

Mensajes terapéuticos para niños que han presenciado actos de violencia

En un mundo ideal no debería existir la violencia, los niños no tendrían que presenciarla ni ser sus víctimas. Sin embargo, no es esto lo que ocurre en la vida real. En la vida real los niños pueden presenciar a uno de sus padres golpeando al otro, le escuchan llorar o le vean golpear a otras personas. Es posible que también vean gente pelear, golpearse o gritar en sus vecindarios. Esto es difícil para los niños.

Las siguientes sugerencias ofrecen ayuda para aquellos niños que viven la violencia en sus propias familias.

Los sentimientos

Los niños necesitan:

- Saber que sentirse enojado es algo normal y aceptable
- Poder expresar su enojo de una manera no peligrosa
- Saber que es normal sentir amor y enojo hacia la misma persona
- Saber que es normal que quieran a sus padres, aún cuando odien la manera en que este se comportan
- Saber que es normal querer a los dos padres al mismo tiempo
- Poder hablar de sus sentimientos con alguien en quien puedan confiar

La seguridad

Los niños necesitan:

- Crear un plan para su seguridad con alguien en quien puedan confiar. Este plan debe incluir varios modos de protegerse y saber qué hacer en caso de violencia (“Si llega a ocurrir, me iré a casa de mi vecino”), esto les hará sentir que están en control de la situación.



- Identificar áreas en sus vidas en las que puedan ejercer control, planear y tomar decisiones.
- Tener toda la estructura y estabilidad posible en sus vidas. Tener una rutina diaria también les ayuda a sentirse en control.

Red de apoyo

Los niños necesitan:

- Buscar quien les ayude a crear una red de apoyo entre parientes y amistades fuera del hogar.
- Saber que la violencia no es culpa de ellos, que es un problema entre adultos y son ellos quienes tienen que resolverlo.

Los niños necesitan y merecen sentirse seguros. Cuando hay inseguridad en la familia, lo mejor es salirse de esa situación y llevar a los niños a un lugar donde no corran peligro.

Mensajes terapéuticos para niños que han presenciado actos de violencia

Lo ideal sería que los niños tuviesen personas adultas que, con su ejemplo, les muestren cómo responder ante la ira y la frustración.

Es común que las mujeres víctimas de abuso digan que han permanecido en tal relación debido a que “los niños necesitan de un padre” o desean “conservar la familia”. Es importante que todos los padres en esta situación sepan que uno solo puede criar a los hijos y ofrecerles un ambiente positivo y sano. El primer paso es actuar para que los niños vivan en un ambiente seguro y se sientan protegidos.

Lo que niños necesitan escuchar por parte de la víctima de abuso

Si su familia ha vivido la violencia doméstica, es buena idea que busque el momento para conversar con sus niños y tranquilizarlos diciéndole:

- Que la violencia no es buena.
- Que la violencia no es culpa de ellos.
- Que usted sabe que la violencia los atemoriza.
- Que usted está dispuesta a escucharlos.
- Que ellos pueden hablarle de sus sentimientos porque a usted le importa lo que sientan.
- Que lamenta mucho que ellos hayan tenido que presenciar la violencia.
- Que no se merecen lo que está ocurriendo en la familia.
- Que usted les protegerá.
- Que no hay nada que ellos hubieran podido hacer para evitar o cambiar la situación.
- Que usted quiere que, si esto volviera a ocurrir, ellos no corran ningún peligro. Piense en qué podrían hacer: quedarse en su habitación o irse a casa del vecino.

- Que ellos son esenciales para usted.
- En lo referente al comportamiento, no llame “malo” al padre o diga cosas como “tu papá quebrantó la regla de no golpear”.
- Que usted va a estar bien y va a recibir ayuda. Dígalos que lo único que ellos tienen que hacer es seguir siendo niños y no culparse ni tratar de solucionar los problemas.

Para más información

- Línea urgente contra la violencia doméstica del estado de Washington: 800-562-6025
- Servicios para el niño y la familia: 800-562-5624
- Sociedad del Hogar Infantil, Centro de Apoyo para Familias: www.chs-wa.org/Our_Services/Family_Support/Family_Resource_Centers.html
- Centros para familias del servicio de la comunidad católica: www.ccsww.org/site/PageServer?pagename=families_families_index
- Consejo, Centro de Consejería: 206-461-4880
- Programa de acceso para la salud de la comunidad: 1-800-756-5437
- Centro de acción para niños: 425-688-5130
- Centro de Traumatismos y Agresión Sexual de Harborview: 206-744-1600
- Consejeros escolares
- www.seattlechildrens.org
- El proveedor de atención médica de su niño

Seattle Children's pondrá a disposición esta información en formatos alternativos bajo solicitud. Por favor llame a Comunicaciones de mercadeo 206-987-5205 o al 206-987-2280 (TTY).

Este volante fue revisado por personal clínico de Seattle Children's. Sin embargo, las necesidades de su niño son únicas. Antes de actuar o depender de esta información, por favor consúltelo con el proveedor de atención médica de su niño.

© 2005, 2007, 2010, 2013 Seattle Children's Hospital, Seattle, Washington. Derechos reservados.

7/13
CE476S