

Haga tiempo para jugar o hablar con sus hijos.

Los niños pueden portarse mal para que les dé su atención. La vida está ocupada con muchas demandas, así que haga tiempo para jugar, hablar o pasar tiempo con sus hijos. Si usted tiene más de un hijo, trate de encontrar tiempo a solas con cada uno de ellos.

Mensajes Para Los Niños

- ¡La violencia no es tu culpa!
- Cuando "pelean" los adultos, esto es un problema de adultos.
- No es tu responsabilidad de mantenerme segura.
- Tú me puedes ayudar con mantenerte seguro.
- Está bien que hables conmigo acerca de lo que está sucediendo y que me digas cómo te sientes.
- Te quiero y haré todo lo posible para protegerte y ayudarte.



Recuerda, nadie merece ser abusado.

Las manos son para tomarse de la mano y para ayudar, no para pegar y lastimar.

La información para este folleto fue modificado de Ayudando a Niños prosperar (Centro para Niños y Familias en el Sistema de Justicia de Londres, Ontario, 2004), el padre abusador como Padres (Lundy Bancroft y Jay Silverman, 2002) y Cuando duele mamá (Lundy Bancroft, 2005).

Esta publicación fue posible gracias a la Subvención Número 2014 G991540 de la Administración a Niños, Jóvenes y Familias, Oficina de Servicios de Familia y Juventud, Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. Su contenido es responsabilidad exclusiva de sus autores y no representan necesariamente la opinión oficial del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU.

Números de teléfono

Gente Que Puedo Llamar Para Pedir Ayuda

Policía/Emergencia locales: 911

Amigo / Vecino:

Pastor / Líder Religioso:

Otros miembros de familia:

Programa Local de Violencia Doméstica / Asalto Sexual:

Líneas Directas

1-800-799-7233

Línea de Asistencia Nacional en Contra de la Violencia Doméstica

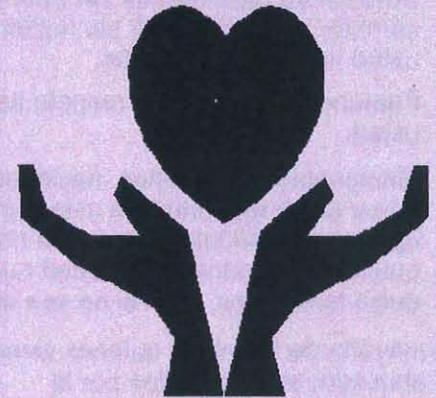
1-800-656-4673

Línea de Asistencia Nacional en Contra de la de la Violación Sexual

1-800-652-1999

Línea de Asistencia de Nebraska para Reportar el Abuso de menores

Ayudando A Los Niños A Sanar Y Prosperar



Información para padres que son sobrevivientes de la violencia doméstica y/o sexual



Nebraska Coalition to End Sexual and Domestic Violence
402-476-6256

www.nebraskacoalition.org

Estilos de Crianza de un Abusador

Las personas quienes abusan a sus compañeras(os) seguido tienen en común los estilos de crianza. Estas incluyen:

- Ser muy autoritario(a) con los niños o ser muy permisivo(a) para ganar su lealtad.
- Controlar el acceso a las personas de apoyo tal como como los abuelos.
- No ser un padre/una madre activo(a), no verlo como el papel de él/ella.
- Socavar su habilidad de ser padre al cambiar y/o contradecir las reglas que usted tiene para sus hijos.
- Fomentando la falta de respeto hacia usted.
- Manipulando a los niños, haciéndolos tomar lados en contra de usted (por ejemplo: diciéndoles que usted no los quiere o diciéndoles que usted nunca quiso tener hijos - aún si no sea cierto).

La mayoría de los niños quienes viven con un abusador son afectados por la experiencia, pero la naturaleza y la amplitud de los efectos varían.

Algunos niños son severamente traumatizados, particularmente si ellos también son víctimas del abuso de menores. Otros pueden sobrellevar el abuso y vivir una vida saludable y productiva.

El factor más importante de la seguridad es tener una relación cariñosa y de apoyo con un adulto comprensivo.

Como Los Abusadores Usan a Los Niños en Contra de su Compañera(o)

Los abusadores usan a los niños en contra de la otra persona (madre o padre). Ejemplos de esto podrían incluir:

- No te permiten criar a los niños cómo quieres criarlos.
- No apoyar las reglas y los límites que usted ha implementado.
- No permitir que usted satisfaga las necesidades básicas de la familia (por ejemplo: comida, ropa, vivienda) o restringir el acceso a los recursos que satisfacen esas necesidades.
- Abusar a los niños como una manera de castigarte.
- No pagar la manutención de sus hijos.
- Peleando por la custodia como una manera de castigarte y limitarte la habilidad de estar con tus hijos.
- Buen desempeño bajo observación para que sea menos probable que te crean si revelas el abuso (por ejemplo: durante mediación o durante visitas supervisadas).
- Usando las visitaciones y las fechas de la corte como una manera de controlar el horario y como una manera de tener acceso a usted (por ejemplo: retrasar audiencias para que usted tenga que regresar a la corte) .
- Usando la revelación del abuso en contra de usted con el propósito de que la corte la/lo identifique como "una persona no amistosa" en los casos de custodia.

Como el Abuso Puede Afectar a Usted Como Madre/Padre

Viviendo con una persona abusiva puede afectar su habilidad en la manera que cría a sus hijos. Algunas reacciones comunes incluyen:

- Usted puede empezar a creer que es mala madre/mal padre.
- Usted tal vez pierda el respeto de algunos o de todos sus hijos.
- Usted puede empezar a creer las excusas que la persona abusiva le da por el abuso (por ejemplo: que el abuso es justificado por textos religiosos o causado por el alcohol o el estrés).
- Usted puede cambiar su estilo de crianza en respuesta al estilo de crianza de los hijos del abusador, como ser demasiado permisivos para compensar el abuso.
- Usted tal vez se sienta abrumada(o) por el cuidado diario de sus hijos.
- Usted tal vez use estrategias de sobrevivencia con efectos negativos en la manera que cría a sus hijos y en usted misma(o).
- El vínculo emocional con sus hijos pueda estar en peligro.
- Tal vez usted se sienta atrapada(o) en una competencia con la persona abusadora por la lealtad de sus hijos.
- Usted tal vez tenga más altos niveles de estrés que otras(os) madres/padres. Esto no significa menor capacidad de crianza de los hijos.

Cosas Que Usted Puede Hacer Para Ayudar A Sus Hijos

Hable acerca de lo que está pasando.

Los niños necesitan saber que ellos le importan a usted y que usted está haciendo lo que puede para mantener a su familia segura. La mayoría de los niños quienes viven en un hogar en el cual hay violencia saben acerca de la violencia, aún si los padres creen que no.

Está bien hablar con sus hijos acerca de lo que está pasando, pero ellos no necesitan saber todos los detalles. Enfóquese en cómo se sienten y en lo que ellos pueden hacer. Los niños necesitan saber que está bien y que es seguro hablar con usted acerca de esto.

Hable acerca de “un plan para la seguridad”

Muchos niños se sienten impotentes ante el abuso, y quieren hacer algo. Ellos quieren un papel en responder a la situación. Piense en las cosas que sus hijos pueden hacer para aumentar su seguridad.

Ejemplos incluyen:

- Ir a un lugar seguro (por ejemplo: su habitación, la casa de un vecino).
- Manteniendo unas cuantas cosas su lugar seguro (por ejemplo: una almohada y una colcha en el ropero donde ellos se puedan esconder, números de teléfono de personas a quienes ellos puedan llamar para su seguridad).
- Creando un “código de niños” (una palabra clave) que pueden utilizar si alguien que no sea usted viene a recogerlos.
- Llamándole a la policía u otras personas quienes usted ha designado como personas de ayuda.

Mensajes para Madres y Sobrevivientes Adultos del Abuso

Muchos padres se preguntan si deben dejar la relación para proteger a los niños. No hay una respuesta clara. Muchas personas abusadoras continuarán con el abuso después de que se vaya la/el compañera(o), y en algunos casos empeora el abuso. Usted necesita decidir lo que piense que funciona mejor en su situación.

Puede decidir quedarse con el/la abusador(a), ya que cree que puede proteger a los niños mejor si se queda. Esto puede ser cierto si él / ella ha amenazado con obtener la custodia de los hijos y limitar su acceso a ellos.

Recuerde:

- Permanecer en una relación no la/lo hace a usted una mala madre/un mal padre.
- Madres/Padres pueden hacer cambios para mejorar la vida de sus hijos.
- Los padres solteras/os pueden ser buenas/os madres/padres.
- Las madres pueden ser un buen ejemplo para sus hijos.
- Hay ayuda disponible.
- La mayoría de los niños quienes en el pasado han vivido con la violencia actualmente están funcionando normalmente desde el punto de vista psicológico.

***Recuerde, los niños son resistentes.
El factor de seguridad más importante es tener una relación de amor y de apoyo con un adulto.***