

Como hablarle a su hijo acerca de abuso y violencia

Antes de comenzar cualquier conversación con su hijo resuelva:

- No culpar a la víctima
- No usar tácticas de miedo o reprimendas
- Asegúrese de que usted escucha a su hijo en la misma medida que usted habla, escuche sus comentarios, preguntas, respuestas, y preste atención al lenguaje del cuerpo
- Usar terminos adecuados para las partes del cuerpo
- No culpar a su hijo por sus amigos o errores pasados
- Aceptar respuestas vagas, no presione para obtener detalles y no lo fuerce a aceptar su punto de vista
- Dele a su hijo información exacta y adecuada para la edad
- Traer a colación asuntos de todo tipo de abuso incluyendo abuso sexual e incesto; mientras más joven sea el niño, mas concreto es, y por lo tanto necesita ejemplos específicos para cada tipo de abuso

Varios de los pasos de arriba no requieren que usted use la palabra "sexo" o "abuso sexual". Su moral y sus valores afectarán lo que usted le diga a su hijo acerca de las relaciones sexuales pero más allá de sus valores, usted necesita darle a su hijo información para protegerse a si mismo de abusos sexuales.

1. Asegúrese de que su hijo sepa que usted no lo va a culpar por las acciones de los otros. La primera razon que los niños dan por no contarle a sus padres sobre los abusos es que temen que sus padres los culpen por el abuso. Trate de no usar afirmaciones como: " Si dejas la bicicleta en el patio de en frente, y la roban, es tu culpa." Los chicos necesitan saber que son responsables por sus acciones , pero no por las acciones de los otros, aun cuando piensan que no tomaron las debidas precauciones. Si su hijo escucha o ve a otras víctimas siendo culpadas, hágale saber que usted no culpa a las víctimas por ningún crimen o abuso.
2. Asegúrese de que su hijo sepa que usted quiere y puede hablar sobre el abuso. A menudo los niños no les cuentan a sus padres de que fueron abusados porque creen que avergonazarán o lastimarán a sus padres con el tema, o pensarán que no es un problema serio. Aproveche cada oportunidad que pueda encontrar para hacerle saber a su hijo que usted puede hablar acaerca de las partes del cuerpo, la sexualidad, el abuso sexual, la violencia, las agresiones y los asaltos. Si usted y su hijo ven cosas como abusos o asaltos en televisión, en canciones o en publicidad, o que le sucede a otras personas, hablen sobre el tema juntos.
3. Asegúrese de que los niños más grandes entiendan la definición de abuso sexual y asalto sexual. A menudo los niños creen que solo la violación es abuso sexual y que solo puede ser abuso sexual si el agresor es un extraño o un hombre adulto.
4. Asegúrese de que su hijo/a sepa que usted cree que él o ella tiene el derecho de elegir sobre su vida y su cuerpo. Encuentre oportunidades para que sus hijos hagan elecciones sobre sus vidas y sus cuerpos. Dependiendo de la edad de su hijo, usted puede dejar que el o ella decida si quiere que usted lo acompañe al consultorio del doctor o ayudarlo/a a bañarse. Puede usar ejemplos como niños

que quieren tener charlas o jugar deportes que resultan temerosos para otros niños. También use ejemplos de niños y adultos que quieren abrazar a un niño o besarlo cuando el niño no desea ser tocado.

5. Dele una definición de “consentimiento”, y explíquelo que el consentimiento solo puede ser dado cuando la persona siente que pudo haber dicho “sí” o “no” libremente. Hable sobre el poder y la fuerza. La fuerza no tiene que ser física o violenta. Discuta los tipos de poder que un adulto, la maestra, el entrenador, el oficial de policía, una persona de físico grande, el empleador, un matón, o una persona popular pueden tener. Hágale saber al niño que la presión verbal no tiene que ser algo que suene mal—puede ser algo bueno que el niño quiere, como un juguete o un caramelo.
6. Provea a su hijo con información básica sobre como protegerse a si mismo:
 - Sus cuerpos pertenecen a si mismos y ellos **pueden** decir “no” a cualquier tipo de toque no deseado. Recuerde que con frecuencia es difícil para un niño decir un “no” rotundo, y que ellos no son responsables por el abuso si no dijeron “no”.
 - Hay distintos tipos de toques y los niños deben confiar en sus instintos. A menudo no es el toque lo que constituye una situación en un asalto, si no más bien, la manera en que fue hecho el toque. Los abrazos, los besos, las palmadas, las caricias pueden ser a la vez toques aceptables o inaceptables.
 - Si ocurre algo confuso, incómodo, o amenazador, el niño puede hablarlo con un adulto de confianza. Los niños deben saber que siempre deben hablar con un adulto de confianza sobre los toque en las partes privadas del cuerpo. El adulto debe decidir si lo que hizo el doctor, la enfermera, el entrenador, el amigo, un pariente u otro niño es correcto o incorrecto. Los niños les contarán a un amigo de su misma edad sobre el abuso antes de contarle a un adulto. Los niños deben saber que esta bien contarle a los pares sobre sus problemas, pero si los problemas involucran abuso sexual, siempre se le debe contar a un adulto de confianza. Asegúrese de que su hijo sepa que si otro niño comparte algo con ellos sobre abuso sexual, ellos deben contarle a un adulto de confianza, aun cuando el niño no quiere que ellos lo cuenten.
 - Los niños deben saber que no tienen que ser tocados por un incidente para que sea abuso sexual. El abuso sexual incluye palabras, hacer que otros muestren el cuerpo de los niños, fotos o videos.
7. Dele a su hijo una lista de adultos de confianza a los que el pueda recurrir por ayuda o consejo. A menudo los niños mas grandes o los adolescentes no le pedirán ayuda a sus padres, ellos deben saber que hay otros adultos que pueden ayudarlos. Escoja adultos con quienes usted y su hijo se sientan cómodos y aquellos que usted sabe que sabrán como manejar el problema: personas del clero, líderes religiosos, parientes, amigos de la familia, personal de la escuela, amigos de los padres.

8. Hable con su hijo sobre el rol sexual de los estereotipos. Comience la conversación con un comentario sobre una película, un libro, un programa de televisión, o avisos publicitarios que muestren estereotipos de roles sexuales. Hágale saber a su hijo que no debe basar sus relaciones en esos estereotipos. Insista en que no deben permitir que esos estereotipos lo fuercen a involucrarse en relaciones que lo hagan sentir incómodo.

Aún cuando sus hijos digan que saben todo sobre sexualidad o abuso sexual, o den vuelta los ojos y simulen no escuchar, es importante que usted siga sacando el tema. No es necesario que tengan un diálogo profundo cada vez que usted saque el tema. Cada vez que usted trate de iniciar una conversación, les estará recordando a su hijo que esta disponible para discutir esos asuntos.