

¿Qué debo hacer después de que un niño me cuente?

Cuando un niño revela un abuso sexual, estas son algunas cosas importantes que el niño necesitará que usted haga:

Manténgase firme

El niño buscará en usted señales de que estará bien. Sin lugar a dudas, el abuso sexual puede cambiar la visión del mundo de un niño. Sin embargo, independientemente de lo devastado que esté, él necesita creer que estará bien, que no es un “producto dañado”. Como sucede con otros eventos traumáticos graves, con protección, apoyo y tratamiento especializado, los niños pueden recuperarse (y lo hacen). Los niños pueden vivir vidas plenas, felices y productivas (y lo hacen). Muchas personas exitosas, incluidas muchas figuras famosas, son sobrevivientes del abuso sexual. Romper el silencio es el primer paso.

Créale lo que dice

Agradezca al niño por contárselo. Hágale saber que lo ama. Si la revelación es difícil de creer, recuerde que las revelaciones falsas son poco frecuentes. Si siente absolutamente que necesita más información, piense en el primer paso: mantener la calma. Haga preguntas aclaratorias de manera objetiva. Tenga mucho cuidado de evitar preguntas que sugieran que espera o desea una respuesta específica (por ejemplo, evite preguntas capciosas como “¿Alguien te tocó aquí?”).

Trate de no mostrar alivio o desaprobación ante las respuestas que dé su hijo. Cuando los niños detectan dolor y malestar en los demás como resultado de su revelación, a veces intentarán retractarse o “retractarse” de la revelación. Esto es común y no es necesariamente una indicación de que el abuso realmente no sucedió.

Restablezca la seguridad

Restablecer la seguridad es crucial y debe considerarse una prioridad. El abuso sexual le quita al niño la sensación de control sobre su entorno y puede reducir la confianza en que los adultos lo protegerán. Establezca de inmediato un plan con otros adultos para eliminar el contacto sin supervisión con la persona que ha abusado. Ayude al niño a comprender que la persona que abusó de él hizo algo malo y que esta persona necesita ayuda para dejar de lastimar a los demás.

Preste mucha atención a las señales del niño sobre lo que puede necesitar para sentirse seguro. Lo que el niño necesita puede ser diferente de lo que usted espera. Y lo que el niño diga que quiere puede no ser lo que lo mantenga a salvo, como pasar tiempo a solas con la persona que abusó de él. Dicho esto, siempre es mejor dar un paso más para darle al niño una mayor sensación de seguridad. Incluso si las peticiones del niño parecen irracionales (“Quiero usar dos pijamas esta noche”), es fundamental fortalecer su sensación de confianza y seguridad.

También puede ayudar al niño a sentirse seguro demostrándole su voluntad de proteger su privacidad. El comportamiento sexualmente abusivo puede parecerle extremadamente personal al niño. Tenga cuidado de no hablar sobre el abuso con nadie que no necesite saberlo. Según la edad del niño, escuchar a otros hablar sobre el abuso puede causarle vergüenza y una mayor sensación de sentirse expuesto.

#### Libérelolo de la culpa

Un niño que revela un abuso sexual necesita que se le asegure que no tiene ninguna culpa. No tiene la culpa de causarlo. No tiene la culpa de no detenerlo. No tienen la culpa de no haberlo contado. Aunque parezca inimaginable para un extraño, la vergüenza y la autoinculpación son algunas de las reacciones más comunes al abuso sexual y algunas de las más difíciles de superar. Algunos adultos pueden acabar culpando en privado al niño por no haberlo contado antes.

A veces, como medida de adaptación, los niños se hacen responsables del abuso en lugar de reconocer lo fuera de control que se sienten. Es natural que los niños sientan que son la causa de las conductas y los sentimientos de quienes los rodean.

Recuerde que, incluso si un niño da permiso o actúa voluntariamente, esto nunca implica consentimiento. El permiso o incluso la solicitud de un niño para jugar a un juego de contacto sexual nunca eximen al adulto (o adolescente) de asumir la plena responsabilidad de la interacción. Siempre es responsabilidad del adulto establecer el límite o decir "no". El niño nunca es responsable. Hacer hincapié en que la persona que

abusó de él hizo algo mal y que necesita la ayuda de otros adultos para mejorar puede ayudar a liberar al niño de los sentimientos de autoinculpación.

#### Expresa tu ira a las personas adecuadas

La ira o la indignación son respuestas normales y apropiadas cuando nos engañan o cuando alguien viola nuestro sentido de seguridad, o cuando alguien daña a nuestros propios hijos. Ten en cuenta que un niño puede creer que es la causa de la ira que ve a su alrededor. Elige amigos y profesionales que puedan apoyarte para expresar tus reacciones. Busca un lugar lejos del niño para expresar tu ira y tu dolor.

Algunos adultos pueden asumir erróneamente que un niño se sentirá mejor si escucha que la persona que abusó de él será severamente castigada o lastimada. Incluso si el niño también está enojado, las amenazas de violencia o castigo pueden asustarlo aún más, especialmente si el niño todavía tiene sentimientos positivos hacia la persona que abusó de él.

#### Obtén ayuda

Muchas personas se sienten tentadas a manejar una revelación de abuso sexual por su cuenta, especialmente cuando el abuso ocurre entre familiares o amigos. Pero eso puede ser un error y puede aislar aún más a quienes necesitan apoyo.

Reconoce que todos los miembros de la familia se ven afectados cuando un niño ha sido abusado y cada uno puede necesitar ayuda especial. Por lo general, este tipo de conflictos familiares no mejoran sin la ayuda de un especialista externo que pueda ayudar en el proceso de curación.

Lo mejor para toda la familia es que un adulto de la familia sea el primero en pedir ayuda. Esperar a que un miembro de la comunidad reconozca el problema desde fuera y luego presentar denuncias por sospechas de abuso puede resultar en más daño para la familia. El abuso sexual infantil está prohibido en los 50 estados. Si toma medidas, puede reducir el riesgo de que otras personas de su familia o comunidad sufran abusos sexuales.

Muchas personas que abusan sexualmente de niños se sienten aliviadas cuando se les detiene y son buenas candidatas para recibir un tratamiento especializado que les ayude a controlar los impulsos abusivos. Los secretos ayudan a que todos se sientan avergonzados. Si recibe ayuda externa eficaz, todos los involucrados tienen la oportunidad de comenzar el camino hacia la recuperación.