- Collings, S. J. (2006). How do sexually abused children disclose? Towards an evidence-based approach to practice. *Acta Criminologica*, 19(1), 33-41.
- Craven, S., Brown, S., & Gilchrist, E. (2006). Sexual grooming of children: Review of literature and theoretical considerations. *Journal of Sexual Aggression*, 12, 287-299. doi:10.1080/13552600601069414
- Denboba, D. L., Bragdon, J. L., Epstein, L. G., Garthright, K. & Goldman, T. G. (1998). Reducing health disparities through cultural competence. *Journal of Health Education*, 29, S-47 - S-53.
- Everson, M. D., Hunter, W. M., Runyon, D. K., Edelsohn, G. A., & Coulter, M. L. (1989). Maternal support following disclosure of incest. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59, 197-207. doi:10.1111/j.1939-0025.1989.tb01651.x
- Elliot, A. N., & Carnes, C. N. (2001). Reactions of non-offending parents to the sexual abuse of their child: A review of the literature. *Child Maltreatment*, 6, 314-331. doi:10.1177/1077559501006004005
- Faller, K. C. (1993). *Child sexual abuse: Intervention and treatment issues*. Obtenido de Florida's Center for Child Welfare: <http://centerforchildwelfare.fmhi.usf.edu/kb/trpi/Child%20Sexual%20Abuse-%20Intervention-%20Investigation%20and%20Treatment%20Issues.pdf>
- Faller, K. C. (2007). Coaching children about sexual abuse: A pilot study of professionals' perceptions. *Child Abuse & Neglect*, 31, 947-959. doi:10.1016/j.chiabu.2007.05.004
- Harris, M., & Falot, R. D. (Eds.). (2001). *Using trauma theory to design service systems* (New Directions for Mental Health Services, Number 89). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Hershkowitz, I., Lanes, O., & Lamb, M. E. (2007). Exploring the disclosure of child sexual abuse with alleged victims and their parents. *Child Abuse & Neglect*, 31, 111-123. doi:10.1016/j.chiabu.2006.09.004
- Hutchins, D. E. (1984). Improving the counseling relationship. *Journal of Counseling & Development*, 62, 572-575. doi:10.1111/j.2164-4918.1984.tb00126.x
- Georgetown University. (n.d.). *Self-assessments*. Obtenido de <http://nccc.georgetown.edu/resources/assessments.html>
- Gil, E., & Johnson, T. C. (1993). *Sexualized children: Assessment and treatment of sexualized children and children who molest*. Rockville, MD: Launch Press.
- Illinois Career and Technical Education. (n.d.). *Cultural diversity self assessment*. Obtenido de <http://www.illinoiscte.org/PDF/module/Cultural%20Diversity%20Self%20Assessment.pdf>
- Johnson, T. C. (2013). *Understanding children's sexual behaviors: What's natural and healthy*. San Diego, CA: Institute on Violence, Abuse and Trauma.
- Jones, D. P. H., & McGraw, J. M. (1987). Reliable and fictitious accounts of sexual abuse to children. *Journal of Interpersonal Violence*, 2, 27-45. doi:10.1177/088626087002001002
- Mcalinden, A. (2006). 'Setting 'em up': Personal, familial and institutional grooming in the sexual abuse of children. *Social & Legal Studies*, 15, 339-362. doi:10.1177/096466390606613
- Miller, C. (2013). *How anxiety leads to disruptive behavior*. Retrieved from the Child Mind Institute: <http://www.childmind.org/en/posts/articles/2013-3-26-anxiety-and-disruptive-behavior>
- National Children's Advocacy Center. (2013). *Grooming of victims of child sexual abuse: A selected bibliography*. Obtenido de <http://www.nationalcac.org/images/pdfs/CALiO/Bibliographies/grooming-bib.pdf>
- National Sexual Assault Coalition Resource Sharing Project, & National Sexual Violence Resource Center. (2013). *Building cultures of care: A guide for sexual assault service programs*. Obtenido de http://www.nsvrc.org/sites/default/files/publications_nsvrc_guides_building-cultures-of-care.pdf
- National Sexual Violence Resource Center. (2012). *Understanding child sexual abuse definitions and rates*. Obtenido de http://www.nsvrc.org/sites/default/files/NSVRC_Publications_TalkingPoints_Understanding-Child-Sexual-Abuse-definitions-rates.pdf
- Proffitt, B. (2010, December). Delivering trauma-informed services. *Healing Hands*, 14(6), 1-8. Obtenido del National Health Care for the Homeless Council: <http://www.nhchc.org/wp-content/uploads/2011/09/DecHealingHandsWeb.pdf>
- Rieser, M. (1991). Recantation in child sexual abuse cases. *Child Welfare: Journal of Policy, Practice, and Program*, 70, 611-621.
- Scheeringa, M. S., & Zeanah, C. H. (2001). A relational perspective on PTSD in early childhood. *Journal of Traumatic Stress*, 14, 799-815. doi:10.1023/A:1013002507972
- Snyder, H. N. (2000). *Sexual assault of young children as reported to law enforcement: Victim, incident, and offender characteristics*. Obtenido del U.S. Department of Justice, Bureau of Justice Statistics: <http://bjs.ojp.usdoj.gov/content/pub/pdf/saycrle.pdf>

Trickett, P. K., Noll, J. G., & Putnam, F. W. (2013). The impact of sexual abuse on female development: Lessons from a multigenerational, longitudinal research study. *Development and Psychopathology*, 23, 453-476. doi:10.1017/S0954579411000174

Trocme, N., & Bala, N. (2005). False allegations of abuse and neglect when parents separate. *Child Abuse & Neglect*, 29, 1333-1345. doi:10.1016/j.chiabu.2004.06.016

Warrier, S. (2005). *Culture handbook*. Obtenido de Futures without Violence: <http://www.futureswithoutviolence.org/userfiles/file/ImmigrantWomen/Culture%20Handbook.pdf>

Recursos seleccionados para los padres con respecto a los jóvenes que agreden sexualmente:

Alabaurda, K. (2014, Fall). Creating an advocacy supported community to address youth with sexual behavior problems: A vital step towards our comprehensive approach to sexual violence prevention. *ReShape*. Obtenido del proyecto National Sexual Assault Resource Sharing Project: <http://origin.library.constantcontact.com/download/get/file/1102941868074-605/SOM+Reshape+NM+Final.pdf>

American Association for Marriage and Family Therapy. (n.d.). *Families of juvenile sex offenders*. Obtenido de http://www.aamft.org/iMIS15/AAMFT/Content/Consumer_Updates/Families_of_Juvenile_Sex_Offenders.aspx

Association for the Treatment of Sexual Abusers. (n.d.). *Children with sexual behavior problems*. Obtenido de <http://www.atsa.com/pdfs/Policy/ChildrenWithSBP.pdf>

Association for the Treatment of Sexual Abusers. (2012). *Adolescents who have engaged in sexually abusive behavior: Effective policies and practices*. Obtenido de <http://www.atsa.com/pdfs/Policy/AdolescentsEngagedSexuallyAbusiveBehavior.pdf>

Child Welfare Information Gateway. (2013). *Parenting a child who has been sexually abused: A guide for foster and adoptive parents*. Obtenido de https://www.childwelfare.gov/pubs/f_abused/f_abused.pdf

Cook-Craig, P. (2012). *Youth sexual violence prevention*. Obtenido de VAWnet: The National Online Resource Center on Violence Against Women: http://www.vawnet.org/Assoc_Files_VAWnet/AR_YouthSVPrevention.pdf

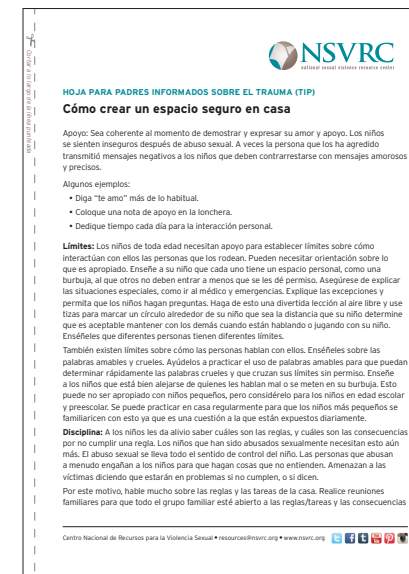
National Child Traumatic Stress Network. (2009). *Child sexual abuse fact sheet: For parents, teachers, and other caregivers*. Obtenido de http://nctsn.org/nctsn_assets/pdfs/caring/ChildSexualAbuseFactSheet.pdf

National Juvenile Justice Network. (n.d.). *Fact sheet on youth who commit sex offenses*. Obtenido de American Camping Association: <http://www.acacamps.org/sites/default/files/images/knowledge/Fact%20Sheet--Youth%20offenders.pdf>

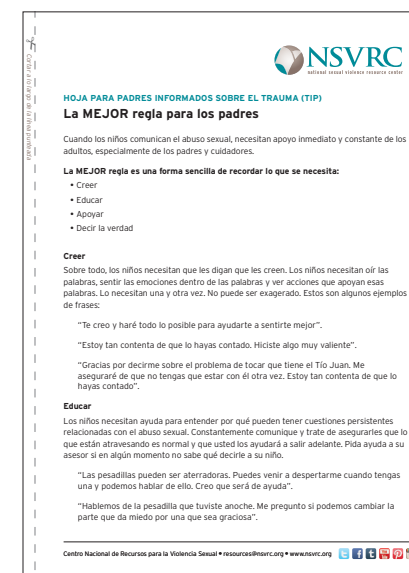
Selección de sitios de Internet con información para padres:

- Stop it Now! <http://www.stopitnow.org/parent>
- Darkness to Light: <http://www.d2l.org>
- Parents Protect! (U.K.): *Child sexual abuse warning signs* <http://tinyurl.com/csp2z7a>
- Parents Protect! (U.K.): *How can we prevent child sexual abuse?* <http://tinyurl.com/oy16jhu>

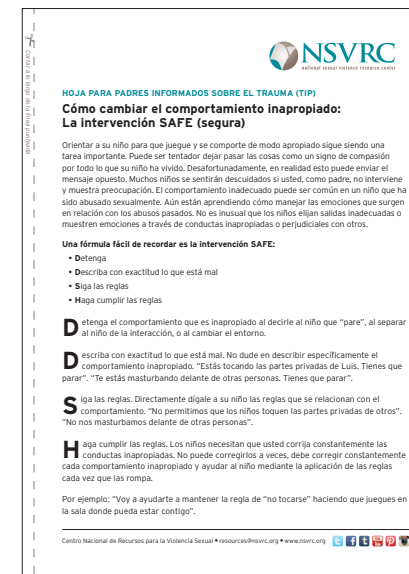
Las páginas siguientes contienen Hojas para padres informados sobre el trauma (TIP). Para utilizarlas como folletos, le recomendamos que las corte a lo largo de la línea punteada. Se adjuntan las siguientes Hojas TIP:



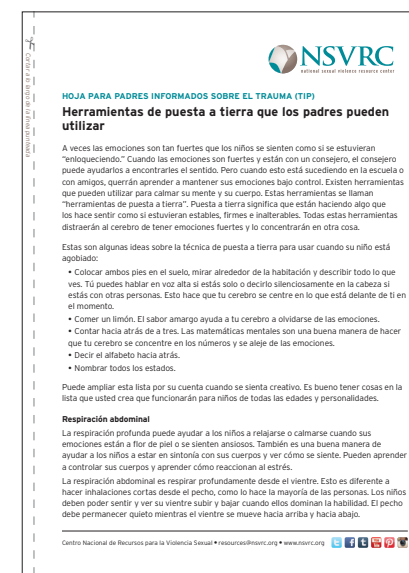
Cómo crear un espacio seguro en casa



La MEJOR regla para los padres



Cómo cambiar el comportamiento inapropiado: La intervención SAFE (segura)



Herramientas de puesta a tierra que los padres pueden utilizar

HOJA PARA PADRES INFORMADOS SOBRE EL TRAUMA (TIP)

Cómo crear un espacio seguro en casa

Apoyo: Sea coherente al momento de demostrar y expresar su amor y apoyo. Los niños se sienten inseguros después de abuso sexual. A veces la persona que los ha agredido transmitió mensajes negativos a los niños que deben contrarrestarse con mensajes amorosos y precisos.

Algunos ejemplos:

- Diga “te amo” más de lo habitual.
- Coloque una nota de apoyo en la lonchera.
- Dedique tiempo cada día para la interacción personal.

Límites: Los niños de toda edad necesitan apoyo para establecer límites sobre cómo interactúan con ellos las personas que los rodean. Pueden necesitar orientación sobre lo que es apropiado. Enseñe a su niño que cada uno tiene un espacio personal, como una burbuja, al que otros no deben entrar a menos que se les dé permiso. Asegúrese de explicar las situaciones especiales, como ir al médico y emergencias. Explique las excepciones y permita que los niños hagan preguntas. Haga de esto una divertida lección al aire libre y use tizas para marcar un círculo alrededor de su niño que sea la distancia que su niño determine que es aceptable mantener con los demás cuando están hablando o jugando con su niño. Enséñeles que diferentes personas tienen diferentes límites.

También existen límites sobre cómo las personas hablan con ellos. Enséñeles sobre las palabras amables y crueles. Ayúdelos a practicar el uso de palabras amables para que puedan determinar rápidamente las palabras crueles y que cruzan sus límites sin permiso. Enseñe a los niños que está bien alejarse de quienes les hablan mal o se meten en su burbuja. Esto puede no ser apropiado con niños pequeños, pero considérelolo para los niños en edad escolar y preescolar. Se puede practicar en casa regularmente para que los niños más pequeños se familiaricen con esto ya que es una cuestión a la que están expuestos diariamente.

Disciplina: A los niños les da alivio saber cuáles son las reglas, y cuáles son las consecuencias por no cumplir una regla. Los niños que han sido abusados sexualmente necesitan esto aún más. El abuso sexual se lleva todo el sentido de control del niño. Las personas que abusan a menudo engañan a los niños para que hagan cosas que no entienden. Amenazan a las víctimas diciendo que estarán en problemas si no cumplen, o si dicen.

Por este motivo, hable mucho sobre las reglas y las tareas de la casa. Realice reuniones familiares para que todo el grupo familiar esté abierto a las reglas/tareas y las consecuencias

de romper las reglas. Asegúrese de hacer reglas/tareas domésticas apropiadas para la edad. Por ejemplo, un niño en edad preescolar no puede ser responsable de lavar su propia ropa, pero podría ser apropiado para ellos poner su ropa sucia en el cesto de la ropa para lavar y no dejarla en el piso. Sea consciente de la cantidad de cosas de las cuales son responsables. Para algunos niños es difícil recordar cuáles son sus tareas, por lo tanto, crear un cuadro con las tareas a menudo es un recordatorio útil. Los cuadros con espacios para indicar que una tarea se completó son incluso mejores. Les dan a los niños un sentido de logro y a la familia les dan valor.

Las consecuencias de no cumplir con una responsabilidad o por un comportamiento inapropiado no deben ser el castigo físico. Los niños que son abusados no serán capaces de distinguir la diferencia entre el abuso y la disciplina. La acción traerá emociones similares a las que sintieron al ser abusados. No queremos equiparar el abuso con la disciplina porque no son lo mismo. La disciplina forma el comportamiento de los niños y el abuso destroza y degrada el espíritu de los niños. Las consecuencias se pueden discutir y decidir con el niño. "¿Cuál crees que sería una consecuencia justa por no completar una tarea a tiempo?" Algunos ejemplos podrían ser quitarle un privilegio o agregar una tarea adicional para la semana. Debe ser adecuada para la edad del niño, pero lo suficientemente difícil para que se note que es la consecuencia del mal comportamiento. Los padres a menudo luchan con la disciplina, entonces conéctese con alguien que pueda ayudarlo a pensar estrategias con las que se sienta cómodo con anticipación.

Seguridad: Asegure a su niño que usted hará todo lo posible para hacerlo sentir a salvo. Combine este mensaje con la convicción de que el abuso no fue su culpa y lo feliz que está porque su niño le contó lo sucedido. Los niños necesitan escuchar este mensaje continuamente. Hable abiertamente y a menudo sobre las reglas de seguridad. Incorpore la regla de "no tocar" con otras reglas para cruzar la calle, la seguridad al andar en bicicleta, cómo evitar quemaduras, etc. Esto ayuda a que sea normal hablar abiertamente.

Rutina: Los niños se benefician de la rutina. Si su niño tenía una rutina habitual antes de que informara sobre el abuso, trate de seguir cumpliéndola. Si no la tenía, cree una rutina diaria predecible. Las horas para estar despierto y para dormir son especialmente importantes. Los horarios para las comidas y los refrigerios son mejores. Mantenga una rutina a la que su niño se acostumbre y con la que se familiarice. Las rutinas ayudan al niño a sentirse seguro. Si la rutina va a cambiar, hable con el niño con anticipación sobre los cambios y prepárelo.

From Parenting Enhancement Program: A Curriculum for Parents of Sexually Abused Kids and Adolescents by D. Yamamoto, 2004, Renton, WA: King County Sexual Assault Resource Center. ©2004 de King County Sexual Assault Resource Center. Adaptado con permiso.

Esta hoja TIP fue creada por DeAnn Yamamoto para ser utilizada con *The Advocate's Guide to Working with Sexually Abused Children* (La guía del asesor para trabajar con niños que han sido abusados sexualmente). DeAnn Yamamoto, 2015, National Violence Resource Center.

©Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual 2015. Todos los derechos reservados.

Cortar a lo largo de la línea punteada

Cortar a lo largo de la línea punteada



HOJA PARA PADRES INFORMADOS SOBRE EL TRAUMA (TIP)

Cómo cambiar el comportamiento inapropiado: La intervención SAFE (segura)

Orientar a su niño para que juegue y se comporte de modo apropiado sigue siendo una tarea importante. Puede ser tentador dejar pasar las cosas como un signo de compasión por todo lo que su niño ha vivido. Desafortunadamente, en realidad esto puede enviar el mensaje opuesto. Muchos niños se sentirán descuidados si usted, como padre, no interviene y muestra preocupación. El comportamiento inadecuado puede ser común en un niño que ha sido abusado sexualmente. Aún están aprendiendo cómo manejar las emociones que surgen en relación con los abusos pasados. No es inusual que los niños elijan salidas inadecuadas o muestren emociones a través de conductas inapropiadas o perjudiciales con otros.

Una fórmula fácil de recordar es la intervención SAFE:

- **D**etenga
- **D**escriba con exactitud lo que está mal
- **S**iga las reglas
- **H**aga cumplir las reglas

Detenga el comportamiento que es inapropiado al decirle al niño que "pare", al separar al niño de la interacción, o al cambiar el entorno.

Describa con exactitud lo que está mal. No dude en describir específicamente el comportamiento inapropiado. "Estás tocando las partes privadas de Luis. Tienes que parar". "Te estás masturbando delante de otras personas. Tienes que parar".

Siga las reglas. Directamente dígame a su niño las reglas que se relacionan con el comportamiento. "No permitimos que los niños toquen las partes privadas de otros". "No nos masturbamos delante de otras personas".

Haga cumplir las reglas. Los niños necesitan que usted corrija constantemente las conductas inapropiadas. No puede corregirlos a veces, debe corregir constantemente cada comportamiento inapropiado y ayudar al niño mediante la aplicación de las reglas cada vez que las rompa.

Por ejemplo: "Voy a ayudarte a mantener la regla de "no tocarse" haciendo que juegues en la sala donde pueda estar contigo".

“Sería más fácil para ti mantener la regla de no masturbarse en público si cambias las actividades ahora”.

From Parenting Enhancement Program: A Curriculum for Parents of Sexually Abused Kids and Adolescents by D. Yamamoto, 2004, Renton, WA: King County Sexual Assault Resource Center. Derechos de autor 2004 de King County Sexual Assault Resource Center. Adaptado con permiso.

Esta hoja TIP fue creada por DeAnn Yamamoto para ser utilizada con *The Advocate's Guide to Working with Sexually Abused Children* (La guía del asesor para trabajar con niños que han sido abusados sexualmente). DeAnn Yamamoto, 2015, National Violence Resource Center.

©Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual 2015. Todos los derechos reservados.

Cortar a lo largo de la línea punteada

Cortar a lo largo de la línea punteada



La MEJOR regla para los padres

Cuando los niños comunican el abuso sexual, necesitan apoyo inmediato y constante de los adultos, especialmente de los padres y cuidadores.

La MEJOR regla es una forma sencilla de recordar lo que se necesita:

- Creer
- Educar
- Apoyar
- Decir la verdad

Creer

Sobre todo, los niños necesitan que les digan que les creen. Los niños necesitan oír las palabras, sentir las emociones dentro de las palabras y ver acciones que apoyan esas palabras. Lo necesitan una y otra vez. No puede ser exagerado. Estos son algunos ejemplos de frases:

“Te creo y haré todo lo posible para ayudarte a sentirte mejor”.

“Estoy tan contenta de que lo hayas contado. Hiciste algo muy valiente”.

“Gracias por decirme sobre el problema de tocar que tiene el Tío Juan. Me aseguraré de que no tengas que estar con él otra vez. Estoy tan contenta de que lo hayas contado”.

Educación

Los niños necesitan ayuda para entender por qué pueden tener cuestiones persistentes relacionadas con el abuso sexual. Constantemente comuníquese y trate de asegurarles que lo que están atravesando es normal y que usted los ayudará a salir adelante. Pida ayuda a su asesor si en algún momento no sabe qué decirle a su niño.

“Las pesadillas pueden ser aterradoras. Puedes venir a despertarme cuando tengas una y podemos hablar de ello. Creo que será de ayuda”.

“Hablemos de la pesadilla que tuviste anoche. Me pregunto si podemos cambiar la parte que da miedo por una que sea graciosa”.

A veces hablar de la pesadilla durante el día evitará que los niños la tengan cuando duermen. Hablar sobre esto a veces neutraliza el temor que estaba creando la pesadilla en primer lugar. La idea de volver a escribir la parte más aterradora durante el día es una manera de dar poder al niño.

Apoyar

Los niños necesitan saber que su apoyo es constante. Asegúrese de que sus acciones coincidan con sus palabras. Este es un ejemplo:

Si le dice que lo que hizo el Tío Carlos estuvo mal y necesita ayuda, luego complementa esas palabras con la acción. Por ejemplo: "El Tío Carlos no va a estar en la cena de Navidad este año porque todavía necesita ayuda con el problema que tiene de tocar a los niños. Voy a mantener a los niños a salvo y a pedirle al Tío Carlos que no venga".

Decir la verdad

Los niños necesitan aprender que decir la verdad es la regla en la familia. Haga un juego para enseñar a los niños la diferencia entre una verdad y una mentira. Asegúrese de que el niño sepa que el padre está orgulloso de que dijo la verdad sobre el abuso sexual, aunque le hayan pedido que mienta. El padre necesita tranquilizar y apoyar al niño constantemente con respecto a decir la verdad sobre el abuso sexual. Los niños pueden confundirse sobre esta actividad si no saben que los padres creen que dijeron la verdad. Los niños pueden pensar que los padres creen que mintieron, así que necesitan aprender este juego. Esta actividad enseña a los niños habilidades para discernir y procesar. Por ejemplo: "Si te dijera que el pasto es de color púrpura, ¿eso es verdad o mentira?" "Si papá te dice que es bueno guardar secretos, ¿eso es verdad o mentira?" Los niños pueden trabarse en esta pregunta. Es bueno ayudar a los niños a saber qué hacer cuando no saben la respuesta a algo. Si algo no suena del todo bien, o si no saben si es verdad o mentira, ellos aprenderán a pedir ayuda al otro padre o a otro adulto. Enseñe a los niños la diferencia entre un secreto que no es saludable y que perjudicará a alguien y una sorpresa que es temporal y hará que la otra persona se ponga feliz una vez que se descubra el secreto.

Esta hoja TIP fue creada por DeAnn Yamamoto para ser utilizada con *The Advocate's Guide to Working with Sexually Abused Children* (La guía del asesor para trabajar con niños que han sido abusados sexualmente). DeAnn Yamamoto, 2015, National Violence Resource Center.

©Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual 2015. Todos los derechos reservados.



Cortar a lo largo de la línea punteada



Cortar a lo largo de la línea punteada



Herramientas de puesta a tierra que los padres pueden utilizar

A veces las emociones son tan fuertes que los niños se sienten como si se estuvieran "enloqueciendo." Cuando las emociones son fuertes y están con un consejero, el consejero puede ayudarlos a encontrarles el sentido. Pero cuando esto está sucediendo en la escuela o con amigos, querrán aprender a mantener sus emociones bajo control. Existen herramientas que pueden utilizar para calmar su mente y su cuerpo. Estas herramientas se llaman "herramientas de puesta a tierra". Puesta a tierra significa que están haciendo algo que los hace sentir como si estuvieran estables, firmes e inalterables. Todas estas herramientas distraerán al cerebro de tener emociones fuertes y lo concentrarán en otra cosa.

Estas son algunas ideas sobre la técnica de puesta a tierra para usar cuando su niño está agobiado:

- Colocar ambos pies en el suelo, mirar alrededor de la habitación y describir todo lo que ves. Tú puedes hablar en voz alta si estás solo o decirlo silenciosamente en la cabeza si estás con otras personas. Esto hace que tu cerebro se centre en lo que está delante de ti en el momento.
- Comer un limón. El sabor amargo ayuda a tu cerebro a olvidarse de las emociones.
- Contar hacia atrás de a tres. Las matemáticas mentales son una buena manera de hacer que tu cerebro se concentre en los números y se aleje de las emociones.
- Decir el alfabeto hacia atrás.
- Nombrar todos los estados.

Puede ampliar esta lista por su cuenta cuando se sienta creativo. Es bueno tener cosas en la lista que usted crea que funcionarán para niños de todas las edades y personalidades.

Respiración abdominal

La respiración profunda puede ayudar a los niños a relajarse o calmarse cuando sus emociones están a flor de piel o se sienten ansiosos. También es una buena manera de ayudar a los niños a estar en sintonía con sus cuerpos y ver cómo se siente. Pueden aprender a controlar sus cuerpos y aprender cómo reaccionan al estrés.

La respiración abdominal es respirar profundamente desde el vientre. Esto es diferente a hacer inhalaciones cortas desde el pecho, como lo hace la mayoría de las personas. Los niños deben poder sentir y ver su vientre subir y bajar cuando ellos dominan la habilidad. El pecho debe permanecer quieto mientras el vientre se mueve hacia arriba y hacia abajo.

HOJA PARA PADRES INFORMADOS SOBRE EL TRAUMA (TIP)

Enseñe a los niños con este método paso a paso:

1. Inhala lenta y profundamente por la nariz o boca y llena tu vientre de aire. Siente y mira tu vientre levantarse a medida que lo llenas de aire.
2. Ahora muy lentamente saca ese aire a medida que tu vientre se vacía y vuelve a estar plano.

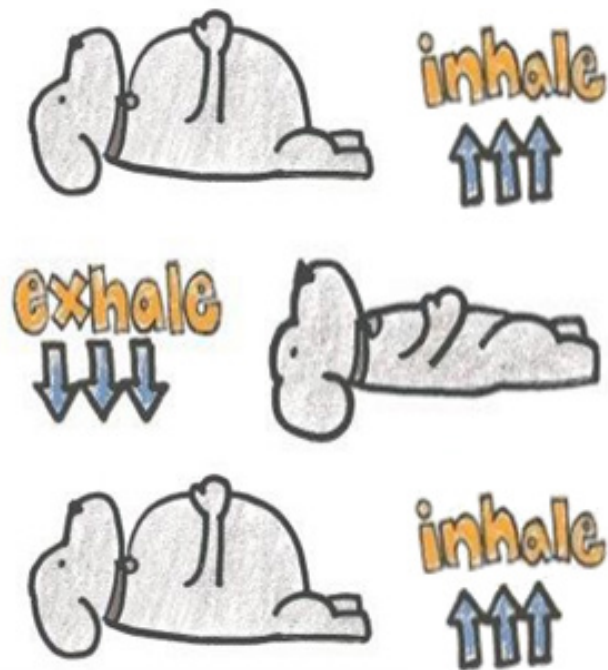
Cosas para recordar:

- Solo tu vientre debe estar subiendo y bajando.
- A medida que respiras, tu vientre se llena de aire y sube.
- Cuando exhala, o sueltas el aire, el vientre baja.
- La exhalación (sacar el aire) debe ser más lenta que la respiración.
- Trata de pensar solo en tu respiración mientras inhala y exhala.
- A veces es útil decir una palabra cuando inhala y decir otra palabra cuando exhala. Los niños pueden elegir sus propias palabras, pero puede sugerir algunas para que puedan empezar: inhalación = "arriba" y exhalación = "afuera"; inhalación = "respirar"; exhalación = "relajarse". Las palabras pueden tener un significado especial para un niño. Es ideal que sea una palabra que ayude al niño a calmarse. La clave es tener una respiración lenta y constante, porque el objetivo es disminuir la ansiedad.

Relajación muscular progresiva

La relajación muscular progresiva (PMR, por sus siglas en inglés), es una técnica de relajación común que ha existido por décadas. El siguiente ejercicio está diseñado para ayudar a los niños a relajarse cuando se sienten tensos o doloridos. El objetivo del ejercicio es relajar todos los músculos de la cabeza a los pies. Es difícil de hacer, pero la PMR lo simplifica un poco. En la relajación muscular progresiva, usted escoge contraer y luego relajar algunos músculos. Puede empezar por contraer los músculos de todo su cuerpo para practicar.

1. Simula ser un robot tieso cuyos músculos están rígidos y tensos. Resiste, resiste, resiste.
2. OK... ahora simula ser un animal de peluche blando.
3. Hazlo otra vez...ROBOT... resiste... tieso, tieso, tieso...
4. Ahora sé un peluche... relajate... aflojate.
5. Ahora duro como un ROBOT... resiste...
6. PELUCHE
7. Repítalo tres o cuatro veces hasta que todo tu cuerpo se sienta relajado e incluso cansado.



Cortar a lo largo de la línea punteada

Cortar a lo largo de la línea punteada

HOJA PARA PADRES INFORMADOS SOBRE EL TRAUMA (TIP) HERRAMIENTAS DE PUESTA A TIERRA (CONTINUACIÓN)

Una vez que logres hacerlo bien con todo el cuerpo, trata de realizar una PMR más avanzada. Debes hacer lo mismo cuando eras un ROBOT y un PELUCHE, pero elige un pequeño grupo de músculos y ve desde la cabeza a los pies.

1. Tensiona y frunce toda la cara. Tensa los músculos alrededor de los ojos y las cejas y de la boca y las mejillas. Resiste durante cinco segundos; luego relajalos por cinco segundos.
2. Luego baja a tu pecho y abdomen, tensa los músculos durante cinco segundos y relajalos;
3. Luego baja a tus piernas. Tensalas... y relajalas.
4. Continúa hasta la punta de los dedos del pie.

Cuanto mayor sea el niño, más detallado puede ser usted con respecto a los grupos musculares. Puede empezar con las cejas, luego las mejillas, la nariz, la boca... todo el camino hasta llegar a la punta de los dedos de los pies. A los niños mayores les gusta el desafío de los grupos musculares más pequeños.

Cambiar de canal

A veces pensar en algo doloroso o negativo puede conducir a emociones negativas y dolorosas. Es posible que los niños no sean conscientes de que nuestros pensamientos controlan nuestros sentimientos. Si usted está teniendo malos sentimientos, cambiar sus pensamientos cambiará a su vez sus emociones. Explique a los niños que cuando uno tiene un pensamiento que produce una emoción negativa o hiriente, ¡pueden cambiar de canal! Pueden volver a ese pensamiento y cambiar a un pensamiento más positivo. Por ejemplo:

Tú estás esperando que tu mamá te recoja después de la escuela, pero cuando sales del edificio, ella no está allí.

Tú comienzas a pensar:

Niño: "Ella se olvidó de mí".

Ese pensamiento te hace sentir:

Niño: Triste, abandonado, solo, asustado.

Si cambias el canal de ese pensamiento y en cambio piensa que:

Niño: "Mi mamá está demorada por el tráfico".

Ese pensamiento te hace sentir:

Paciente, comprensivo, curioso.

Enseñe a los niños que nuestros pensamientos controlan nuestras emociones, y nosotros tenemos el poder para cambiar el canal en ambos.

Imagine su lugar calmo o tranquilo

A veces, los niños pueden aprender a calmar sus emociones imaginándose a ellos mismos en un lugar calmo o tranquilo. Haga que su niño dibuje un lugar, real o imaginado, que sea tranquilo y calmo. Pídale que primero lo piense. Hágale una serie de preguntas hasta que sea capaz de dibujar: “¿Qué ves en este lugar tranquilo? ¿Qué te rodea? ¿Cuál es la temperatura en este lugar tranquilo? ¿Está templado o frío o caluroso? ¿Qué huele? ¿Qué sientes? Gira lentamente y da un círculo completo, ¿qué ves? Tan pronto como sepas cómo se ve tu lugar tranquilo, dibújalo.”

“Congelalo”

A veces cuando los niños se sienten extremadamente preocupados o ansiosos, sus pensamientos y sentimientos se enredan y no son capaces de tomar decisiones sabias. A menudo, no saben qué hacer con este sentimiento que está fuera de control y comienzan

a representarlo física o verbalmente. El estallido generalmente es más grande de lo que la situación actual amerita. Podrían comenzar a gritar descontroladamente o llorar histéricamente o incluso lanzar cosas o dañar a otros niños. Los niños describirán a este estado como sentirse confundidos, incoherentes, o locos. Lograr detener el enredo de los pensamientos con las emociones generalmente requiere un reenfoque del cerebro. Es casi como si el cerebro necesitara una sacudida para que los pensamientos y las emociones pudieran desenredarse.

La habilidad “Congelalo”, por ejemplo, implica sostener un cubito de hielo en la mano que puede hacer que el cerebro se concentre en lo fría que está su mano y volver a concentrarse

lejos de la fusión entre los pensamientos y sentimientos. Estrategias como esta pueden ser extremadamente útiles cuando se trata de lidiar con las emociones que parecen estar fuera de control. Los médicos pueden enseñar a los asesores esta y otras estrategias quienes, a su vez, pueden enseñar a los padres a utilizar eficazmente con sus niños.

Puede encontrar más información sobre la habilidad “Congelalo” y otras similares en los siguientes manuales de capacitación:

DBT® Skills Manual for Adolescents

<http://tinyurl.com/mssvq96>

DBT® Skills Training Manual, Second Edition

<http://tinyurl.com/15xnnht>



Cortar a lo largo de la línea punteada



Cortar a lo largo de la línea punteada

También tenga en cuenta que a veces sentir las emociones es lo más saludable. Los niños no podrán discernir si hablar sobre la emoción es mejor que transformarla o cambiarla. Los niños necesitarán la ayuda de los padres para guiarlos en este proceso. Como guía general, a los padres se les puede enseñar que lo mejor es que los niños puedan llegar al punto donde puedan nombrar las emociones, hablar sobre cómo los hace sentir y permitir que las emociones se alejen. Este proceso de expresar y sentir la emoción ayuda a los niños a saber que son capaces de sentir, identificar y vivir con emociones fuertes. Llegan a entender que pueden lidiar con la emoción y estar bien. Esta es una lección muy importante. No queremos enseñar a los niños que cada vez que sienten una emoción fuerte necesitan congelarla, trasladarla a un lugar tranquilo, o detenerla. Estas técnicas son para las veces en que las emociones son abrumadoras y no son productivas.

From Parenting Enhancement Program: A Curriculum for Parents of Sexually Abused Kids and Adolescents by D. Yamamoto, 2004, Renton, WA: King County Sexual Assault Resource Center. ©2004 de King County Sexual Assault Resource Center. Adaptado con permiso.

Esta hoja TIP fue creada por DeAnn Yamamoto para ser utilizada con *The Advocate's Guide to Working with Sexually Abused Children* (La guía del asesor para trabajar con niños que han sido abusados sexualmente). DeAnn Yamamoto, 2015, National Violence Resource Center.

©Centro Nacional de Recursos para la Violencia Sexual 2015. Todos los derechos reservados.

