

AHORA, ¿QUÉ SIGUE?

GUÍA DE SUPERVIVENCIA PARA CUIDADORES

TRAS DESCUBRIR QUE OCURRIÓ UNA CONDUCTA SEXUAL PROBLEMÁTICA

Su mundo se ha puesto de cabeza.
¿Cómo se siente?



"Estaba disperso. Me sentía estresado, asustado e inquieto. No hay problema en sentirse de esa manera y saber que otras personas sintieron lo

Cuando una familia se entera de que su hijo ha estado involucrado en una conducta sexual problemática o ilegal, experimenta una amplia variedad de emociones. Es normal sentirse confundido, enojado, culpable, avergonzado, asustado, decepcionado o en negación debido a su conducta. Puede que haya mostrado dicha conducta ante un compañero de escuela, un amigo o incluso dentro de su familia. Toda situación tiene resultados e impacta de formas diferentes. Cuando tiene una relación con el niño que fue la víctima, su respuesta es particularmente compleja y es posible que tenga dificultades sobre la manera en la que debe responder. Aunque es de esperarse que en este momento usted experimente muchas emociones diferentes, si todas las respuestas ante la conducta de

su hijo parten del miedo o la ira, es posible que sea difícil superar la situación. Mantener su propio estrés bajo control es esencial. Nosotros también pasamos por la misma situación. En este momento, necesitamos asegurarnos de que entienda que esto no es su culpa. La acción de su hijo no define la persona que es ni lo convierte a usted en un "mal" cuidador. A pesar de que en este momento no lo parezca, su familia superará esta situación.



NCSBY
www.ncsby.org

¿Con quién puedo conversar sobre este tema?

Cuando un niño que le importa ha mostrado una conducta sexual problemática, resulta confuso decidir a dónde acudir en busca de apoyo. Quizás le preocupe que su familia o su hijo sean juzgados por lo que hizo. Decidir qué información compartirá con otras personas es una decisión muy personal. Aunque es fundamental contar con apoyo durante estos momentos, le sugerimos que sea cuidadoso al decidir con qué personas comparte información. Desafortunadamente, debido a la desinformación generalizada sobre los niños que han mostrado conductas sexuales problemáticas, compartir demasiada información puede llevarlos a usted y a su hijo al aislamiento social.

En algunos casos, será vital asistir a todas las citas requeridas con las partes involucradas, como los servicios de protección infantil, de libertad condicional y con el sistema judicial. Tenga especial cuidado con la información que comparte con los socios comunitarios. Es importante que comparta la información necesaria sobre la conducta de su hijo para que puedan brindarle el apoyo ideal, al tiempo que necesita recordar que dicha información debe estar protegida.

El programa de terapia puede ayudar a ponerlo en contacto con otros cuidadores que hayan pasado por una experiencia similar. Los otros cuidadores que están en el programa de terapia "lo entienden", ya que ellos también han pasado por la misma situación. Siempre puede expresar que su familia está buscando asesoramiento sin necesidad de dar a conocer demasiados detalles. En el siguiente recurso encontrará más información sobre cómo manejar esta complicada situación.

The National Center on the Sexual Behavior of Youth

<https://www.ncsby.org/content/parents>



¿Qué puede hacer mientras espera recibir los servicios de terapia?

El estrés y la ansiedad pueden agotarlo durante este tiempo. ¡No olvide cuidar de sí mismo! El cuidado personal puede parecer algo difícil. Sin embargo, existen una serie de actividades que le ayudarán a promover su propio bienestar. Algunas formas de cuidar de sí mismo incluyen el empoderamiento al leer más sobre niños con conductas sexuales problemáticas. A continuación, encontrará algunos recursos recomendados que puede comprar o descargar en copia digital de forma gratuita:

"Taking Action: Support for Families of Children with Sexual Behavior Problems" by Jane F. Silovsky, Ph.D.

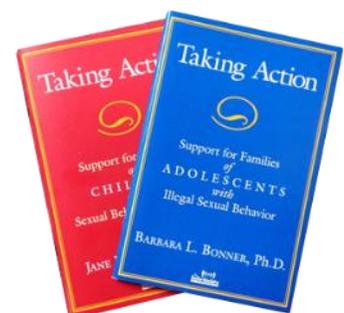
<https://safersocietypress.org/store/taking-action-children-download/>

"Taking Action: Support for Families of Adolescents with Illegal Sexual Behavior"
by Barbara L. Bonner, Ph.D.

<https://safersocietypress.org/store/taking-action-adolescents-download/>

The National Center on the Sexual Behavior of Youth

<https://www.NCSBY.org/>



Otras formas para cuidar de sí mismo incluyen las siguientes :



¡Afrontar la situación puede ser difícil!

¿Cómo saber si necesita apoyo adicional?

*“Estábamos aislados por completo. Perdimos nuestra iglesia.
Perdimos nuestros grupos sociales. Nos afectó a todos”.*

Movilizarse en busca del apoyo para un niño puede ocupar toda la atención de la familia. Es importante que considere el momento en qué usted pueda necesitar apoyo adicional.



Señales que pueden justificar el apoyo adicional para usted:

- Percibe que su miedo o enojo no disminuyen, incluso con la terapia de su hijo.
- Está sufriendo aislamiento, ansiedad, desesperanza o depresión.
- Presenta dificultades en sus relaciones familiares o conyugales, o tiene dificultades para conservar la relación con sus otros hijos.
- Descubre que sus propias experiencias de victimización o traumas se han desencadenado.
- Considera que necesita apoyo adicional.

Lo primero que debe hacer es considerar cómo podría utilizar los sistemas de apoyo que ya tiene a su alrededor. ¿Cuenta con algún asistente social, terapeuta, abogado, oficial de libertad condicional, amigo, comunidad religiosa, familiar u otra persona en quien apoyarse?

En caso contrario, considere la opción de buscar su propio apoyo para la salud mental. Muchas comunidades cuentan con terapeutas que pueden proporcionar ayuda a un precio reducido o mediante una escala de tarifas variable, en caso de ser necesario. Los profesionales involucrados deben poder ayudarle a encontrar un recurso comunitario que esté disponible.



Stop It Now!

<https://www.stopitnow.org/help-guidance/online-help-center/childrens-behaviors>

Recuerde, este período será difícil, pero mejorará. Es posible que pierda el apoyo de amigos o familiares. Concéntrese en aquellas personas en quienes PUEDE apoyarse en este momento.



“Existe una falta de relación gigantesca entre la forma en que el sistema jurídico definió a mi hijo y la forma en que el programa de asesoramiento lo hizo. Es un niño que tomó una mala decisión”.

¿Qué tipo de supervisión necesita proporcionar?

Algunos niños, pero no todos, que muestran una conducta sexual problemática o ilegal tendrán que abandonar su hogar. Debe saber que muchos niños pueden permanecer seguros en casa. No obstante, si este es su caso, los niños necesitan supervisión visual mientras están en casa. Debe tener claro que los requisitos de supervisión pueden parecer estrictos, pero con el tiempo el proceso será más sencillo. Estas normas son clave para garantizar que su hijo cumpla las normas respecto de la conducta sexual y se

prepare para alcanzar el éxito. Este es un proceso para restablecer la confianza y tomará un tiempo. Si bien, al principio puede sentirse como un "cuidador helicóptero", realizar el proceso de supervisión le permitirá observar su buen comportamiento y elogiar su progreso. Identifique actividades divertidas que puedan hacer juntos y que tanto usted como sus hijos disfruten. Durante este momento de altas expectativas y requisitos las relaciones pueden continuar creciendo.

¿Qué es correcto que hagan sus hijos en este momento?

Los niños que han mostrado una conducta sexual problemática pueden realizar la mayoría de las actividades que hacían antes, siempre que cuenten con la supervisión adecuada de un adulto. Es importante conservar un sentido de normalidad durante este tiempo.

- Está bien que los niños conversen con aquellas personas que usted ha analizado e identificado previamente como personas seguras.
- Mediante el apoyo profesional, trabaje para establecer un plan de seguridad y supervisión que promueva las interacciones positivas con hermanos y compañeros.
- Los niños pueden participar en actividades habituales que promuevan su bienestar, como leer, escuchar música, practicar deportes y juegos de manera conjunta, así como ver televisión y películas con la supervisión pertinente.

Asegúrese de conversar con su trabajador social, oficial de libertad condicional o proveedor de terapia para asegurarse de cumplir con las normas o regulaciones que hayan establecido para su hijo.

Valore la opción de consultar información adicional sobre la planificación de la seguridad para su hijo:



<https://www.ncsby.org/content/safety-planning>

*"Mi hijo se convirtió
en mi compañero inseparable
por un tiempo".*



¿Qué debo hacer con el teléfono, la computadora portátil, la tableta u otros dispositivos de mi hijo?

La supervisión electrónica es importante. Cuando se trata de dispositivos electrónicos, los jóvenes son ingeniosos. Sea cuidadoso y utilice los recursos creados para ayudar a fomentar la supervisión. Estos recursos cambian con frecuencia, por ello, converse con el proveedor de su hijo acerca de los recursos actuales que pueden ayudarle a fomentar la supervisión electrónica. Nunca debe usar aplicaciones de supervisión como reemplazo de la supervisión del cuidador. Los cuidadores que están preocupados por aplicaciones específicas como WhatsApp, Snapchat, Kik o TikTok deben asegurarse de que la aplicación de control parental que eligieron permita las descargas personalizadas en lugar de establecer restricciones basadas únicamente en una clasificación de madurez. Tenga cuidado con las cuentas múltiples.

Dependiendo del tipo de conducta sexual problemática en la que haya estado involucrado el joven, es posible que sea necesario que le retire los dispositivos por un tiempo. Consulte con los profesionales que se encuentran dentro de su sistema de apoyo acerca de qué es lo más apropiado para su situación específica.



Valore la opción de consultar información adicional sobre la seguridad tecnológica para su hijo:

<https://www.ncsby.org/resources#tab-1-internet-and-technology-safety>

¿Cómo puedo apoyar a mi hijo por medio de la terapia?

La duración y el contenido de la terapia pueden variar según la edad de su hijo y el tipo de conducta sexual que haya mostrado. Sin embargo, debe tener en cuenta que sí existe un tratamiento ambulatorio eficaz. Los hallazgos indican que los niños que han participado en una terapia basada en la evidencia tienen menos del 3 % de probabilidades de volver a participar en este tipo de conductas. Su hijo puede recibir los servicios de terapia de forma grupal o individual con su familia. Independientemente de la forma, uno de los componentes esenciales en una terapia eficaz para niños con conductas sexuales problemáticas es que USTED participe. ¡Su disposición respecto a ser un apoyo para su hijo es primordial! El papel que usted debe desempeñar para que la terapia tenga éxito es presentarse con una actitud positiva y estar dispuesto a compartir. Hable con sinceridad sobre sus experiencias y esté dispuesto a intentar las estrategias que el terapeuta sugiera para su familia. Recuerde: ¡puede hacerlo! Es posible sanar. Hemos pasado por su misma situación y sabemos que usted también puede superarla.



Boletín informativo PPB 2019: Qué esperar de la terapia

<https://ncsby.org/sites/default/files/2019%20PSB%20Newsletter%20V1N1%20-%20English.pdf>



"Al enterarme por primera vez de esta conducta, mi principal emoción fue el miedo. Cuando ingresamos al programa sentimos por primera vez que todo estaría bien".

Reflexiones finales

Esta guía está elaborada para padres y otros cuidadores, como abuelos, padres de crianza, tíos, vecinos y otras personas que cuidan a niños de todas las edades. **Escribimos esta serie de boletines informativos con el objetivo de proporcionar apoyo, dejarle saber que no está solo y brindarle esperanza.** Es desarrollado por cuidadores de niños y adolescentes que han mostrado conductas sexuales problemáticas o ilegales.

Aun cuando es posible que no conozcamos su historia, hemos sufrido y comprendemos el impacto que las conductas sexuales problemáticas de los niños causan en los cuidadores, los jóvenes, los otros niños, la familia, así como a otras personas. En esta edición, nos hemos centrado en superar los primeros días tras descubrir que su hijo tiene una conducta sexual problemática. Esperamos

*Atentamente,
The Caregiver Partnership Board*



NCSBY

National Center on the Sexual Behavior of Youth

www.ncsby.org

Este proyecto cuenta con el apoyo de la subvención n.º 2019-MC-FX-K022 otorgada por la Oficina de Justicia Juvenil y Prevención de la Delincuencia (Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention, OJJDP), parte de la Oficina de Programas de Justicia del Departamento de Justicia de Estados Unidos. Las opiniones, los hallazgos y las conclusiones o las sugerencias expresadas en esta publicación son proporcionadas por los autores y no reflejan necesariamente los del Departamento de Justicia.