

Prevención

¿Cómo proteger a nuestros hijos de la violencia?

Son los padres los que deben proporcionar a sus hijos las herramientas necesarias para desenvolverse en una sociedad cada vez más peligrosa. Por ello es importante que dentro de la familia se conversen todos los temas.

Los abusos sexuales, el bullying en los colegios y los peligros que pueden representar lugares como las discotecas y los bares, o internet, son algunos tipos de violencia a los que están expuestos los niños y adolescentes hoy en Chile.

Según el IV Estudio de Maltrato Infantil realizado por Unicef en el año 2012, el 51,5%, sufre algún tipo de violencia física (grave y leve) y el 19,5%, violencia psicológica.

“El cuidado y seguridad de los niños es responsabilidad de los adultos, ya sean padres, profesores o quienes están a cargo de su cuidado. Siempre es más fácil prevenir que mediar, pero la prevención requiere de una buena comunicación, ya que los vínculos se construyen en edades tempranas y es muy difícil hacerlo en la adolescencia”, señala Neva Milicic, psicóloga, doctora en Psicología Educacional y docente de la Universidad Católica.

Explica que en el caso del abuso sexual la única real prevención es que los padres estén alertas y tengan una buena comunicación con sus hijos. **“Los pedófilos tienen una especial atracción por los niños pequeños porque no poseen herramientas ni competencias suficientes para defenderse, Una manera de prevenir estos abusos es que en las familias se hablen todos los temas, y la sexualidad es uno de ellos. El cuento *Los secretos de Julieta* es una buena guía”.**

Pero este tipo de abuso es una situación difícil de abordar, y si este lo comete una persona conocida o un familiar es aun más complejo.

De acuerdo con la Fundación para la Confianza, un caso de abuso sexual infantil de cada 25 casos se denuncia, además, en el 95% de ellos, el que abusa conoce a la víctima o es parte de su círculo de confianza (familia, colegio, amigos, etc.), lo que disminuye la posibilidad de denuncia, y de estos casos denunciados, cerca del 10% llega a sentencia.

“Es muy importante conectarse con las emociones del niño desde su nacimiento, ya que es la forma más básica para producir un vínculo profundo y que se reproducirá en las relaciones que establecerá en el futuro. Hoy, los padres están sobre exigidos, pero deben hacerse el tiempo para estar con sus hijos”, sostiene la psicóloga.

Asegura que los seis primeros años son muy importantes en el desarrollo emocional de los niños, y que una manera de participar activamente en este proceso, es brindarles tiempo de calidad a través de juegos y actividades conjuntas. “Los

cuentos son muy importantes, ya que se estima que a un niño que le han leído más de mil cuentos en el periodo pre escolar logra desarrollar la inteligencia emocional, es decir, aprende a ser empático, intuitivo y a establecer buenos vínculos con sus padres y su entorno”.

Los padres deben trabajar también en la alfabetización emocional de sus hijos, dándose tiempo para conversar, estar con ellos, y que los pequeños puedan comunicarse desde sus emociones. **“En el caso de un abuso sexual, el niño, cuando tiene una buena comunicación, va a contar lo que le sucede. Hay que recordar que los abusadores, en general, tienden a ser muy seductores, especialmente cuando son parte de la familia”.**

BULLYING

Cuando un niño no quiere ir al colegio, los padres tienen que empezar a preguntarse rápidamente el por qué. Según la Encuesta Nacional de Convivencia Escolar 2011, en la que se encuestaron 229.833 estudiantes de octavo básico de 5.855 establecimientos educacionales, aproximadamente uno de cada 10 estudiantes declaró haber sido víctima de bullying y cerca del 25% de ellos lo sufre diariamente. En cuanto a la agresión, uno de cada cinco alumnos afirma que son comunes las amenazas u hostigamientos entre sus compañeros.

“Si los padres se dan el espacio, los niños que están sufriendo bullying lo comunican bastante bien y rápido, pero deben estar alertas, escuchando y conversar con el contexto escolar, es decir, el colegio y los profesores, para abordar la situación”, Neva Milicic, quien recomienda a los papás cuyos hijos están atravesando por esta situación someterlos a una terapia individual y de grupo.

Al respecto, recalca lo importante que es el desarrollo de las habilidades sociales de los niños.

“A través de cada actividad, comportamiento e interacción que los padres tienen con sus hijos, no solo están socializando con ellos, sino que les están construyendo sus cerebros. Si avanzamos en el desarrollo e inteligencia emocional de los niños, vamos a poder tener niños mejores, más empáticos, preocupados por los otros, es decir, un mundo mejor”.

En su libro *Educar a los hijos con inteligencia emocional*, sostiene que las dos funciones más importantes en esta materia son la empatía (capacidad de captar los propios estados internos, impulsos y recursos).

“Los colegios tienen que hacerse cargo de hacer programas de desarrollo social y emocional tanto más que de matemáticas o castellano”.

A su juicio el bullying es un problema a nivel mundial y tiene mucho que ver con la violencia a la que están expuestos los niños en los juegos de video, películas y en la red.

“La violencia esta legitimada, porque el que gana es el que mata más rápido. Para esto, es imprescindible construir vínculos afectivos sólidos entre padres e hijos, fortalecer su confianza y formar niños empáticos, seguros de sí mismos y con una mirada positiva de su entorno”.

MALAS COMPAÑIAS

En la adolescencia, el sentimiento de pertenencia es muy importante, y los jóvenes, para sentirse incluidos en un grupo, pueden cometer muchos errores en especial los que son más vulnerables. **“Si un hijo está metido en una pandilla, los padres deben llevarlos a un especialista, inclusive cambiarse de barrio si es necesario.** Siempre les digo a los jóvenes que en el mundo de la droga y de la delincuencia es muy fácil entrar, pero es muy difícil salir y, generalmente tiene una alta mortalidad, por eso hay que tomar medidas drásticas”, señala Neva Milicic.

En este sentido, aunque es un tema distinto, recomienda el libro de Jaime Undurraga *Mi hijo atrapado por una secta*. “Aunque a sus hijos no les guste, los papás siempre deben ir a buscarlos a las fiestas y no dejar que otros los traigan, porque además en el trayecto se generan conversaciones y espacios de confianza”.

Otro aspecto importante son los riesgos a los que se exponen los niños y adolescentes al navegar libremente en la web, como la exposición a material pornográfico, violencia, drogas, juegos de apuestas, abusos y corrupción de menores.

“El gran problema es la ingenuidad de las niñas. Una de las cátedras que debería haber en los colegios es sobre los peligros en la web, en la discoteca o bares”, concluye la psicóloga Neva Milicic.

*Documento de la Municipalidad de Vitacura publicado en El Mercurio 13-05-16.