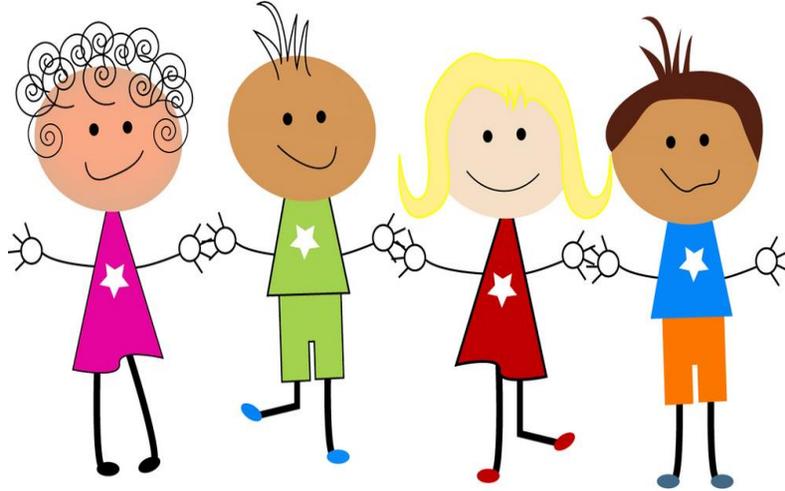


Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi

Herramientas para Padres y Maestros sobre la Seguridad Personal de Niños

Pre-escolares asta 5to grado



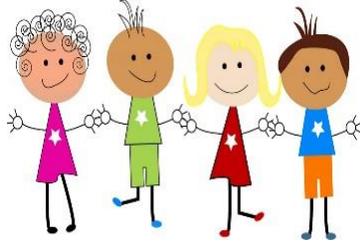
Esta Guía incluye los siguientes elementos:

- Una breve descripción del programa “Mi Cuerpo Me Pertenece A Mi”
- El perfil de la presentación de niños de 30-45 minutos incluyendo un resumen del video de seguridad infantil
- Consejos para enseñar a los niños habilidades de seguridad personal
- Lista de juegos de teatro improvisado ¿“Que harías tú?” para examinar el conocimiento del niño
- Recursos adicionales/Información para Padres y Maestros



Este programa está administrado por Interface Children & Family Services
4001 Mission Oaks Blvd., Suite I, Camarillo, CA 93012

Para más información llame al (805) 850-4562



¿Le preocupa la seguridad de sus hijos? No tenga miedo— ¡Infórmese!

- ¿Sabe su hijo/a como reconocer situaciones y personas potencialmente peligrosas?
- ¿Sabe su hijo/a con cuáles personas “desconocidas” puede pedir ayuda si se pierde?
- ¿Sabe su hijo/a que debe decirle si un adulto o niño mayor le pide guardar un secreto?
 - ¿Sabe su hijo/a que los “toques secretos” no se permiten entre adultos y niños?
- ¿Sabe su hijo/a las 7 formas en que él/ella puede ser tocado que le dan el derecho a decir- “NO”, Escapar y Decírselo a un adulto de confianza?

Su hijo/a aprenderá todo esto con el programa “Mi Cuerpo Me Pertenece A Mi”.

El programa de Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi enseña a los niños sobre límites personales sin asustarlos.

El mensaje básico es que la mayoría de la gente es buena, pero hay algunas personas que tienen un problema de tocar con los niños y si su hijo/a alguna vez se enfrenta a este tipo de persona, sabrán que pueden decir “No”, Escapar, y Decírselo a un Adulto de Confianza.

La presentación para los niños es realizada por un entrenador calificado en seguridad-infantil de Interface Children & Family Services y se lleva a cabo en el salón de clase de su hijo/a en la presencia de su maestro/a regular.

**¡Gracias por ayudar a su hijo/a aprender cómo mantenerse seguro con el programa
Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi!**

Para más información, llámenos al (805) 850-4562



Mi cuerpo me pertenece

Programa de seguridad personal y prevención del abuso infantil

Descripción general del programa

Un programa de prevención del abuso de la seguridad / de niño, Mi cuerpo me pertenece, es para niños de preescolar hasta quinto grado y sus familias. El programa trabaja para educar y empoderar a los niños de una manera no amenazante, para que puedan estar mejor equipados para evitar el abuso. Este programa de seguridad enseña a los niños cómo responder a personas y situaciones potencialmente peligrosas. El programa se ofrece a las escuelas, guarderías y otras instalaciones de cuidado infantil y juvenil de forma gratuita.

De acuerdo con el Instituto de Investigación y Prevención de abuso de menores, el 95% de abuso sexual se puede prevenir mediante la educación y la conciencia. El objetivo de mi cuerpo me pertenece es el de reducir el abuso infantil en el condado de Ventura a través de proporcionar educación para la prevención eficaz de niños en edad escolar, sus familias y la comunidad. A través del poder de la educación, los niños, padres y educadores estarán mejor equipados para prevenir el abuso infantil.

Por qué es importante

- ✓ 1 de cada 3 niñas y 1 de cada 5 niños son abusados sexualmente antes de los 18 años (The Advocacy Center).
- ✓ En 2015, hubo 1,245 informes de abuso sexual infantil en el condado de Ventura (kidsdata.org).
- ✓ El abuso sexual infantil puede ocurrir en cualquier lugar, en cualquier vecindario, religión, grupo racial o étnico, y entre los ricos, los pobres y en todas partes (Centro de Protección y Prevención del Abuso Sexual Infantil).

Talleres efectivos

Nuestro programa de tres partes incluye talleres para padres y educadores que duran aproximadamente una hora y se programan antes de las presentaciones de los niños. La presentación de los niños oscila entre 30 y 45 minutos y es interactiva y está diseñada para atraer a los niños de una manera apropiada y no amenazante. Cada taller y presentación incluyen una encuesta previa y posterior y la presentación de los niños incluye una encuesta posterior de 90 días adicional para hacer un seguimiento del mayor conocimiento de los participantes.

Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi

¡Un Programa de Educación sobre la Seguridad Personal en su Escuela!

Presentación para Niños

La lección de 30 a 45 minutos se centra en la participación de los niños a través de un enfoque de aprendizaje interactivo. Se les enseña que su cuerpo les pertenece a ellos y cómo reconocer y responder a posibles toques inapropiados. Los niños participan en diversas actividades, y practicarán cuándo y cómo decir:

"NO", Alejarse, y Decirle a un adulto de confianza.

Nuestra meta es de apoderar a nuestros niños al enseñarles límites personales que pueden tener y maneras de buscar ayuda si se encuentran con una persona o situación peligrosa. Estas son habilidades que podrán ayudar a prevenir el acoso entre niños, y el abuso sexual de una manera ligera. El plan de estudios ha sido diseñado y adaptado en talleres de acuerdo a la edad, la capacidad social, y el desarrollo de los estudiantes.

- ✓ Grados Pre-K- 2^{do}
- ✓ Grados 3^{ro}- 5^{to}

Presentación para Maestros:

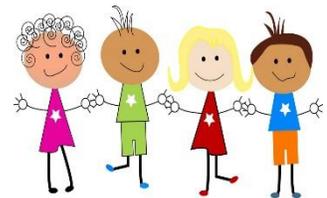
La presentación de 60 minutos incluye un adelanto de la presentación para los niños y continúa con un entrenamiento para educadores. Temas incluyen

- ✓ Conocimiento sobre el abuso infantil
- ✓ Estrategias para prevenir el abuso
- ✓ El desarrollo de niños
- ✓ Comportamientos sexuales de niños
- ✓ Técnicas eficaces para responder a comportamientos sexuales
- ✓ Como reconocer las señales de abuso
- ✓ Repaso de leyes sobre CA Mandated Reporting
- ✓ Ayuda y recursos locales

Presentación para Padres:

La presentación de 60 minutos incluye un adelanto de la presentación para los niños y continúa con un taller educativo sobre la seguridad personal de los niños. Temas incluyen:

- ✓ Conocimiento sobre el abuso infantil
- ✓ Consejos sobre cómo prevenir y proteger a nuestros niños
- ✓ Como reconocer comportamiento inapropiado
- ✓ Como reconocer posibles señales de abuso
- ✓ El desarrollo de comportamiento normal en niños
- ✓ Como responder apropiadamente a una declaración de abuso
- ✓ Ayuda y recursos locales



Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi

Hay **SIETE SEÑALES** que te dan el derecho a decir "NO", ESCAPAR, y Decírselo DECIRSELO a un adulto de confianza.



1. Secreto Una caricia que te obligan a mantener en secreto. Por Ejemplo, si alguien toca tu cuerpo y te dice "¡Vale más que no le digas a nadie!". Eso no esta bien, tú tienes derecho a hablar, tu cuerpo te pertenece a ti!



2. Esto no me gusta Cualquier caricia o toque que simplemente no te gusta o no quieres. Si no te gusta alguna caricia, siempre puedes decir "No, gracias" o "No me gusta".



3. Nuestra voz interna Si sientes que posiblemente tú puedes tocar a alguien más de una manera que no es correcta, Siempre se puede decir "¡NO!" a una mala decisión. Puedes ESCAPAR de una persona o situación si necesitas espacio o tiempo para pensar. Puedes DECIR o pedirle ayuda a un adulto de confianza, antes de tomar una decisión que podría llegar a causar problemas o lastimar a otra persona.



4. ¡Ay! Un toque o caricia que te lastima (te hace decir "¡Ay!"). Si alguien te lastima o dice que te va a lastimar, tú puedes ESCAPAR y pedirle ayuda a un adulto de confianza.



5. Las áreas que se cubren con el Traje de Baño (Partes Privadas)

NO ESTA BIEN que te toquen o tocar las "partes privadas" de otra persona. Recuerda que tus "partes privadas" son las áreas o partes de tu cuerpo que se cubren cuando vas a nadar.



6. Esto me da miedo

Un toque o caricia que te da miedo a TÍ, aunque no asuste a alguien más.



7. Siento confusión

Una caricia o toque que te hace sentir incómodo, confundido, o extraño por dentro. Aunque veas algo que te haga sentir de esa manera, puedes decir "NO" y ESCAPAR

Canción: “Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi”

Tu: “Desde la cabeza”

Niños: “Desde la cabeza”

Tu: “Hasta los pies”

Niños: “Hasta los pies”

Tu: “Y todo lo que está en el medio”

Niños: “Y todo lo que está en el medio”

Tu: “MI CUERPO ME PERTENECE A MI”

Niños: “MI CUERPO ME PERTENECE A MI”

Tu: “Yo tengo el derecho de proteger mi cuerpo”

Niños: “Yo tengo el derecho de proteger mi cuerpo”

Tu: “Yo puedo decir “NO”

Niños: “Yo puedo decir “NO”

Tu: “Puedo tratar de escapar”

Niños: “Puedo tratar de escapar”

Tu: “Y puedo DECIRLO!”

Niños: “Y puedo DECIRLO!”

Videos de Seguridad Personal para Niños

“Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi”
Video



“Secretos”
Video



*Escrito por: Jill Starishevsky
Disponible en Youtube*

<http://www.youtube.com/watch?v=a-5mdt9YN6I>

Nota: Solamente enseñamos una parte del video (se para a los 2 minutos con 10 segundos)

Español: <http://www.youtube.com/watch?v=KZ4cpmyoXbU>

Otros Videos:

- “Mi Cuerpo Me Pertenece” – En español
Disponible para ver en YouTube:
http://www.youtube.com/watch?v=towuyzPXgUk&feature=em-share_video_user
- “Check First”
<http://www.kidsmartz.org/Videos#checkfirst>
- “Tell a Trusted Adult”
<http://www.kidsmartz.org/Videos#telltrustedadult>
- “Talk to an Adult you Trust”
http://www.netsafeutah.org/kids/kids_videos.html

Mitos y Verdades Acerca Del Abuso Sexual Infantil

Mito #1: El abuso sexual infantil ocurre sólo entre extraños. Si los niños se mantienen alejados de gente extraña, no serán abusados sexualmente.

Verdad: Estadísticas Del Departamento Nacional de Justicia (DOJ) indican que, en aproximadamente el 85% de los casos, el agresor es un conocido del niño. Normalmente, el agresor es un pariente, un amigo mayor del niño, la niñera, o algún miembro o amigo de la familia.

Mito #2: Niños provocan el abuso sexual con su comportamiento seductor.

Verdad: El comportamiento seductor no es la causa del abuso sexual. La responsabilidad del acto recae SIEMPRE en el agresor. El abuso sexual explota sexualmente a niños, todavía no capacitados para entender o resistir, y que además puede ser psicológica o socialmente dependiente del agresor.

Mito #3: La mayoría de las víctimas de abuso sexual infantil le cuentan a alguien sobre el abuso.

Verdad: De acuerdo a un estudio hecho por el Dr. David Findelhor, cerca del 2/3 de todas las víctimas de abuso sexual infantil, no les dirán a sus padres o a nadie por temor a que se les culpe, se les castigue, o no se les crea. Además, muchas víctimas sienten que el abuso puede ser su culpa de alguna manera.

Mito #4: Hombres y mujeres abusan de los niños por igual.

Verdad: En el 94% de los casos, el abuso sexual infantil es cometido por hombres, que abusan tanto de niñas como de niños. El 75% de los hombres agresores están casados o tienen relaciones sexuales con consentimiento. Solo el 4% de los casos involucra a agresores homosexuales, es decir, el 96% de los agresores son heterosexuales.

Mito #5: ¡Si los niños no lo querían, podrían decir “NO!”.

Verdad: En general, los niños no cuestionan el comportamiento de los adultos y además se les enseña a obedecerlos. Los agresores frecuentemente manipulan a los niños con regalos, amenazas o uso de su posición de autoridad.

Mito #6: Todas las víctimas de abuso sexual son niñas.

Verdad: Estudios sobre abuso sexual infantil indican que una de cada cuatro niñas y uno de cada cinco a seis niños menores de 18 años son víctimas de abuso sexual.

Mito #7: El abuso sexual en la familia es un incidente aislado que solo pasa una vez.

Verdad: Estudios indican que la mayoría de los abusos sexuales infantiles continúan al menos por dos años antes de ser denunciados. En muchos casos, el abuso sexual continúa hasta que es denunciado.

Mito #8: En el abuso sexual intrafamiliar, el cónyuge “no agresor” sabe lo que está ocurriendo

Verdad: Aunque en algunos casos el cónyuge “no ofensor” sabe e incluso apoya las acciones del agresor, en la mayoría de los casos por falta de conocimiento, el cónyuge “no ofensor” puede que sospeche que algo no va bien, pero no sabe que es o como solucionarlo.

Mito #9: El abuso sexual intrafamiliar solo se da en familias con bajos ingresos.

Verdad: El abuso sexual intrafamiliar afecta a todas las clases sociales. No hay raza, clases social o económica que sea inmune al abuso. Se estima que el incesto ocurre en el 14% de todas las familias. Entre el 10 y el 20% de los niños americanos son víctimas de incesto; el 90% de las víctimas son mujeres y un 90% de los abusadores son padres o padrastros

Mito#10: El comportamiento sexual sin violencia entre un niño y un adulto no daña al niño.

Verdad: Casi todas las víctimas experimentan trauma emocional tal como: confusión, vergüenza, culpabilidad, coraje, o falta de auto-estima. El abuso sexual infantil puede provocar graves problemas a largo plazo perdurar por generaciones. El doctor Nicholas Groth, que ha estudiado ampliamente a los agresores sexuales, señala que el 60% de los agresores sexuales convictos fueron víctimas de abuso sexual infantil.

Información proveída por Red Flag Green Resource Center of Fargo/Moorhead.

Consejos para Enseñar a los Niños Habilidades de Seguridad

Mantener a los niños seguros y saludables es responsabilidad de todos.

A los niños hay que enseñarles que sus cuerpos son suyos, y que tienen el derecho a decir “¡NO!” cuando se trata de quien los toca y a quien ellos tocan. Si los niños son tocados de manera que es confusa o atemorizante para ellos, necesitan decirle a alguien sobre el toque. Tienen que decir “NO”, ESCAPAR, y CONTÁRSELO A UN ADULTO.

La clave para una formación eficaz es la repetición y el ensayo activo. Los niños necesitan practicar diciendo no, alejándose y diciéndole a alguien.

Los siguientes son consejos adicionales que pueden ayudarle a enseñar la seguridad personal efectivamente a los niños:

1. **Asegure a los niños que la mayoría de los toques ESTAN BIEN y que la mayoría de la gente es buena.** Pero si alguien toca sus partes privadas de una manera secreta o si reciben un toque que los asusta o los confunde, tienen que DECIR “NO”, ESCAPAR Y DECIRLE A ALGUIEN. Recuerde que si los niños reciben un toque incorrecto de alguien que conocen, como un familiar o una niñera, tal vez no podrán decir “NO” o incluso ESCAPAR. Sin embargo, siempre lo pueden contárselo a alguien. Enfatice la importancia de contarle a una persona y si la persona no le cree, que lo siga contando hasta que alguien escuche y les cree. Deje a los niños saber que ESTA BIEN en retar a los adultos. Asegúreles que los adultos no siempre tienen la razón. Enséñenles que hay cosas que los adultos nunca deben hacer.
2. **Enseñen a los niños los nombres correctos de las partes del cuerpo.** Al igual que tienen brazos y piernas, tienen pene o la vagina y el ano. Los niños no pueden decir si han recibido un toque inapropiado si no tienen palabras para describir el toque.
3. **Enseñen a los niños como utilizar el lenguaje corporal.** Hágalos pararse rectos y diciendo “NO” en voz alta y fuerte. Ayude a los niños a desarrollar un buen contacto visual.
4. **Juegue “¿Qué harías tú?” con sus niños.** Usted puede utilizar el juego de teatro improvisado en la parte posterior de este libro o crear uno propio. Desarrolle situaciones de “¿Qué harías tú?” que son pertinentes a su propia familia. Uno de los propósitos del juego “¿Qué harías tú?” es para enfatizar a los niños la importancia de pedir permiso a mamá y papá antes de ir a cualquier lugar.
5. **Enseñen a los niños lugares seguros y la gente con quien ir si se pierden;** por ejemplo, una persona detrás de un registro en una tienda. Tenga escrito una lista de personas que el niño sabe que está bien con quien ir. Comparta la lista con la escuela del niño, la guardería y niñera. Insista a sus niños la importancia de SIEMPRE obtener permiso antes de ir a CUALQUIER LUGAR, CON CUALQUIER PERSONA, incluyendo si la persona es conocida por usted.

Estos "Consejos para Enseñar a los Niños Habilidades de Seguridad " se basan en la información de Red Flag/Green FlagResource Center of Fargo/Moorhead

Consejos para prevenir situaciones abusivas

1. **Educar a todos en la familia.** Asegúrese de que cada miembro de la familia sepa qué es el desarrollo sexual saludable en los niños y qué comportamientos sexuales podrían ser preocupantes. Aprenda a reconocer las señales de advertencia de que un niño puede haber sido abusado sexualmente o que un adulto, adolescente o niño puede estar tocando a un niño de una manera sexual. Algunos comportamientos abusivos pueden no implicar tocar; por ejemplo, mostrar pornografía a un niño es abusivo, incluso si el niño no es tocado.
2. **Comience a hablar con su familia sobre abuso sexual.** Los adultos necesitan tomar la iniciativa abriendo la discusión sobre lo que es un comportamiento sexual saludable y lo que es un comportamiento sexual abusivo. Hable más de una vez con todos los miembros de la familia (niños, adolescentes y adultos) acerca de las conductas sexualizadas apropiadas e inapropiadas para asegurarse de que entiendan y recuerden la información. Haga saber a todos en la familia que pueden hacer preguntas durante el debate o hablar más sobre cualquiera de estos temas en privado, en un momento posterior.
3. **Establezca límites claros de la familia. Establezca pautas familiares claras para la privacidad y el comportamiento personales.** Discutir con todos los miembros de su familia y modelo respetando estas pautas. Analice estas pautas con cualquier otro adulto que pase tiempo alrededor o supervise a los niños (por ejemplo, si un niño no quiere abrazar o besar a alguien hola o adiós, entonces él o ella puede estrechar la mano en su lugar). Hágales saber a los niños que si no se sienten cómodos al estar cerca de un adulto en particular o a un niño mayor, entonces usted u otro adulto le informará esto (por ejemplo, dígame que no desea que su hijo se siente en su regazo). A medida que un niño madura, los límites pueden necesitar cambiar (por ejemplo, llamar a la puerta antes de entrar en la habitación de un adolescente).
4. **Involucre a adultos seguros.** Identificar una o más personas de apoyo para que cada miembro de la familia hable si hay alguna preocupación. Asegúrese de que nadie en su familia esté aislado. Las investigaciones muestran que tener a alguien con quien hablar y confiar juega un papel clave en lo bien que un niño se recuperará de los eventos estresantes. Tener un adulto seguro, responsable y consistente para que un niño o adolescente acuda es fundamental. Si alguien es "demasiado" bueno para ser verdad", haga más preguntas. Incluso un amigo o pariente cercano puede no ser una persona segura para confiar con su hijo.
5. **Conozca sus recursos locales y cómo usarlos.** (Consulte la página ** para obtener recursos.) Conozca las agencias de su área. Sepa con quién contactar para hacer un informe si sabe o sospechan que un niño ha sido abusado sexualmente. Haga una lista de los recursos que puede llamar para obtener consejos, información y ayuda e incluir los números de teléfono. Comience con esta lista de recursos útiles (www.StopItNow.org/help).
6. **Suficiente para buscar ayuda.** Si le preocupan las conductas sexualizadas en un padre, primo, hermano u otro miembro de la familia, tenga suficiente cuidado para hablar con ellos. Asegúrese de que todos sepan que pueden hablar con usted acerca de cualquier comportamiento inapropiado que ya haya ocurrido; que los amas y trabajarás para conseguirles ayuda.

“¿Qué harías tú? . . .”

(Teatros Improvisados para Seguridad Personal)

1. *Qué pasa si* estás jugando en tu jardín cuando una persona maneja hacia ti y dice, “Hola, ¿Estás listo para ir? Tu padre me envió a recogerte y llevarte a su trabajo; Tu mama dijo que estaba bien.” ¿Qué harías tú?
2. *Qué pasa si* una persona que está visitando a tus padres sigue entrando al baño y te mira mientras te estás tomando un baño o una ducha. Dado que la cerradura de la puerta está rota no puedes cerrar con llave. ¿Qué harías tú?
3. *Qué pasa si* tu estas caminando a la escuela cuando una persona llega en un carro y dice “Tu mama o tu papa me dijo que te recogiera”. ¿Qué harías tú?
4. *Qué pasa si* tú estás jugando en el parque cuando alguien se acerca y dice, “Mi perrito se ha perdido. Mire, aquí está su foto. ¿No podrías venir conmigo y ayudarme a buscarlo por favor antes de que se dañe?” ¿Qué harías tú?
5. *Qué pasa si* un familiar o amigo de la familia que visita con frecuencia disfruta en abrazarte y sentarte en sus piernas. Cuando él/ella te abraza él/ella también te toca tus partes privadas. ¿Qué harías tú?
6. *Qué pasa si* estás jugando en el parque y vez un niño/a mayor parado entre los árboles y te pide que vengas a hablar con él/ella. ¿Qué harías tú?
7. *Qué pasa si* cuando sales de la escuela un hombre en un carro te dice, “Tu mama se tardó y me ha dicho que te recoja, sube a mi carro”. ¿Qué harías tú?
8. *Qué pasa si* tú estás jugando en el jardín cuando alguien se acerca en un carro y dice, “Hola, creo que estoy perdido y necesito ayuda. ¿Puedes venir aquí y decirme dónde estoy?” ¿Qué harías tú?
9. *Qué pasa si* tú estás solo/a jugando en tu jardín del frente y alguien en un carro se acerca y te dice, “Hola, ¿puedes venir a mi carro? Tengo algo para tus padres.” ¿Qué harías tú?
10. *Qué pasa si* estas andando en tu bicicleta y la cadena se rompe y un hombre sale de su casa y dice que te puede ayudar, pero tienes que llevar la bicicleta a su garaje. ¿Qué harías tú?
11. *Qué pasa si* un pariente que tú quieres, siempre le gusta luchar y cuando luchan, él te toca tus partes privadas. ¿Qué harías tú?
12. *Qué pasa si* tu estas en una tienda mirando los juguetes y alguien que no conoces te dice, “Ven afuera conmigo y te daré dinero para comprar ese juguete”. ¿Qué harías tú?
13. *Qué pasa si* tu entrenador, maestro/a o líder del grupo de jóvenes te dice que le gustas tanto que quiere empezar una amistad en “secreto” que consiste en toques “especiales” que tú necesitas mantener en secreto. ¿Qué harías tú?

Estos Teatros Improvisados se basan en la información de Red Flag Green Flag Resource Center of Fargo/Moorh

Establecer Límites

HOJA DE CONSEJOS PARA LOS PADRES: CÓMO ESTABLECER LÍMITES FÍSICOS



Recuérdelos a los niños que su cuerpo es de ellos y de nadie más.

Nunca es demasiado temprano para empezar a hablar del consentimiento. Si sus hijos no se sienten cómodos con dar abrazos o sentarse en la falda de otra persona, o se sienten incómodos con otro tipo de contacto, alientelos a que se hagan oír y le digan **NO** a la gente.



Haga que los niños sepan que usted los escuchará.

Aliente a los niños a que hablen sobre sus preocupaciones y escuche con respeto. Si su hijo le cuenta algo preocupante, intente responder con calma y asegúrele a su hijo que decirse lo fue lo correcto.



Mantenga informados a los adultos que están cerca de su hijo.

Muchos amigos o familiares pueden no dudar antes de alzar a sus hijos, abrazarlos o demostrarles su afecto de alguna otra forma. Explíqueles a los adultos alrededor de sus hijos que están trabajando sobre estas habilidades y estrategias con sus hijos, y sugiera opciones alternativas para demostrarles afecto si sus hijos se muestran incómodos; por ejemplo, "¿Qué tal si hacemos un saludo especial en lugar de un abrazo?".



Sea un ejemplo a seguir.

Demuestre cómo es cuando alguien da su consentimiento y establece límites. A los niños más pequeños, hágales preguntas tales como: "¿Te gustaría que te alcen para que veas mejor?" o "¿Quieres que te ayude a vestirme o prefieres hacerlo solo?" Luego, amplie este comportamiento para incluir también a los adultos con los que usted y sus hijos interactúan, por ejemplo: "Lamento que hayas tenido un mal día, tía María, ¿puedo darte un abrazo?".



KidSmartz.org

COPYRIGHT © 2017 NATIONAL CENTER FOR MISSING & EXPLOITED CHILDREN. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.



Comportamientos e Indicadores

Aunque la presencia de los siguientes indicadores no significa necesariamente que el niño ha sido objeto de abuso sexual, la repetición de comportamientos típicamente indica que existe un problema. Es muy importante hablar con el niño que exhibe un patrón de estos comportamientos y buscar cualquier ayuda necesaria.

1. Cambio repentino del comportamiento. Estar aferrado sin motivo e lloriquear*
2. Miedo excesivo a ser tocado
3. Miedo a quedarse solo
4. Se niega a ir a cierto lugar o estar con cierta persona
5. Pesadillas u otros problemas al dormir
6. Retorno a comportamientos infantiles tales como mojar la cama, chuparse el dedo, hacer sus necesidades fecales en la cama*
7. Cambio de apetito, desórdenes alimenticios
8. Masturbación excesiva
9. Conocimiento inapropiado para su edad sobre actos sexuales y lenguaje sexual*
10. Juegos sexuales precoces tales como intentar penetración*
11. Trauma rectal o genital, abrasiones (pueden ser evidente por ropa sangrada, manchada, o desgarrada)
12. Flujo vaginal o uteral, infecciones o enfermedades sexualmente transmitidas (normalmente estos síntomas se hacen evidentes porque el niño/a tiene dolor o dificultar al orinar, se rascan o jalonean ropa cerca del área genital)
13. Inexplicables ascos
14. Encerramiento en sí mismos e aislamiento de compañeros
15. Aumentos en quejas físicas
16. Mal comportamiento o intento excesivo de llamar la atención (por ejemplo robando, provocando fuegos, agresión física)
17. Depresión, auto-abuso físico, intentos/amenazas de suicidio
18. Problemas en la escuela, absentismo y bajo rendimiento escolar
19. Prostitución o comportamiento sexualmente promiscuo
20. Pobre auto-imagen reflejada en el vestir, en la higiene, o en la apariencia personal
21. Abuso de drogas/alcohol
22. Se niegan a desvestirse y cambiarse para educación física
23. Bañarse excesivamente
24. Embarazo
25. Atracción hacia hombres mayores u odio hacia ellos
26. Al niño/a se le requiere asumir el mando de la casa y las responsabilidades del cuidado de otros niños
27. Cuando al niño/a se le restringen las actividades sociales injustamente
28. Tendencia crónica a escaparse de casa
29. (*Evidente principalmente en niños menores)

Comportamientos para observar cuando los adultos están con los niños

Todos tenemos gustos personales y cosas que nos incomoden. "Espacio personal" es el área privada de control dentro de una línea o límite imaginario que defina a cada persona como separada. Idealmente, ese límite nos ayuda a mantenernos a cargo de nuestro propio espacio personal. Ayuda a mantener fuera las cosas que nos hacen incómodos - sentimientos inseguros y no deseados, palabras, imágenes y contacto físico. Las sólidas reglas sociales fortalecen el límite. Los comportamientos que rutinariamente faltan al respeto o ignoran los límites hacen que los niños sean vulnerables al abuso. ¿Conoces a un adulto o niño mayor que no parece entender lo que es aceptable cuando se trata de:

Espacio personal

- Hace que otros se sientan incómodos al ignorar las límites o límites?
- ¿Se niega a dejar que un niño establezca alguno de sus propios límites? Utiliza burlas o lenguaje de niltling para evitar que un niño establezca un límite?
 - Insiste en abrazar, tocar, besar, cosquillas, luchar o sostener un incluso cuando el niño no quiere este contacto físico o atención?
 - ¿Con frecuencia entra en niños/adolescentes en el baño?

Relaciones con los niños

- Se dirige a un niño para consuelo emocional o físico al compartir información o actividades privadas, normalmente compartidas con adultos?
- Tiene interacciones secretas con adolescentes o niños (por ejemplo, juegos, compartir drogas, alcohol, o material sexual) o pasa un tiempo excesivo enviando correos electrónicos, mensajes de texto o llamar a niños o jóvenes?
 - ¿Insiste o logra pasar tiempo ininterrumpido a solas con un niño?
- Parece "demasiado bueno para ser verdad, es decir, con frecuencia bebés diferentes niños para gratis; lleva a los niños a salidas especiales solos; compra regalos para niños o da ellos dinero sin razón aparente?
 - Permite que los niños o adolescentes se sejen constantemente con la suya ¿Comportamientos?

Conversación o comportamiento sexual

- Frecuentemente señala imágenes sexuales o cuenta chistes sucios o sugerentes con niños presentes?
 - Expone a un niño a interacciones sexuales o imágenes de adultos sin ¿Preocupación?
- Está excesivamente interesado en la sexualidad de un niño o adolescente en particular (por ejemplo, repetidamente sobre el cuerpo en desarrollo del niño o interfiere con la normalidad adolescente citas)?

Las señales que un niño o adolescente está en riesgo de lastimar a otro niño

Más de un tercio del abuso sexual infantil es cometido por alguien menor de 18 años de edad. Los niños, particularmente los niños más jóvenes, pueden compartir en interacciones inapropiadas en entender cómo puede hacer daño a otros. Por esa razón, puede ser útil hablar de un comportamiento sexual “dañino” más que un comportamiento sexual “abusivo”.

Preste atención y monitorice más atentamente cuando observa los siguientes tipos de comportamiento en su hijo o en otro niño que conozca.

Confusión en cuanto a las reglas sociales y las interacciones

- Encuentra los gestos típicos de amistad o afecto como sexuales.
- Explora su natural curiosidad sexual con niños menores o aquellos de distintas edades, estatus, habilidades o fuerza.
- Busca la compañía de niños menores y pasa una cantidad extraordinaria de tiempo con ellos más que con personas de su misma edad.
- Sale con los niños menores a lugares “secretos” o escondites o juega juegos “especiales” con ellos (por ejemplo, juega a médicos, desvestiéndose o juegos del contacto).
 - Insiste en el contacto físico con un niño cuando el niño resiste la atención.

Ansioso, deprimido o parece que necesita ayuda

- No quiere estar solo con un niño, o un grupo de niños, o se pone ansioso de estar con un joven en particular.
- Ha sido abusado físicamente, sexualmente o emocionalmente y no se le ha ofrecido recursos adecuados y apoyo para la recuperación.
- Parece que está clamando ayuda o se comporta como si quiera ser visto; deja “pistas” o actúa de maneras que parecen probablemente provocadas por una discusión sobre cuestiones sexuales.

Impulsivamente sexual o agresivo

- Vincula la sexualidad y la agresión al lenguaje o el comportamiento (ej. hace amenazas o insultos sexuales).
- No puede controlar comportamientos sexuales inapropiados involucrando a otros niños después de pedirle que pare.
 - Participa en comportamientos hostigadores sexuales.
 - Comparte el alcohol, las drogas o materias sexuales con niños más jóvenes.
 - Mira las imágenes sexuales de niños en el Internet o en otros lugares.
- Fuerza interacciones sexuales, incluso contacto directo e interacciones que no involucran contacto (como enseñar sus genitales), en un adolescente o niño.

¿Mienten Los Niños Sobre El Abuso Sexual?

1. Normalmente, los niños que han sufrido abusos sexuales tienden a negar, minimizar, "olvidar", y confundir lo ocurrido, pero raramente mienten. Investigaciones realizadas por Lucy Berliner y su equipo en Seattle, han comparado los testimonios de los niños con las confesiones hechas después por los agresores sexuales, y han encontrado que, aun cuando los testimonios de los niños eran ciertos, en varias ocasiones minimizaban los hechos de los abusos sufridos.
2. La denuncia de abusos sexuales es un fenómeno en desarrollo. Los niños no denuncian los hechos automáticamente como lo harían los adultos. Sus informaciones suelen variar según las diferentes edades, por ejemplo, un niño pequeño, que no tiene el vocabulario o los conceptos necesarios para expresar correctamente un abuso sufrido, podría decir: "Él se orinó en mi boca", que es técnicamente incorrecto, pero gráficamente descriptivo. La manera en que los niños guardan y recuerdan información también cambia según van creciendo. Por ejemplo, un niño que está recordando detalles de incidentes que sucedieron cuando tenía cuatro años, está intentando recordarlos desde un nivel cognitivo diferente al de entonces y aún mucho más diferente del modo de pensar de un adulto. Estas diferencias e inconsistencias pueden aparecer inicialmente como "mentiras" pero no lo son.
3. Un fenómeno que ha sido bien documentado es la omisión de información que hace el niño después de que el incidente haya sido denunciado. Descrito y documentado por Suzanne Sgroi, M.D, este fenómeno de admitir un incidente y después negarlo, puede hacer a un adulto dudar de si la historia es o no verdadera; es importante conocer y aceptar este aspecto de la naturaleza del niño.
4. Después de un largo interrogatorio el niño puede cambiar algunos detalles de su historia, por ejemplo, aquellos de los que no está muy seguro o no tiene muy claros, pero normalmente nunca altera información de los aspectos centrales e importantes.
5. Los niños que han sufrido múltiples abusos presentan datos e información confusa de los hechos; a veces mezclan la información de años de abusos con uno o dos incidentes aislados, lo que en ocasiones, puede dar como resultado historias inconsistentes. No hay que olvidar que cuántas más veces haya sido objeto de abusos el niño, más dañado emocionalmente está, muchas veces son precisamente estos niños que nos dan hechos-claros, consistentes que serán aprobados en la corte.
6. El sistema judicial tiene también ciertas reglas necesarias para su funcionamiento. Algunas de estas reglas no encajan muy bien con los niños, ya que no consideran las diferencias normales que existen entre la estructura cognitiva y el funcionamiento de la memoria entre adultos y niños. Los testimonios del niño serán válidos en la Corte Criminal solamente cuando coincidan con los criterios de confiabilidad y consistencia establecidos por el sistema judicial. Las inconsistencias del niño pueden al principio parecer mentiras, pero son absolutamente normales y debidas a la etapa de desarrollo en la que se encuentra.
7. El apoyo al sistema de protección del menor, creyéndole a él y a su abogado, es crítico para protegerle de la ira o posible venganza por parte del agresor. Si el sistema falla, el niño queda sin ningún tipo de protección y puede que la mejor manera que encuentre para poder seguir con su vida, sea negarlo todo y volver a su vida anterior. Tristemente, junto con el riesgo de más abusos coexiste la realidad de que el sistema de protección judicial establecido no podrá ampararlo nunca más.
8. Solo porque los cargos del supuesto abuso sean retirados o los niños cambien cierta parte de su testimonio no significa que hayan mentido sobre el abuso sexual. Mientras exista controversia o dudas entre creer o no a ciertos niños, los propios niños siguen sintiéndose incomprendidos y maltratados, que aumenta su sentido de ser víctimas. La cosa más importante que usted puede hacer por un niño que es sobreviviente de abuso sexual es escuchar, creer y proteger al niño contra mas hechos abusivos.

Explotación Sexual Comercial de Niños en los Estados Unidos

CSEC es el "abuso sexual de un menor por completo, o al menos principalmente, por razones financieras u otras razones económicas". CSEC abarca muchos tipos de explotación sexual, incluyendo pornografía infantil, despojo, prostitución callejera, prostitución en pandillas, servicios de escolta, líneas de sexo telefónico, fiestas privadas, proxeneta interfamiliar y explotación basada en Internet. CSEC involucra a tres partes: el niño que está siendo explotado con fines de lucro (víctima), una persona que está pagando para abusar sexualmente del niño (perpetrador), y la persona que se está beneficiando financieramente.

70%

De los sobrevivientes de tráfico sexual infantil fueron vendidos en algún momento en línea

Los 50 Estados de EE. UU.

han reportado casos de tráfico sexual infantil

1 in 7

Los fugitivos reportados son víctimas más probables de tráfico sexual

Las víctimas menores *se vendían* un promedio de seis días a la semana...

10-15 veces al día



55% de la pornografía infantil en Internet proviene de los Estados Unidos.

Los jóvenes LGBT corren un mayor riesgo de ser explotados sexualmente debido a su representación excesiva en la población juvenil sin hogar.

70%-90% de las víctimas tienen antecedentes de abuso sexual infantil

Los niños de 11 a 13 años son la población objetivo mejor valorada para los proxenetas



Hay **100.000 a 300.000** niñas menores de edad que se **venden** por sexo en **Los Estados Unidos**.

1 de cada 3 Los adolescentes en las calles serán atraídos a la prostitución dentro de las 48 horas de huir de casa.

La edad media de entrada en la prostitución **de 12-14 años**



Más de **100.000** sitios web ofrecen **pornografía infantil**

1 de cada 5 imágenes pornográficas es de un niño. ¿por qué?

La venta de pornografía infantil se ha convertido en un

3 MIL MILLONES DE DÓLARES INDUSTRIA

50% - 80% de los niños explotados comercialmente (CSEC) en California están o estuvieron formalmente involucrados con el sistema de cuidado de crianza

Maltrato de niños con discapacidades

El **maltrato** infantil generalmente se explica utilizando la definición federal de la Ley federal de Prevención y Tratamiento del Abuso Infantil (CAPTA): "Cualquier acto reciente o falta de actuar por parte de un padre o cuidador, que resulta en la muerte, daño físico o emocional grave, abuso, explotación, o un acto o falta de actuación que presente un riesgo inminente de daño grave" (P.L. 111-320)

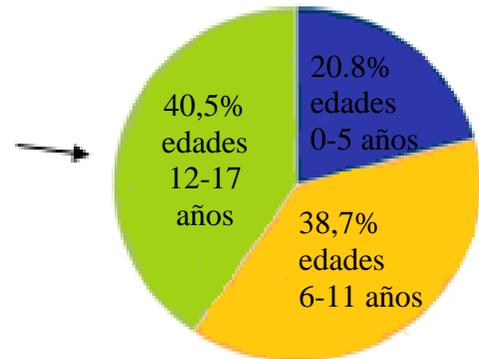
En lo que se refiere a los niños, la **discapacidad** se define de la siguiente manera en la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (IDEA): "El término 'niño con discapacidad' significa un niño (1) con discapacidades intelectuales, discapacidades auditivas (incluyendo sordera), deficiencias del habla o del lenguaje, deficiencias visuales (incluida la ceguera), trastornos emocionales graves (denominados en este capítulo como "alteración emocional"), impedimentos ortopédicos, autismo, lesiones cerebrales traumáticas, otras deficiencias de salud o discapacidades específicas del aprendizaje y (2) que, por razón de las mismas, necesitan educación especial y servicios"



Los niños con cualquier tipo de discapacidad tienen **3,44** veces más probabilidades de ser víctimas de algún tipo de abuso, en comparación con los niños sin discapacidades.

Las personas con discapacidad intelectual **4 a 10 veces** más probabilidades de ser víctimas de un delito que otras sin discapacidad

Porcentaje de niños en los Estados Unidos con necesidades especiales de atención médica, por edad (2009-2010)



15%
De los niños estadounidenses tienen una discapacidad del desarrollo, incluyendo autismo y ADHD

Según datos federales de maltrato infantil, el **14,1%** de los **víctimas de maltrato infantil** tenían una discapacidad reportada

Ilustración 1

[Local county and state resources for Children with Special Needs:](#)

Rainbow Connection Family Resource Center - website: <http://rainbowconnectionfrc.weebly.com>

Independent Living Resource Center- website: <https://www.ilrc-trico.org/our-services/>

<https://www.childwelfare.gov/topics/systemwide/statistics/can/stat-disabilities/>

Guía de la capacidad de recuperación de los padres y maestros

Tendemos a idealizar la niñez como una época sin problemas, pero la tierna edad por sí sola no ofrece ninguna protección contra los daños emocionales y los traumas que pueden enfrentar los niños. Se les puede pedir a los niños que enfrenten problemas, como adaptarse a una nueva clase, ser intimidados por sus compañeros o incluso al abuso en el hogar. Si sumamos a eso la incertidumbre que forma parte del crecimiento, la infancia puede ser cualquier cosa menos una época sin problemas. La aptitud para desarrollarse pese a estos desafíos surge de la capacidad de resiliencia. **La buena noticia es que la resiliencia es una capacidad que puede aprenderse.**

Desarrollar resiliencia, la capacidad para afrontar con éxito la adversidad, el trauma, la tragedia, las amenazas o incluso fuentes importantes de estrés, puede ayudar a manejar el estrés y los sentimientos de ansiedad e incertidumbre. Sin embargo, que los niños sean resilientes no significa que no experimentarán dificultades o angustia. El dolor emocional y la tristeza son comunes cuando tenemos un trauma de importancia o una pérdida personal, o incluso cuando nos enteramos de la pérdida o trauma de otra persona.

Todos podemos desarrollar resiliencia y ayudar a que nuestros hijos la desarrollen también. Implica conductas, pensamientos y acciones que pueden aprenderse con el paso del tiempo. A continuación, presentamos consejos para desarrollar la resiliencia.

1. Establezca relaciones

Enséñele a su hijo cómo hacer amigos, inclusive la capacidad de sentir empatía, o de sentir el dolor del otro. Anime a su hijo a ser amigo para poder tener amigos. Desarrolle una red familiar fuerte para respaldar a su hijo ante las desilusiones y heridas inevitables. En la escuela, hay que estar atento al hecho de que ningún niño esté aislado. Relacionarse con las personas brinda apoyo social y fortalece la resiliencia. Algunos encuentran consuelo recurriendo a un poder supremo, mientras que otros lo hacen a través de una religión organizada o en forma privada y tal vez usted desee introducir sus tradiciones religiosas a su hijo.

2. Ayude a su hijo haciendo que ayude a otros

Ayudar a otros puede permitirle a los niños superar la sensación de que no pueden hacer nada. Anime a su hijo a realizar trabajos voluntarios apropiados para su edad, o pídale ayuda con alguna tarea que él pueda realizar. En la escuela, realice una sesión creativa con los niños buscando maneras de ayudar a los demás.

3. Mantenga una rutina diaria

Respetar una rutina puede ser reconfortante para los niños, en especial para los más pequeños que anhelan estructuras en su vida. Anime a su hijo a desarrollar sus propias rutinas.

4. Tómese un descanso

Si bien es importante seguir las rutinas, preocuparse incesantemente puede resultar contraproducente. Enséñele a su hijo cómo concentrarse en algo distinto a lo que le preocupa. Dese cuenta de las cosas a las que su hijo está expuesto y que puedan ser inquietantes; sean noticias, Internet o conversaciones que oyen por casualidad y asegúrese de que su hijo tome un descanso de esas cosas si le causan inquietud. Si bien las escuelas son responsables del rendimiento en exámenes estandarizados, destine un tiempo no estructurado durante el día escolar para que los niños desarrollen su creatividad.

5. Enseñe a su hijo a cuidar de sí mismo

Dé un buen ejemplo y enséñele a su hijo la importancia de darse tiempo para comer como es debido, hacer

ejercicios y descansar. Asegúrese de que su hijo tenga tiempo para divertirse y de que no tenga programado cada minuto de su vida sin ningún momento para relajarse. Cuidarse e incluso divertirse ayudará a su hijo a mantener el equilibrio y enfrentar mejor los momentos estresantes.

6. **Avance hacia sus metas**

Enséñele a su hijo a fijarse metas razonables y luego a avanzar dando un solo paso a la vez para lograr alcanzarlas. Avanzar hacia esa meta, incluso con un paso muy pequeño, y recibir elogios por hacerlo hará que su hijo se concentre en su logro en lugar de fijarse en lo que no logró y puede ayudarlo a desarrollar resiliencia para salir adelante ante los desafíos. En la escuela, divida las tareas grandes en pequeñas metas alcanzables por los niños más pequeños, y para los más grandes, reconozca los logros a medida que avanzan hacia las metas mayores.

7. **Alimente una autoestima positiva**

Ayude a su hijo a recordar cómo pudo lidiar satisfactoriamente con dificultades en el pasado y luego ayúdelo a entender que esos desafíos pasados lo ayudan a desarrollar la fortaleza para manejar desafíos futuros. Ayude a su hijo a que aprenda a confiar en sí mismo para resolver los problemas y tomar las decisiones adecuadas. Enséñele a su hijo a tomar la vida con humor y la capacidad de reírse de sí mismo. En la escuela, ayude a los niños a ver cómo los logros individuales contribuyen al bienestar de la clase como un todo.

8. **Mantenga las cosas en perspectiva y una actitud positiva**

Incluso cuando su hijo esté enfrentando sucesos dolorosos, ayúdelo a ver la situación en un contexto más amplio y a mantener una visión de largo plazo. Si bien su hijo puede ser demasiado joven para ver las cosas a largo plazo por sí mismo, ayúdelo a ver que existe un futuro más allá de la situación actual y que el futuro puede ser bueno. Una actitud optimista y positiva le permite a su hijo darse cuenta de las cosas buenas de la vida y seguir adelante incluso en los momentos más difíciles. En la escuela, utilice la historia para mostrar que la vida sigue después de las adversidades.

9. **Busque oportunidades para el autodescubrimiento**

Los momentos difíciles suelen ser los momentos en los que los niños aprenden más sobre sí mismos. Ayude a que su hijo vea cómo lo que está enfrentando puede enseñarle a entender de qué está hecho. En la escuela, considere conversaciones sobre lo que ha aprendido cada estudiante después de enfrentar una situación difícil.

10. **Aceptar que el cambio es parte de la vida**

Los cambios pueden a menudo ser terribles para los niños y adolescentes. Ayude a su hijo a ver que el cambio forma parte de la vida y que se puede reemplazar con nuevas metas a aquéllas que puedan haberse convertido en inalcanzables. En la escuela, señale cómo los estudiantes cambiaron a medida que avanzaban al siguiente grado y analice cómo ese cambio ha tenido un impacto sobre ellos.

Desarrollar resiliencia es una senda personal y para guiar a sus hijos en este recorrido debe hacer uso del conocimiento que tiene de ellos. Una estrategia para desarrollar resiliencia que funciona para usted o su hijo puede no funcionar para otra persona. Si parece que su hijo está estancado o abrumado y no puede seguir los consejos que se detallan anteriormente, considere la posibilidad de hablar con alguien que pueda ayudarlo, como un psicólogo u otro profesional de la salud mental. Buscar apoyo o guía puede ayudar a que su hijo fortalezca su resiliencia y persevere en momentos de estrés o trauma. La información contenida en este folleto no debe usarse como una sustitución de una consulta con un profesional de salud o salud mental. Las personas que creen que pueden necesitar o beneficiarse de atención profesional deben consultar a un psicólogo u otro profesional autorizado de salud o salud mental.

Obtenido de <https://www.apa.org/helpcenter/resilience>

Los Cinco Factores de Protección

Cinco factores de protección son la base del enfoque de Strengthening Families: resiliencia de los padres, conexiones sociales, apoyo concreto en situaciones de necesidad, conocimiento sobre la crianza y el desarrollo de los niños y competencia social y emocional de los niños. Los estudios de investigación respaldan la noción de sentido común de que cuando estos factores de protección están bien establecidos en una familia, la posibilidad de negligencia y maltrato infantil disminuye. La investigación demuestra que estos factores de protección son también “factores de promoción” que desarrollan fortalezas familiares y un entorno familiar que promueve el desarrollo óptimo del niño y del joven.

1. Resiliencia de los padres

Nadie puede eliminar el estrés de la crianza, pero la capacidad de un padre para la resiliencia puede afectar la manera en que maneja el estrés. La resiliencia es la capacidad para manejar y recuperarse de todo tipo de desafíos que surjan en la vida de cada familia. Significa encontrar maneras de resolver problemas, construir y sostener relaciones de confianza, incluyendo la relación con su propio hijo, y saber cómo buscar ayuda cuando sea necesario.

2. Conexiones sociales

Los amigos, miembros de la familia, vecinos y miembros de la comunidad brindan apoyo emocional, ayudan a resolver problemas, ofrecen consejos sobre crianza y dan asistencia concreta a los padres. Las redes de apoyo son fundamentales para los padres y también ofrecen oportunidades para que la gente “dé algo a cambio”, una parte importante de la autoestima, así como un beneficio para la comunidad. Las familias aisladas pueden necesitar más ayuda para ponerse en contacto y así construir relaciones positivas.

3. Apoyo concreto en situaciones de necesidad

Satisfacer las necesidades económicas básicas tales como vivienda, alimento, vestimenta y atención médica es esencial para que las familias prosperen. Asimismo, cuando las familias se encuentran con una crisis tal como la violencia doméstica, el abuso de sustancias o una enfermedad mental, se necesita que los servicios y los apoyos adecuados brinden estabilidad, tratamiento y ayuda para que los miembros de la familia superen la crisis.

4. Conocimiento sobre la crianza y el desarrollo de los niños

La información adecuada sobre el desarrollo del niño y las expectativas apropiadas para el comportamiento del niño a cada edad ayuda a los padres a ver a sus hijos y jóvenes bajo una luz positiva y promover un desarrollo sano. La información puede provenir de distintas fuentes, incluyendo los miembros de la familia, así como las clases de educación para padres y la navegación en Internet. Los estudios muestran que la información es más efectiva cuando surge en el preciso momento en que los padres la necesitan para entender a sus propios hijos. Los padres que experimentaron una dura disciplina u otras experiencias negativas pueden necesitar una ayuda especial para cambiar los patrones de crianza que aprendieron de niños.

5. Competencia social y emocional de los niños

La capacidad de un niño o joven para interactuar positivamente con otros, autorregular su comportamiento y comunicar sus sentimientos efectivamente tiene un impacto positivo en la relación con su familia, otros adultos y pares. Los comportamientos desafiantes o el retraso en el desarrollo generan un estrés adicional para las familias, así que la identificación temprana y la ayuda para ambos padres y niños puede evitar los resultados negativos y mantener el progreso del desarrollo.

Comportamientos sexuales típicos en los niños

Edades 0-4 años

REDIRIGIR	MONITORIAR	PROTECCION
Comodidad en estar desnudo	Masturbación con preferencia a otras actividades	Masturbación compulsiva que puede causar una lesión de carácter persistente o duración
Tocando el cuerpo reteniendo los genitales propios	Preocupación por conductas sexuales	Persistente en conversación de temas explícitos, arte o juego
Masturbación inconsciente	Persistentemente ver a otros en la actividad sexual como ir al baño o cuando desnudo	La divulgación del abuso sexual
Interés en otras partes de cuerpo y sus funciones	Conversaciones sobre sexo explícito, arte o juego	Simulación de contacto sexual o actividad sexual
Querer tocar los genitales de otros niños conocidos durante juego, inodoro o tiempo de la bañera	Siguiendo a otros en espacios privados como baños o mirarlos o tocar los	Continuamente tocando los genitales o partes privadas de los demás
Participación hacer creer juegos de mirar y tocar los cuerpos de otros niños conocidos como "si tú me muestras el tuyo, yo te muestro el mío, jugando a la "familia"	Bajándoles los pantalones o faldas a otros niños contra su voluntad	Obligar a otros niños a participar en actividad sexual
Haciendo preguntas o querer tocar los pechos, el trasero o los genitales de un adulto familiar, por ejemplo, bañándose	Tocar las partes genitales o privadas de otros niños en preferencia en otras actividades	Comportamiento sexual entre niños involucrando penetración con objetos masturbación de otros el sexo oral

Comportamientos sexuales típicos en los niños

Edades 5-9 años

REDIRIGIR	MONITORIAR	PROTECCION
Aumento de la sensación de privacidad acerca de los cuerpos	Masturbación con preferencia a otras actividades, en público, con los demás y / o causa de las lesiones auto infligidas	Obligatoria masturbación por ejemplo autolesiones, auto-daño, para buscar una audiencia
Tocando el cuerpo reteniendo los genitales propios	charla explícita, el arte o la obra de la naturaleza sexual	La divulgación del abuso sexual
La masturbación, por lo general con la conciencia de la privacidad.	preguntas persistentes acerca de la sexualidad a pesar de ser contestadas	Acoso persistente que implica agresión sexual por ejemplo tirando / elevación / se quita la ropa de otros niños
Curiosidad por los genitales de otros niños que implican mirar y / o tocar los cuerpos de los niños conocidos, por ejemplo, "muéstrame el tuyo y yo te mostraré el mío", jugando "familia"	desnudez persistente y o la exposición de partes privadas en lugares públicos	Comportamiento sexual con niños significativamente más jóvenes o menos capaces
Curiosidad acerca de la sexualidad como preguntas acerca de los bebés, el género, las relaciones, la actividad sexual	persistencia de ver o seguir a otros a mirar o tocar los	El acceso a las habitaciones de los niños para dormir tocar o participar en la actividad sexual
Contar historias o hacer preguntas, usar malas palabras, palabras o nombres para las partes íntimas 'tocador'	Bajándole a otros niños los pantalones o faldas en contra de su voluntad	Simulación de, o la participación en actividades sexuales, por ejemplo, el sexo oral, las relaciones sexuales
Use of mobile phones and internet in relationships with known peers	La persistencia de imitar el comportamiento de coqueteo sexual demasiado avanzado para la edad	Presencia de una relación sexual infección de transmisión sexual

Comportamientos sexuales típicos en los niños

Edades 9-13 años

REDIRIGIR	MONITORIAR	PROTECCION
La creciente necesidad de privacidad	Masturbación con preferencia a otras actividades, en la auto-lesión pública y o causar	Obligatoria masturbación por ejemplo auto-daño, en busca de una audiencia
La masturbación en privado	Charla explícita persistente, el arte o el juego que es sexual o sexualmente intimidante	Involucrar a los demás vulnerables en un proceso para obtener la actividad sexual mediante el uso de las técnicas de peinado, por ejemplo, los regalos, la mentira, la adulación
La curiosidad y la búsqueda de información sobre la sexualidad	Materiales de edad Acceso restringido, por ejemplo, películas, juegos, internet con contenido sexual explícito	La fuerza o la coacción para que otros a la actividad sexual
El uso de lenguaje sexual	Expresión persistente de miedo a la infección o un embarazo de transmisión sexual	El sexo oral con una persona de diferente edad, la capacidad de desarrollo y / o agrupación de pares
Intereses y o la participación en las relaciones novia o novio	Marcados cambios en el comportamiento por ejemplo de esa edad o adulto que liga comportamientos, buscando relaciones con los niños mayores de esa edad o adultos en preferencia a los compañeros	Presencia de infección o un embarazo de transmisión sexual
Abrazar, Besar, compañeros estafadores Tocar Conocidos	Participar en actividades sexuales con un par por ejemplo besos profundos desconocido, la masturbación mutua	Deliberadamente el envío y / o la publicación de imágenes pornográficas de sí mismo o de otra persona

Etapas Típicas en la Exploración Sexual

- 2 ½ Años** El niño muestra curiosidad ante las diferencias entre ambos sexos y las diferentes posturas de niños y niñas cuando orinan.
- 3 Años** La curiosidad se expresa verbalmente y los niños preguntan acerca de las diferencias físicas entre sexos y sobre las distintas posturas de orinar. Las niñas tratan de orinar de pie.
- 4 Años** Extremadamente conscientes de su ombligo. Bajo presión social puede que se toquen los genitales y tengan necesidad de orinar. El niño puede querer jugar a juegos de “enséñame (las partes privadas)” y también a juegos relacionados con eliminación biológica. Muestra interés en los baños de otras personas y puede querer privacidad para sí mismo cuando va al baño, pero muestra interés extremo cuando otras personas necesitan ir al baño.
- 5 Años** El niño está más familiarizado con las diferencias físicas entre ambos sexos y no muestra tanto interés por ellas. Se producen menos juegos de tipo sexual y de “enséname”. El niño es más discreto, se expone menos y muestra menos interés cuando otras personas van al baño.
- 6 Años** Existe un gran interés por las diferencias físicas entre ambos sexos en la estructura del cuerpo. Ambos, niños y niñas, se preguntan y se examinan mutuamente al mismo tiempo que responden a preguntas prácticas sobre ambos sexos. Escaso o leve comportamiento sexual y exhibicionismo cuando juegan en los baños de la escuela. El niño puede querer jugar a juegos “enséname”. Se producen risas en insultos relacionados con las necesidades bilógicas de eliminación
- 7 Años** Muestran menos interés en el sexo. Se produce un poco de exploración mutua entre ambos sexos, experimentación y juegos sexuales, pero en menor medida que antes.
- 8 Años** Muestran un elevado interés en el sexo, aunque la exploración y los juegos sexuales se producen en menor medida que a los seis años. Interés en mirar, en oír chistes sucios, y risas provocativas. Los niños susurran o escriben palabras relacionadas con “eliminación biológica” o “sexo”.
- 9 Años** Pueden que hablen sobre sexo con amigos del mismo sexo. Examinan sus órganos sexuales con detalle y se preguntan cómo funcionan. Buscan fotos relacionadas con el sexo en los libros y comienzan a maldecir con expresiones de contenido sexual.
- 10 Años** Interés considerable en chistes obscenos.

Seguridad de Niños: Preocupaciones del Internet

Cuando es usado apropiadamente, el **internet** es un maravilloso instrumento de aprendizaje y entretenimiento para usted y su familia. En muchas maneras el mundo del internet es como el mundo real. Por lo tanto, las mismas reglas pueden ser aplicadas. Del mismo modo que uno nunca le diría a un extraño la calle en la que vive, tampoco debe decírselo a alguien que conoció por el internet. Antes de permitir a sus hijos que usen el internet, explíqueles las reglas de seguridad. Hable con ellos sobre sus preocupaciones y establezcan juntos las reglas para el uso de la computadora. Estas son algunas ideas que puede utilizar:

- ✓ Ayude a sus hijos a entender la importancia de no dar información personal a ninguna persona del internet, aunque parezcan muy agradables o les ofrezcan un regalo gratis por su información.
- ✓ Haga saber a sus hijos que siempre pueden acudir a usted si reciben un mensaje que los haga sentir incómodos. Díales que, en ese caso, deben guardar el mensaje para que usted lo lea y se encargue de él de una manera apropiada.
- ✓ Establezca reglas de qué hacer cuando conozcan a personas en el internet. Explíqueles lo que deben hacer si sus amigos quieren conocerlos en persona o si quieren que les manden fotos.
- ✓ Enséñele a sus hijos la ética de internet para que no ofendan a nadie accidentalmente.
- ✓ Ponga su computadora en un lugar donde pueda verla en todo momento, como en la sala. De esta manera, puede controlar la actividad de sus hijos sin hacer que se sientan vigilados.
- ✓ Busque páginas de internet que interesen a sus hijos y selecciónelas. Esto ayudará a dirigir su atención, de esta manera no tendrán que buscar ellos solos y además evitamos que entren a sitios inapropiados.
- ✓ **Lo más importante es dedicar tiempo a hablar con sus hijos** sobre sus experiencias en el internet. Enséñeles lo que aprendieron o lo que más les gusto.

Páginas Útiles del Internet para Ayudarte a Proteger a tu Familia

www.netsmartz.org: patrocinado por El Centro Nacional para Niños Desaparecidos y Explotados.

www.netsmartzkids.org: un sitio seguro en el internet para los niños que no los enlace a cualquier otro sitios externos.

www.connectsafely.org: para información sobre redes sociales inteligentes

www.internetsafetycolorado.org: para información sobre redes sociales inteligentes y el uso del internet.

El Entretenimiento De los Niños: Elijiendo Buenas Decisiones

En todas partes, los padres están preocupados ante el aumento de los niveles de violencia a los que los niños están expuestos, especialmente en el campo del entretenimiento y de la diversión. Como la televisión, las películas y otras formas de entretenimiento tienen el poder de influenciar enormemente a los niños, es muy importante que los padres aprendan como proteger a sus hijos de la excesiva cantidad de violencia que hoy se encuentra en los medios de comunicación

Los siguientes consejos pueden ser de ayuda para padres que desean proteger a sus hijos de mensajes e imágenes negativos procedentes de los medios:

- Ponga límites a la cantidad de televisión que su hijo/a puede ver cada día.
- Haga una lista de programas para la semana. Escoja algunos que toda la familia pueda disfrutar junta.
- Familiarícese con los juegos y videos de sus hijos. No asuma que son entretenimiento sano.
- Anime a su organización local de padres/maestros a que tomen interés sobre la violencia en los medios y a que ofrezcan programas informativos.
- Sea consciente de la clasificación y contenido de las películas que sus hijos quieran ver. Los títulos y la publicidad pueden ser engañosos.
- Recuerde, los niños necesitan el consejo de los adultos cuando escogen una película, un programa de televisión o cualquier otro entretenimiento. Sea justo pero firme. No se deje dominar por la súplica “¡Pero todos mis amigos la van a ver!”.
- Hágales saber a los encargados del cine que quiere ver una película que ofrezca algo más aparte de violencia.
- Inscríbase o forme un grupo de padres para hablar sus preocupaciones y sobre la violencia a la que sus hijos están expuestos. Se puede encontrar apoyo en grupos con problemas y metas similares a la suya. Invite a representantes de los medios de comunicación, a miembros del Departamento de Policía, escuelas, iglesias, etc.

La información en esta página es proveída por The National Committee to Prevent Child Abuse.

www.childabuse.org

Libros Extraordinarios de Recursos para Familias, Niños y Maestros

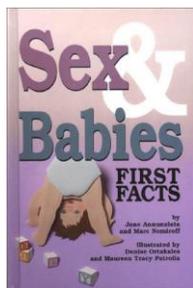
Pre-escolar a 8 años

¿Tienes un secreto? Por Jennifer Moore-Mallinos & Marta Fábrega, \$8.50 (edades pre-escolares a 8 años)



Cada niño tiene secretos, y muchos secretos son divertidos de guardar - por ejemplo, un apretón de manos con un amigo joven. Pero a veces, los niños tienen secretos que los hacen sentir mal y esos secretos son mejor compartidos con sus padres, o con alguna persona mayor de confianza. Los niños que son tocados íntimamente e inapropiadamente por una persona mayor, se sentirán mejor si ellos les revelan el secreto a los padres. Los padres son alentados a leer este libro en voz alta mientras su niño escucha y miran las ilustraciones de los niños y niñas en cada historia.

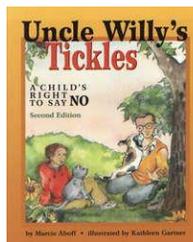
Sex and Babies: First Facts Por Jane Annunziata and Marc Nemiroff, \$8.00 (para todas las edades)



Este libro es para los niños que están listos para la historia completa pero básica acerca de la reproducción sexual. Con texto e ilustraciones, se explica en términos simples, el cuerpo masculino y femenino; la sexualidad humana; la fisiología de la concepción, el embarazo y el desarrollo fetal; y el nacimiento. Este es un libro basado en hechos, en lugar de una historia personalizada sobre mami y papi y como usted fue hecho.

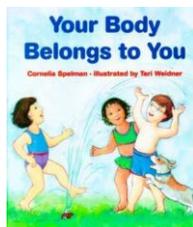
Este libro fue desarrollado con la amplia participación de psicólogos, educadores y padres e incluye una nota de los autores sobre la manera de hablar de la sexualidad con niños.

Uncle Willy's Tickle: A Child's Right to Say No Por Marcie Aboff, \$12.95 (edades 4 a 8 años)



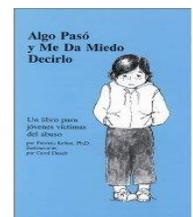
Una maravillosa y cuidadosa manera para enseñar a un niño(a) sobre el derecho a poseer su propio cuerpo y el derecho a decir "no".

Your Body Belongs to You Por Cornelia Spelman, \$8.95 (edades 3 a 6 años)

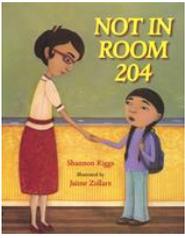


En un lenguaje simple y tranquilizador, terapeuta Cornelia Spelman explica que los niños pueden decir no a un abrazo amistoso, un beso o toque – incluso de alguien al cual ellos quieren – y seguir siendo amigos. Esta es una introducción útil al tema de "toque bueno/toque malo" y un recordatorio a los niños que sus sentimientos cuentan.

Algo Pasó y Me Da Miedo Decirlo Por Patricia Kehoe, \$9.95



Este simple folleto alienta a un niño abusado a hablar con alguien seguro acerca de lo que sucedió. Trata con el abuso sexual de una manera honesta e franca que le explica a un niño que ellos no son culpables.



Not In Room 204 Por Shannon Riggs, \$12.95 (school age)

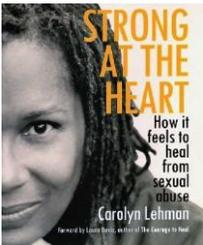
La maestra de Regina simplemente no permitirá cualquier comportamiento irrespetuoso en su clase. A medida que pasa el año escolar, Regina viene a confiar en esta maestra que trata a todos con respeto y compasión. Por lo tanto, Regina toma una respiración profunda... y le cuenta a Sra. Salvador su secreto. ¡Ideal para maestros!



¡Por Favor Di!: Un cuento para niños sobre el abuso sexual Por Jessie, \$8.95 (school age)

Escrita e ilustrada por una joven que fue abusada sexualmente por un familiar, este libro llega a otros niños de un modo que ningún adulto puede. Las palabras de Jessie lleva el mensaje “Es bueno decir, la ayuda llega cuando uno dice.” “¡Por Favor Di! es un libro muy bello y simple con un profundo mensaje para los niños que han sufrido el abuso sexual: el abuso no fue tu culpa. Escrito e ilustrado por Jessie, una pre-adolescente que sufrió de abuso sexual, les dice a los niños lo que deben hacer para recibir la ayuda que necesitan.”

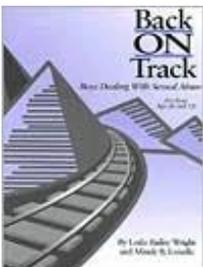
De 9 Años a adolescente



Strong at the Heart: How It Feels to Heal from Sexual Abuse Por Carolyn Lehman, \$16.95

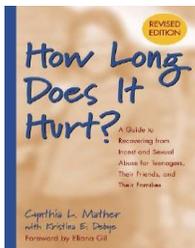
(de 14 años en adelante)

Desde el Prologo: “Este libro poderoso está lleno de las distintas, diversas voces de personas que sufrieron de violación, abuso sexual, e incesto cuando eran jóvenes. Con una honestidad extraordinaria ellos dicen como dejaron de sentirse victimas e recuperaron sus vidas – las decisiones que tomaron, en las personas que se convirtieron, y la fuerza interior que descubrieron.”



Back on Track: Boys Dealing with Sexual Abuse Por Mindy B. Loisele, \$15.95 (de 9 años en adelante)

El abuso sexual de los niños a menudo no es tomado en cuenta, ya que es mucho menos común que el abuso de las niñas. Este libro está escrito para los varones adolescentes y se dirige a ellos directamente, respondiendo a las preguntas más frecuentes, ofrece sugerencias concretas para conseguir ayuda y tratan con preocupaciones del cual uno no habla como la homosexualidad. Hay descripciones de lo que la terapia puede ser y explicaciones breves de los servicios sociales y los tribunales, así como secciones sobre la familia y amigos. Ejercicios (a menudo llamadas "Tu Turno") y los gráficos interesantes dividen el texto. El mensaje importante del libro es “Di: Sigue diciendo hasta que alguien escuche y PARE el abuso.”



How Long Does It Hurt? A Guide to Recovering from Incest and Sexual Abuse for Teenagers, Their Friends, and Their Families Por Cynthia L. Mather con Kristine E. Debye, \$17.95

(para adolescentes)

Este guía de paso a paso, de recuperación integral para los adolescentes que han sido o están siendo abusados sexualmente es escrito por un adulto sobreviviente y terapeuta en una voz simpática pero sencilla. Los autores explican el incesto, el abuso sexual y asalto sexual, la búsqueda de seguridad, sabiendo que decir y cuáles son las consecuencias (por ejemplo, los reportes policiales, las detenciones, y acudir a los tribunales) que pueden ser; lo que otros pueden decir; vivir con la familia, y tratar con amigos, después de decir; sobrevivir el trauma del abuso sexual; y la terapia y la curación.

Recursos

Dónde buscar ayuda en el condado de Ventura

- ❖ County of Ventura Human Services Agency
 - Child Abuse Reporting Hotline, Children Family Services (CFS)
 - (805) 654-3200
 - Web site: www.ventura.org/hsa
- ❖ Interface Children & Family Services
 - Main Office: (805) 485-6114
 - 24 hour, 7 days a week, Information and Referral Line: 211
 - 24 hour, 7 days a week, Domestic Violence Hotline 1-800-636-6738
 - Mental Health Intake Department: 485-6114 ext. 662
 - Web site: www.icfs.org
- ❖ Coalition for Family Harmony
 - Phone number: (805) 656-1111
 - Web site: www.thecoalition.org
- ❖ District Attorney's Office
 - (805)654-2500
 - Web site: www.ventura.org/vcda
- ❖ Child Development Resources of Ventura County, Inc. (CDR)
 - (805) 485-7878
 - Web site: www.cdrv.org

Dónde ir para obtener ayuda en el Estado

- ❖ Office of Child Abuse Prevention (OCAP)
 - California Department of Social Services
 - 744 P Street, MS 19-82 Sacramento, CA 95814
 - (916) 445-2771
 - Web site: www.dss.cahwnet.gov/getser/cfsocap.html
- ❖ Prevent Child Abuse California
 - 926 J Street, Suite 717 Sacramento, CA 95814
 - (916) 498-8481
 - 1-800-CHILDREN
 - Web site: www.pca-ca.org
- ❖ California Child Care Resource and Referral Network
 - 111 New Montgomery Street, 7th Floor San Francisco, CA 94105
 - (415) 882-0234
 - Web site: www.rrnetwork.org
- ❖ Parents Anonymous
 - 675 West Foothill Blvd. Claremont, CA 91711-3475
 - (909) 621-6184
 - Web site: www.parentsanonymous.org

Dónde ir para obtener ayuda en la Nación

- ❖ Rape, Abuse & Incest National Network (RAINN)
 - 1220 L Street, NW, Suite 505 Washington, DC 20005
National Sexual Assault Hotline 1-800-656-HOPE
 - Office phone: 202.544.3064
 - Web site: <http://www.rainn.org/>
 - Email: info@rainn.org

- ❖ Child Welfare Information Gateway
 - 330 C Street SW Washington D.C. 20447
 - (800)394-3366
 - Web site: www.calib.com/nccanch

- ❖ Parents United, International
 - 615 15th Street Modesto, CA 95354
 - (209) 572-3446
 - Email: parentsu@ainet.com

Recursos de línea directa

- ❖ Childhelp – Prevention and Treatment of Child Abuse Organization
 - Childhelp National Child Abuse Hotline – 24 hour, 7 days a week
 - 1-800-4-A-CHILD (1-800-422-4453) All calls are confidential.
 - Website link: <http://www.childhelp.org/pages/hotline-home>

- ❖ Stop It Now! – Together we can Prevent the Sexual Abuse of Children
 - Call the Helpline (1. 888.PREVENT) Our phone availability varies currently.
 - Please try our Helpline during standard business hours (Eastern Time).
 - Website link: <http://www.stopitnow.org/help>
 - Schedule a phone appointment - Schedule a 30-minute consultation with our Helpline Associates.

- ❖ NetSmartz Internet Safety Workshop
 - An interactive, educational program of the National Center for Missing & Exploited Children® (NCMEC) that provides age-appropriate resources to help teach children how to be safer on- and offline. The program is designed for children ages 5-17, parents and guardians, educators, and law enforcement.
 - Website link: <http://www.netsmartz.org>

Otros sitios web relacionados

National Child Traumatic Stress Network - <https://www.nctsn.org/>
Kids Data (Local data and statistics info) - <https://www.kidsdata.org/>
Darkness to Light - <https://www.d2l.org/>
National Center for Missing and Exploited Children - <http://www.missingkids.com/>
<https://www.kidsmartz.org/>
CA Megan's Law Website/Local Sex Offender Registry
<https://www.meganslaw.ca.gov/mobile/EducationAndPrevention.aspx>
National Alliance on Mental Illness - <http://namiventura.org/>
Sex Offender Information - <https://www.familywatchdog.us/>
CA Child Abuse Mandated Reporter Training - <https://www.mandatedreporterca.com/>

Mi Plan de Seguridad

Sentirse seguro significa:

- Sé que alguien me cuidará
- Sé lo que se espera de mí
- Tengo una idea de lo que probablemente ocurrirá a continuación
 - No estoy preocupado de que yo o alguien más se lastime.
 - No me siento asustado.
 - Me siento bien.

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Lugares Seguros

Cuando hay problemas, puedo llamar a alguien.

As una lista de los lugares en casa o cerca de donde hay teléfonos:

- _____
- _____
- _____

Lugares seguros cerca de mi casa son:

- _____
- _____
- _____

- ¿Cómo puedo salir de la casa si hay peligro?
- ¿Cómo puedo escapar si alguien me está haciendo sentir inseguro?
- ¿Cómo puedo salir si alguien me está haciendo sentir incómodo?
- Escriba algunos otros planes de seguridad que la familia usa para mantenerse seguro:
- Anote algunos otros planes que mi escuela o guardería usa para mantenerse seguro:

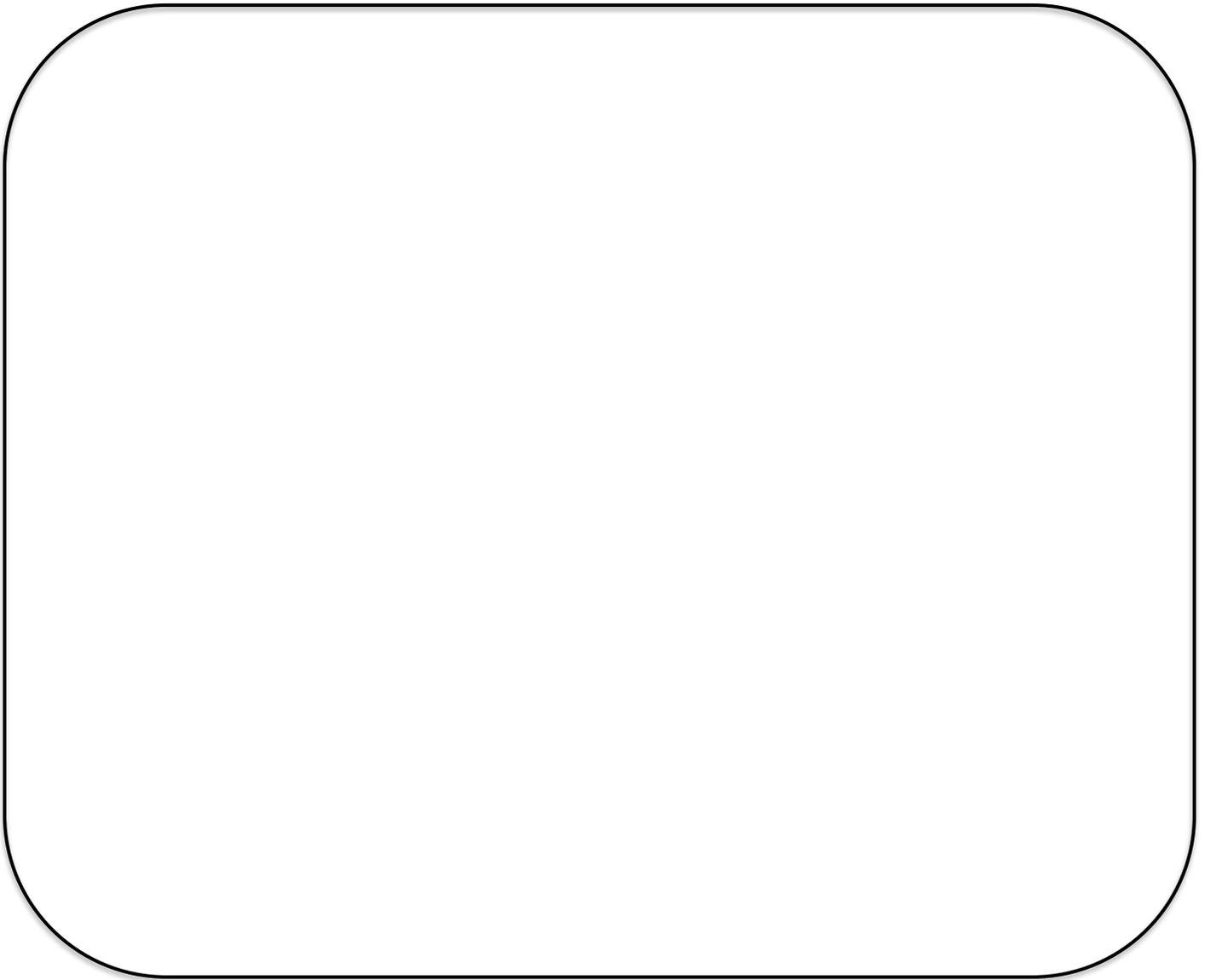
Ayudantes

¿Quiénes son personas seguras con las que puedo hablar cuando no me siento seguro?

1. _____ Teléfono: _____
2. _____ Teléfono: _____
3. _____ Teléfono: _____
4. _____ Teléfono: _____
5. _____ Teléfono: _____
6. _____ Teléfono: _____
7. _____ Teléfono: _____

Ayudantes

Dibuja una imagen de tus ayudantes seguros en el cuadro de abajo:



Si un ayudante no ayuda, ¡no te rindas! Sigue diciendo a los adultos seguros hasta que recibas ayuda.

¡ERES IMPORTANTE!



Mi Cuerpo Me Pertenece a Mi

¡Haz un dibujo de ti mismo haciendo las cosas que te hacen sentir bien, feliz y seguro/a!

¡YO, _____ SOY IMPORTANTE!
(Tu Nombre)

Yo puedo decirle a _____ si no me siento seguro/a!
(Tu Adulto de Confianza)

Resistencia

Resistencia es la capacidad de superar circunstancias desafiantes o difíciles; Es una característica fundamental y natural que es esencial para un desarrollo sano. La Resistencia puede ser alimentada y apoyada por los adultos que cuidan o que toman un enfoque basado en la fuerza de fomentar y potenciar los esfuerzos de un niño para hacer frente a las dificultades.

Para superar las adversidades, los niños se basan en tres fuentes de resiliencia etiquetados YO TENGO, YO SOY, YO PUEDO. Lo que dibujen de cada una de las tres fuentes pueden ser descritos de la siguiente manera;

YO TENGO

- La gente a mi alrededor confía y que me ama, no importa qué
- La gente que pone límites para mí así que sé cuándo parar antes de que haya peligro o apuro
- La gente que me muestra cómo hacer las cosas bien por la forma en que hacen las cosas
- Las personas que quieren que aprenda a hacer las cosas por mi cuenta
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo, en peligro o necesito aprender

YO SOY

- Una persona que las personas pueden cuidar y amar
- Me alegro de hacer cosas buenas para los demás y mostrar mi preocupación
- Respetuoso de mí mismo y de los demás
- Dispuesto a ser responsable de lo que hago
- Seguro que las cosas van a estar bien

YO PUEDO

- Hablar con otros acerca de las cosas que me asustan o me molestan
- Encontrar maneras de resolver los problemas que enfrento
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo que no es correcto o peligroso
- Averiguar cuándo es un buen momento para hablar con alguien o para tomar acción
- Encuentra a alguien que me ayude cuando lo necesite

Information provided by: A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit By *Edith H. Grotberg, Ph.D.*, The International Resilience Project, and from the *Early Childhood Development: Practice and Reflections* series by Bernard Van Leer Foundation. Website source: <http://resilnet.uiuc.edu/library/grotb95b.html>

Yo Soy, Yo Tengo, Yo Puedo

¡Ay muchas cosas de ti que te hacen ser la persona tan especial que eres! (Yo Soy)
¡También ay muchas cosas que tienes (Yo Tengo) y muchas más que puedes hacer! (Yo Puedo)
Escribe todas estas cosas aquí:

Yo Soy:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Yo Tengo:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Yo Puedo:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

My Feelings

¿Cómo te sientes hoy?



Agresivo	Agonizado	Ansioso(a)	Apologético(a)	Arrogante	Tímido(a)	Feliz
Aburrido	Cauteloso(a)	Frio(a)	Concentrando	Confidente	Curioso(a)	Determinado(a)
Decepcionado	Desaprobando	Incrédulo(a)	Disgustado	Desagradable	Espionaje	Ectásico
Enfurecido(a)	Envidioso(a)	Exasperado(a)	Agotado(a)	Asustado(a)	Frustrado	Afligido
Culpado	Feliz	Horrorizado(a)	Caliente	Enfermo(a)	Herir	Histórico(a)
Indiferente	Idiota	Inocente	Interesado(a)	Envidioso(a)	Alegre	Solitario(a)
Enamorado(a)	Meditativo(a)	Dañoso(a)	Desgraciado	Negativo(a)	Obstinado(a)	Optimista
Dolorido(a)	Paranoico(a)	Arrepentido(a)	Aliviado	Triste	Satisfecho(a)	Conmocionado(a)
Somnoliento(a)	Presumido(a)	Sorprendido	Suspicaz	Simpático(a)	Pensativo(a)	