

Los niños y la violencia doméstica

La importancia de jugar con sus hijos

La violencia doméstica es un patrón de comportamiento utilizado por una persona en una relación para controlar a la otra. Este comportamiento abusivo puede ser verbal, emocional, físico, económico o sexual. Usted, como padre o madre, puede haber dejado una relación abusiva o tal vez continúe en ella. Esta hoja informativa es **la quinta** de una serie de 10 hojas que fueron escritas para ayudarle a comprender cómo los niños pueden reaccionar a la violencia doméstica, y cómo mejor ayudarlos a sentirse seguros y valorados, y puedan desarrollar su fortaleza personal. Para las demás hojas informativas de esta serie, visite www.nctsn.org/content/resources

Los niños que han vivido en situación de violencia doméstica reaccionan de maneras diferentes. Si usted nota cambios en las emociones o comportamientos de sus hijos, ellos le pueden estar comunicando que necesitan atención especial de su parte, el padre o cuidador primario. Jugar con ellos es una de las mejores cosas que puede hacer para ayudarles a sentirse más seguros y conectados con usted.

Jugar es una parte esencial de la niñez y una clave para un desarrollo saludable. A veces pensamos en "jugar" solo con niños más pequeños, pero incluso los adolescentes "juegan" en actividades como deportes, viendo televisión, un juego de mesa, o simplemente pasando tiempo con usted. Los niños y adolescentes aprenden a construir relaciones a través del juego. La atención de los padres a través del juego puede ser especialmente útil para niños, de todas las edades, que han experimentado la violencia doméstica.



APROVECHANDO EL JUEGO AL MÁXIMO

Trate de pasar algún tiempo, todos los días, jugando con su hijo sin distracciones, como llamadas por teléfono. Mientras juegan, preste atención no sólo a la actividad realizada, sino observe, escuche y apoye la participación de su niño(a). Aquí hay algunas sugerencias para sacar el máximo provecho de este tiempo especial con niños de diferentes edades. Puede hacerlas cuando esté en casa, en un albergue o en una casa de transición.

Para niños pequeños

Lo que puede hacer

Elija actividades que puedan hacer juntos

Escuche a sus hijos y déjeles saber que está escuchando

Elógelos/Dele cumplidos por sus actividades

Hágales saber que está mirando y disfrutando lo que están haciendo, a través de la descripción

Ejemplos

Jugar con bloques, leer un libro, armar rompecabezas, colorear o hacer otras actividades artísticas o bailar al son de la música.

Repita sus sonidos ("brum brum") o comentarios (diga "Te gusta el naranja" cuando su hijo le diga que el naranja es su color favorito)

Diga "Estás haciendo un gran trabajo al poner los bloques chicos sobre los más grandes", o "Escogiste hermosos colores para tu dibujo"

Diga "Estás dibujando un perro" o "Has puesto tu muñeca en la cama" o "Compartiste tus juguetes conmigo"

Esta hoja informativa fue elaborada por los copresidentes de Grupo de Trabajo de Violencia Doméstica de NCTSN, Betsy Groves, Miriam Berkman, Rebecca Brown y Edwina Reyes, junto con los miembros del comité y Futuros Sin Violencia (Futures Without Violence), utilizando la experiencia de sobrevivientes de violencia doméstica, resultados de investigaciones, e informes de defensores de mujeres golpeadas y profesionales de salud mental. Para obtener más información sobre los niños y la violencia doméstica, y para acceder a todas las hojas informativas de esta serie, visite www.nctsn.org/content/resources

Para niños en edad escolar primaria

Deje que su hijo elija actividades que puedan hacer juntos

Jugar a juegos de mesa, barajas/naipes o juegos interactivos en la computadora; leer un libro; preparar una comida

Realizar una actividad física juntos

Lanzar la pelota, ir a dar un paseo, o andar en bicicleta

Hacer un proyecto juntos

Dibujar, escribir historias, construir con Legos o Tinkertoys

Para preadolescentes y adolescentes

Manténgase conectado mostrando interés en lo que está pasando en las vidas de sus hijos

Explorar sus intereses particulares; preguntar sobre la escuela, amigos, actividades, deporte y música.

Realizar un proyecto o actividades físicas juntos

Caminar o correr, andar en bicicleta, caminatas y cuidar de una mascota.

Ver televisión juntos

Hablar acerca de lo que están viendo y oyendo, y mostrar interés en sus opiniones.

Jugar no hará que los niños olviden sus experiencias difíciles o alivien todas sus inseguridades, pero puede ayudarle a mantenerse conectado con ellos cuando la vida es inestable e impredecible. La atención y los elogios durante el juego, o el tiempo juntos, ayudarán a cada niño a sentirse importante y especial, y estos sentimientos aumentarán su sensación de seguridad. Dado que los niños obtienen tanto placer al jugar, cuando usted dedica su tiempo a jugar con ellos usted les está diciendo que los ama.

¡IMPORTANTE!

Si siente que corre peligro ahora y necesita ayuda para usted, su familia u otra persona debido a una crisis en el hogar, comuníquese con:

- 911 para asistencia policial de emergencia
- La Línea Nacional de Crisis por Violencia Doméstica. Hay defensores disponibles para intervenir en casos de crisis, ayudar con un plan de seguridad y brindar referidos a agencias en todos los estados del país. Llame a la línea de asistencia confidencial al 1-800-799-7233 o visite www.thehotline.org
- Los servicios de protección al menor de su zona tienen recursos a su disposición en caso de que sus hijos corran peligro.