



Problemas de Niñez

-
- ¿Que Es Violencia Domestica?
 - ¿Que Es Asalto Sexual?
 - Números De Teléfono Importantes
 - Preguntas y preocupaciones de la mamá
-

Que se le dice a un niño. . .

¡Tú tienes el derecho de estar seguro!

En tu casa...

- ¡No Trates De Ponerte En Medio Del Abuso!

No es seguro para ti tratar de parar el abuso o proteger a tu mamá. ¡Recuerda!, ¡Tu trabajo es mantenerte seguro a ti mismo!

- ¡Si Puedes Llegar Con Seguridad A Un Teléfono, ¡Llama Al 9-1-1!

Dile a la policía en dónde estas y que está pasando. La persona en el teléfono hablará con tigo hasta que llegue la policía. ¡Recuerda!, Tú no necesitas dinero si llamas de un teléfono público.

- ¡Vete A Un Lugar Seguro!

Practica como salir de tu casa con seguridad. ¿Cuáles puertas, ventanas o escaleras son mejores para escapar? ¿A cuál vecino deberás pedirle ayuda?

- ¡No Es Tu Culpa!

¡Recuerda!, la violencia contra ti o tu mama nunca es tu culpa. Nadie tiene el derecho de lastimarte, engañarte o acosarte.

Tienes miedo...

- ¿En tu casa?
- ¿En la escuela?

¡Dile A Una Persona De Confianza!

Si necesitas hablar con una persona sobre cualquiera de estos problemas, dile:

- A un maestro-a
- A un trabajador-a de crisis
- A tu oficial de policía escolar
- A alguien de tu familia
- A tu consejero-a escolar
- A otra persona que le tengas confianza

(Children's Issues MWCS Sp V3 10/2007)

Problemas de Niñez

¿Que Es Violencia Domestica?

- Violencia doméstica es cuando una persona golpea, lástima, llama sobrenombres, o acosa para hacer que otra persona haga lo que ellos dicen. Esto pasa con gente que esta casada, divorciada, conociéndose, o viviendo en pareja.
- Violencia doméstica ocurre porque una persona cree que tiene el derecho de tener poder y control sobre su pareja. No es causada por ira, alcohol, ni drogas.
- La violencia doméstica ocurre en cualquier parte de la sociedad.

¿Que Es Asalto Sexual?

Asalto sexual es tocarte en cualquier lugar o de cualquier manera que te haga sentir incomoda-o.

Información De Seguridad Sobre Asalto Sexual

- Esta bien decir NO si alguien trata de tocarte de maneras que te hagan sentir atemorizada-o, confundida-o.
- No es tu culpa si alguien te toca de una manera inapropiada. No tienes que mantener en secreto estas maneras de tocarte.
- Algunos secretos son buenos. Un ejemplo de un buen secreto es un regalo de cumpleaños. Un secreto malo es si alguien te toca y te dice que no le digas a nadie.
- Nunca es muy tarde para pedir ayuda. Tu puedes seguir buscando hasta que obtengas la ayuda que necesitas.

Numeros De Teléfono Importantes

Policía	911	
Abuso de alcohol y drogas:	24 horas	1 (800) 821-4357
Reporte de Abuso de Niños:		(503) 378-6704
SIDA	24 horas	1 (800) 342-2437
Mano a Mano:		(503) 363-1895
Línea de Planeación Familiar :		1 (800) 230-7526
Línea de Emergencia para Niños que Huyen	24 horas	1 (800) 621-4000

Problemas de Niñez

Preguntas y preocupaciones de la mamá

Querida Sobreviviente,

Este folleto contiene información inspirada por las preguntas y preocupaciones de mujeres que han huido de la violencia doméstica. Estamos muy agradecidas por las experiencias que han compartido con nosotras. Aunque ninguna mamá o hijo es igual, ni sus circunstancias, muchas de sus preguntas y preocupaciones son parecidas. Esperamos que esta información le ayude.

En este folleto hablaremos de estas preguntas y preocupaciones. Si la información que buscas no se encuentra en este folleto, favor de hacernos saber. Ni usted ni sus hijos tienen la culpa de lo que sucedió. No estás sola, estamos aquí para ti.

Sinceramente,
Coordinadora de servicios para jóvenes

Información inspirada por las preguntas de las mamás que han venido a nuestro refugio con sus hijos

¿Quién tiene la culpa?

Solamente el abusador tiene la culpa. Quizás quieras culparte a ti misma por lo sucedido. No importa lo que tu hallas hecho o no hallas hecho, tu no causaste el abuso. La persona a quien culpar es el abusador.

Hablando mal del abusador

Habrán tiempos cuando quieras hablar mal del abusador. Aunque hablando mal de él te ayude a sentirte mejor, trata de hacerlo cuando los niños no estén escuchando. Es muy común que sus hijos extrañen al abusador, especialmente si es el padre de ellos. Tienen todo el derecho de sentirse así. Cuando hables con sus hijos sobre el abusador, no les hables de cómo él es una mala persona, mejor hábeles de las malas decisiones que él tomó.

¿Cuáles fueron esas malas decisiones? ¿Cómo te sientes sobre lo que sucedió? ¿Cuáles son las buenas decisiones que él podría haber tomado en lugar de las malas decisiones?

¿Que hubiera sucedido si él hubiera tomado una buena decisión? ¿Cómo te sintieras si él hubiera tomado una buena decisión? Estas preguntas ayudan a tus hijos a comprender que el abusador estaba en control de todo lo que hizo y dijo. Esto también les asegura que ni ellos ni tú tienen la culpa de lo que sucedió.

Sus hijos saben

Sus hijos están conscientes de lo que sucedió. Aunque ellos estaban en otra recámara, en la escuela, o dormidos, ellos saben lo que pasó. Los niños pueden oír, sentir, y ver lo que pasa. Muchos niños dicen que ellos sabían lo que estaba ocurriendo."

No hay nada malo con llorar

Muchas mamás sienten que no pueden llorar frente de los niños porque tienen que ser fuertes. Sus hijos no pensarán que eres débil si lloras, llorando es una manera de desahogarse. A veces dejando saber a tus hijos que ustedes son un "equipo" los pueda unir un poco más. También recomendamos nuestro grupo de apoyo para sobrevivientes de violencia doméstica (información en este folleto).

"Mis hijos me odian"

Es común que los niños digan que te odian o que están enojados contigo. Eso no quiere decir que realmente te odian; solamente odian lo que ha sucedido y como se sienten. Estar enojados contigo es mucho más seguro para ellos que estar enojados con el abusador. A veces diciendo "te odio" es la única manera que ellos tienen para comunicar sus sentimientos de confusión, miedo, coraje, y dolor. Usa esta oportunidad para hablar con ellos de sus sentimientos, preguntas, o simplemente para darles el apoyo que tal vez necesiten. También está bien decirles que esas palabras te lastiman, pero que entiendes como se sienten.

"¿Serán mis hijos abusadores?"

La mayoría de niños no serán abusadores al crecer. Solamente porque tus hijos han presenciado violencia doméstica no quiere decir que serán abusadores. Esto es un mito. La mayoría de niños quieren lo contrario de lo que han presenciado. Luchan para poner un fin a la violencia doméstica y ayudan a los que han pasado por lo mismo que ellos.

Problemas de Niñez

Preguntas y preocupaciones de la mamá

“Mi hijo/hija le pega a otros y grita”

Esto no quiere decir que serán abusadores cuando crezcan. Cuando los niños se sienten seguros, a veces se portan mal. Ahora que están fuera de la violencia doméstica, se sienten libres de expresar la confusión, angustia, miedo, y cualquier otra emoción que puedan sentir. A veces los niños expresan esos sentimientos gritando, pateando, o pegando, pero esto no significa que tu hijo es un abusador. Ayúdalos a pensar en nuevas maneras de cómo expresar sus sentimientos sin lastimar a otros. Habla con ellos de las buenas decisiones que pueden hacer.

Dando nalgadas

Desanimamos dando nalgadas. Dar nalgadas es una solución temporal. Darles nalgadas a tus hijos les enseña que si eres grande y fuerte, tienes más poder y también les enseña a pegar. La disciplina positiva es más apropiada y les enseña a comportarse bien. Dales un premio por buen comportamiento (abrazos, piropos, calcomanías, etc.) y por mal comportamiento, quítales los privilegios o dales más que hacer en casa. “Tiempo de descanso/castigo”, opciones, comunicación, y tu ejemplo también son beneficiosos. Para más alternativas, llama o ven a nuestra oficina y estaremos felices en ayudarte.

“Pero es un buen padre”

El no es un buen padre. Un buen padre no abusa a la madre de sus hijos. La violencia doméstica es el indicador número uno de que él maltratará a los niños después. Tus hijos también están en peligro de él.