|  |  |
| --- | --- |
|  | |
| **Cómo hablar con los niños sobre la seguridad personal sin asustarlos**  Los padres, maestros y otros adultos enseñan a los niños cómo mantenerse a salvo cuando están cerca de aguas profundas, en la calle o montando bicicleta. Por ello, los niños no tienen miedo al andar en bicicleta, nadar en la piscina y caminar. La seguridad relacionada al contacto físico puede discutirse de la misma forma. A continuación se muestran algunas ideas para hablar con los niños sobre seguridad y contacto físico  **Explíqueles las reglas de seguridad relacionadas con el contacto físico cuando hable de otros tipos de reglas de seguridad**   * "Si un adulto mayor te toca de una manera que no se siente bien, dime o \_\_\_\_\_\_\_\_ al respecto. Te creeremos y te ayudaremos".   **Repita a menudo las reglas simples de seguridad. Por ejemplo:**   * "No guardamos secretos sobre el contacto físico en nuestra familia". * "Los adultos generalmente no necesitan tocar a los niños en sus zonas privadas a menos que sea por salud o durante el baño". * "Nunca entres en un auto con un adulto que no conoces, sin importar lo que te diga". * "Confía en tu voz interior (instintos, el juicio) si te está diciendo algo que no te parece correcto".   **Explíquele las reglas familiares, tales como:**   * "No le digas a los demás si estás solo en casa". * "Comenta si tienes un problema con una niñera". * "Puedes decirle 'no' a cualquiera que quiera romper una de nuestras reglas familiares. Yo te apoyaré". * "Puedes montarte en un auto con \_\_\_\_\_\_\_\_\_ o \_\_\_\_\_\_\_\_\_. No subas a un auto con alguien sin pedir permiso antes".   **Juega a "¿qué pasaría si...?" para practicar la toma de decisiones.**   * "¿Qué pasaría si nos separamos en la tienda?" * "¿Qué pasaría si alguien que conocemos muy bien te toca de una manera confusa y te pide mantenerlo en secreto?" * "¿Qué pasaría si una persona mayor te ofrece dinero (o algo que realmente quieres) con la condición de que rompas una de nuestras reglas familiares?"   **Enseñe a sus niños a hablar con mayor firmeza. Practiquen juntos situaciones como:**   * "Yo no le digo eso a la gente". * "No quiero que me hagas cosquillas. ¿Podríamos tomar un paseo en su lugar?" * "Déjame tranquilo. Hablaré si rompes una regla de contacto físico". * "No se me permite hacer eso". * "No".   **Enseñe a los niños a actuar asertivamente para protegerse. Practiquen juntos cosas como:**   * Soltarse de la mano de alguien * Moverse o huir * Pararse de pie con los hombros hacia atrás * Mirar a las personas a los ojos * Sacudir la cabeza y decir "no"   **Enseñe a sus niños que los adultos no siempre tienen la razón.**   * "La mayoría de los adultos tocan a los niños de manera apropiada, pero algunos adultos se confunden y no toman buenas decisiones cuando tocan a los niños". * "Si no estás seguro de algo que un adulto dice o hace, pídeme ayuda para explicarte".   **Enseñe a sus niños que hay ciertas cosas que los adultos, niños mayores y niñeras no deben hacer.**   * "Nadie tiene el derecho de poner sus manos bajo tus pantalones u obligarte a tocar sus partes privadas. No deberían pedirte ver tus partes íntimas o tomar fotos de ellas. No deberían mostrarte sus partes íntimas o imágenes de las partes privadas de otra persona".   **Enseñe a sus niños el nombre correcto de las partes de su cuerpo, incluso los genitales.**   * Los niños a veces usan otras palabras para nombrar sus genitales, lo que puede generar confusión si tratan de informar sobre abuso sexual. Por ejemplo, si un niño dice que alguien le tocó su "salchicha" cuando en realidad quiere decir "pene", otros podrían pensar que se está quejando sobre alguien que intenta quitarle la comida y por lo tanto, podrían ignorarlo.   **Enseñe a sus niños que las reglas de seguridad son válidas en cualquier ocasión.**   * No son solo reglas acerca de desconocidos, hombres o niñeras. La mayoría de los abusadores sexuales son personas que el niño conoce y en las que confía. Incluso, podría ser un miembro familiar o un vecino respetado. | **How to Talk to Children about Personal Safety without Scaring Them**  Parents, teachers, and other caring adults teach children how to stay safe when near deep water, on the street, or riding a bike. This does not make children afraid of bicycles, swimming pools, and roads. Touching safety can be discussed in the same way. Here are some ideas about talking with children about touching safety.  **Explain safety rules about touch when you talk about other types of safety rules.**   * “If you are touched by an older adult in a way that you don’t feel right, tell me or \_\_\_ about it. We will believe you and help you.”   **Repeat simple safety rules often. For example:**   * “We don’t keep secrets about touching in our family.” * “Grownups don’t usually need to touch children in private areas unless it’s for health or bathing.” * “Never go away with or get in a car with a grownup you don’t know, no matter what they tell you.” * “Trust your inner voice (instincts, judgment) if it’s telling you something doesn’t seem right.”   **Explain your family’s rules, such as:**   * “Do not let others know if you are home alone.” * “Tell me if you have a problem with a babysitter.” * “You can say ‘no’ to anyone who wants you to break one of our family rules. I will support you.” * “You can ride in a car with \_\_\_\_ or \_\_\_\_. Don’t ride with anyone else without asking first.”   **Play “What ifs” to practice decision-making.**   * “What if you and I got separated at the store?” * “What if someone we know really well touched you in a confusing way and asked you to keep it a secret?” * “What if an older person offered you money (or something you really wanted) if you would break our family rules?”   **Help children speak more assertively. Have them practice saying things like:**   * “I don’t tell people that.” * “I don’t want to be tickled. Could we take a walk instead?” * “Leave me alone. I’ll tell if you break a touching rule.” * “I’m not allowed to do that.” * “No.”   **Help children act assertively to protect themselves. Have them practice things like:**   * Taking someone’s hand off them * Moving or running away * Standing tall with shoulders back * Looking person in the eye * Shaking head “no”   **Teach children that adults aren’t always right.**   * “Most adults touch children in appropriate ways, but some adults are mixed up and don’t make good decisions about touching children.” * “If you aren’t sure about something a grownup says or does, ask me to help explain it.”   **Teach children that there are certain things that adults, older children and babysitters shouldn’t do.**   * “No one has the right to put their hand down your pants or force you to touch their private parts. They shouldn’t ask to see your private body parts or take pictures of them. They shouldn’t show you private parts of their body or pictures of someone else’s private parts.”   **Help children learn the correct names for body parts, including the genitals.**   * Children sometimes use slang words to talk about their genitals. This can lead to confusion if they try to report sexual abuse. For example, if a boy says that someone touched his “hot dog” when he means “penis,” others might think he is complaining about someone trying to take his food and ignore him.   **Teach children that touching safety rules apply all the time.**   * They are not just rules about strangers or men or babysitters. Most sexual abusers are people that a child knows and trusts. They may even be a family member or respected member of the community. |