

Los efectos de violencia doméstica en los niños:

La violencia doméstica afecta a todos los miembros de la familia, incluidos los niños. La violencia familiar crea un entorno familiar donde los niños viven en constante temor. Los niños que son testigos de la violencia familiar se ven afectados de manera similar a los niños que sufren abusos físicos. A menudo no pueden establecer vínculos enriquecedores con ninguno de los padres. Los niños corren un mayor riesgo de abuso y abandono si viven en un hogar violento. Las estadísticas muestran que cada año, más de 3 millones de niños son testigos de violencia en sus hogares. Aquellos que presencian y escuchan violencia en el hogar sufren física y emocionalmente.

"Las familias bajo estrés producen niños bajo estrés. Si un cónyuge está sufriendo abuso y hay niños en el hogar, los niños se ven afectados por el abuso" (Ackerman y Pickering, 1989)

La dinámica de la violencia doméstica no es saludable para los niños:

- Control de la familia por parte de un miembro dominante
- Abuso de uno de los padres
- Aislamiento
- Protección del "secreto familiar"

Los niños reaccionan a su entorno de diferentes maneras, y las reacciones pueden variar según el sexo y la edad. Los niños expuestos a la violencia familiar tienen más probabilidades de desarrollar problemas sociales, emocionales, psicológicos o de comportamiento que aquellos que no lo son. Investigaciones recientes indican que los niños que son testigos de violencia doméstica muestran más ansiedad, baja autoestima, depresión, ira y problemas de temperamento, que aquellos que no son testigos de violencia en el hogar. El trauma que experimentan puede aparecer en forma de trastornos emocionales, conductuales, sociales y físicos, que afectan su desarrollo y pueden continuar hasta la edad adulta.

A través de los ojos de un niño: ¿Yo hice algo mal para hacer que pierdas el control? La ira es tan fuerte o incluso sabes que cuando llegas a casa quiero correr y esconderme. El dolor es tan profundo que lo guardo adentro. No soy el mismo debido a ti, siempre siento miedo por lo que harás. Si tan solo pudieras verte a través de mis ojos, sabrías por qué me estoy muriendo por dentro. A veces necesito una mano firme, pero suave. Alguien que se preocupe y entienda que todavía estoy aprendiendo, pero que simplemente no puedo soportar este abuso. De parte tuya, no hay excusas. No soy el mismo debido a ti, siempre siento miedo por lo que harás. Si tan solo pudieras verte a través de mis ojos, sabrías por qué me estoy muriendo por dentro. Esta no es manera de vivir. Si tratas de cambiar, yo trataré de perdonar.

Tomado de CHANCE Cambiar la Manera en que los Adultos Alimentan los Egos de los Niños

Algunos efectos potenciales:

Emocionales:

- Duelo por pérdidas familiares y personales
- Vergüenza, culpa y autoculpa
- Confusión por sentimientos encontrados hacia los padres
- Miedo al abandono o a expresar las emociones, a lo desconocido o a lesiones personales
- Enojo
- Depresión y sentimientos de impotencia y desamparo
- Vergüenza

Conductual:

- Actuar intempestivamente o retraerse
- Agresivos o pasivos
- Negativa a ir a la escuela
- Cuidar a los demás; actuar como sustituto de los padres
- Mentir para evitar la confrontación
- Defensas rígidas
- Excesiva búsqueda de atención
- Enuresis y pesadillas
- Comportamiento fuera de control
- Disminución de la competencia intelectual
- Manipulación, dependencia, cambios de humor

Social:

- Aislamiento frente a amigos y familiares
- Relaciones tormentosas
- Dificultad para confiar, especialmente en los adultos
- Manejo deficiente del enojo y de las habilidades para resolver problemas
- Excesiva actividad social para evitar el hogar
- Pasividad con los compañeros o bullying
- Participar en relaciones de explotación, como perpetrador o como víctima

Físicas:

- Quejas somáticas, dolores de cabeza y de estómago
- Nervioso, ansioso, limitada capacidad de atención
- Cansado y letárgico
- Se enferma a menudo
- Higiene personal deficiente
- Regresión en el desarrollo
- Juegos de alto riesgo
- Autoabuso

Para los padres:

Dar amor y cuidado a los niños:

Cuidar niños de hogares abusivos puede sanar sus vidas. Al brindar el amor y el cuidado necesarios a los niños, es importante que los padres reflejen estos elementos esenciales:

Confianza y respeto: Reconocer el derecho de los niños a tener sus propios sentimientos, amigos, actividades y opiniones. Promover la independencia, permitir la privacidad y respetar sus sentimientos por el otro padre. Creer en ellos.

Darles seguridad emocional: Hable y actúe para que los niños se sientan seguros y cómodos expresándose. Sea gentil. Sea confiable.

Darles seguridad física: Proporcionar alimentos saludables, refugio seguro y ropa adecuada. Enseñar higiene personal y nutrición. Controlar la seguridad. Mantener una rutina familiar. Atender las heridas.

Implementar disciplina: Sea consistente; asegúrese de que las reglas sean apropiadas para la edad y el desarrollo del niño. Ser claro sobre los límites y las expectativas. Usar la disciplina para dar instrucciones, no para castigar.

Dedicarles tiempo: Participe en la vida de sus hijos, en sus actividades, escuela, deportes, eventos especiales, celebraciones y amigos. Incluir a sus hijos en sus actividades. Revelar a sus hijos quién es usted.

Alentar y apoyar: Ser afirmativo. Animar a los niños a seguir sus intereses. Dejar que los niños no estén de acuerdo con usted. Reconocer las mejoras. Enseñar habilidades nuevas. Dejar que cometan errores.

Dar afecto: Expresar afecto verbal y físico. Ser cariñoso cuando sus hijos estén física o emocionalmente heridos.

Cuidarse a sí mismo: Dese tiempo personal. Manténgase sano. Mantener amistades y aceptar el amor

Niño víctima / Testigo de violencia doméstica:

Indicadores específicos por edad:

Bebés:

- Se interrumpe la necesidad básica de apego
- Las rutinas en torno a la alimentación/el sueño se ven perturbadas
- Lesiones por haber quedado "atrapado en medio del fuego cruzado"
- Irritabilidad o llanto inconsolable
- Enfermedades frecuentes
- Dificultad para dormir
- Diarrea
- Retrasos en el desarrollo
- Falta de capacidad de respuesta

Prescolares:

- Quejas somáticas o psicósomáticas
- Regresión
- Irritabilidad
- Temerosos de estar solos
- Ansiedad extrema por la separación
- Retrasos en el desarrollo
- Compasivo con la madre

Edad de Escuela Elemental:

- Vacila entre estar ansioso por complacer y ser hostil
- Verbaliza sobre la vida en el hogar
- Retrasos en el desarrollo
- Problemas de conducta externalizados
- Desarrollo inadecuado de habilidades sociales
- El modelado de roles de género crea conflicto/confusión

Preadolescentes:

- Los problemas de conducta se vuelven más graves
- Aumento de las dificultades de comportamiento internalizado: depresión, aislamiento, retracción
- Dificultades emocionales: vergüenza, miedo, confusión, rabia
- Habilidades sociales deficientes
- Retrasos en el desarrollo
- Protección de la madre, la ve como "débil"
- Guardado/reservado sobre la familia

Adolescentes:

- Los problemas de comportamiento internalizados y externalizados pueden volverse extremos y peligrosos: drogas/alcohol, absentismo escolar, pandillas, comportamiento sexual, embarazo, fuga, suicidio.
- Las relaciones de pareja pueden reflejar la violencia aprendida o presenciada en el hogar

**De Boulder (CO) County Safehouse*

Trabajar con niños:

Cuando se trabaja con niños expuestos a la violencia doméstica, la confianza es un factor importante. Los niños necesitan un lugar seguro con un adulto en el que puedan confiar para comenzar a sanar. Al trabajar por primera vez con un niño, es útil preguntarle qué lo hace sentir cómodo e incómodo con los adultos. Escuche a los niños y bríndeles espacio y respeto.

- Deje que los niños sepan que usted se preocupa por ellos, que hay adultos interesados en sus opiniones, pensamientos e ideas
- Use libros sobre el tema para ayudar a abrir a los niños
- Use el arte, la música, el teatro y el juego para ayudar a los niños a expresarse
- Derivar a los niños a consejeros profesionales, según sea necesario
- Conectar a los niños con organizaciones de la comunidad que trabajan con jóvenes, según corresponda
- Ayudar a los niños a desarrollar planes de seguridad realistas y apropiados para su edad
- Decirles a menudo que a alguien les importan

**Del boletín de la Coalición de Illinois contra la Violencia Doméstica, primavera de 2000*