

9 Maneras de Enseñar a los Niños sobre el Consentimiento y los Límites Saludables

#1 - Hágales saber a los niños que son los jefes de sus cuerpos

Cree oportunidades para que entiendan que tienen el control de cómo interactúan con los demás y cómo los demás interactúan con ellos.

Las personas están a cargo de sus propios cuerpos y no está bien tocarlos si no quieren que lo hagas, al igual que no está bien que alguien te toque de una manera que no te gusta.

Nunca fuerce abrazos, besos o caricias como sustitutos de la comunicación – incluso con familiares. Si un niño no quiere dar abrazos al saludar y despedirse, hágale saber que está bien – puede saludar con la mano, chocar los cinco, lanzar un beso o simplemente decir sus saludos.

#2 - Pida permiso antes de tocar a los niños y anímelos a hacer lo mismo

Haga esto ejemplificándolo usted mismo. Antes de buscar un abrazo de su niño(a), pida permiso para hacerlo. Si el niño es muy pequeño o no habla, haga el hábito de comunicar su consentimiento simplemente haciéndole saber lo que está haciendo y por qué, antes de tocarlo.

Pruebe con explicaciones simples como: “Voy a abrocharte la camisa para que estés listo para ir a la escuela” o “Voy a sobarte el cabello con champú para que estés limpio.” Esto refuerza el concepto de que la comunicación durante el contacto es continua.

#3 - Hágale saber a los niños que está bien pedir ayuda y ayúdalos a identificar a los adultos “de confianza”

Enseñe a los niños que los adultos confiables escuchan lo que quieren y necesitan, y no los hacen sentir incómodos o asustados.

En nuestro ámbito de trabajo, identificar adultos confiables no debe ser difícil. La clave aquí es asegurarse que hay esa conexión con su niño(a) para poder mantener abiertas esas líneas de comunicación. La clave aquí es encontrar la fuerza en los números y hacer que los niños identifiquen a numerosos adultos con los que el niño(a) sienta que puede abrirse libremente si alguna vez se siente asustado o incómodo.

Muchos de nuestros niños han tenido experiencias sexuales por medio de sus hogares y familiares. Nuestro deber es asegurarnos que lleven con ellos las herramientas apropiadas para triunfar en un vida fuera de nuestro cuidado.

#4 - Sea directo cuando hable sobre la anatomía del cuerpo

Es común confiar en palabras figuradas para referirse a los genitales, pero inventarse palabras alternativas o decirles a los niños que no digan palabras como “pene” o “vagina” envía el mensaje de que las partes de sus cuerpos son vergonzosas.

Los niños a los que se les enseña a no hablar sobre sus cuerpos pueden sentirse menos cómodos al informar si están experimentando daño sexual.

#5 - Hable de consentimiento fuera del contexto del sexo

Muchas veces, la palabra “consentimiento” se menciona solo en un contexto sexual, pero puede hacer que el consentimiento sea parte de las conversaciones cotidianas al usarlo para enmarcar cualquier búsqueda de permiso. Enseñe a los niños a pedir consentimiento antes de tomar prestados artículos/cosas de otras personas, antes de publicar fotos en línea, al hacer planes grupales y, como

siempre, antes de tocar a otras personas.

#6 - Hable a temprana edad y con frecuencia

El desarrollo sexual es tan importante como el desarrollo físico, cognitivo y emocional. Los niños que no tienen acceso a información sobre sexualidad corren un mayor riesgo de desarrollar actitudes o creencias poco saludables sobre su propia sexualidad y/o la sexualidad de los demás.

Tener conversaciones apropiadas para su edad a lo largo de su desarrollo significa que los niños puedan sentirse más cómodos buscando conversaciones honestas y abiertas sobre sus cuerpos, sexo, límites y consentimiento.

#7 - Practique establecer límites

Es importante ayudar a sus niños a aprender a abogar por sí mismo y defender sus límites cuando otros niños lo están presionando, están siendo agresivos o simplemente desconsiderados. Ayudar a sus niños a hacer un plan sobre qué hacer cuando alguien no respeta sus sentimientos o límites, le dará la oportunidad de practicar cómo defenderse a sí mismo.

Por ejemplo, usted podría preguntar: “¿De qué manera le dirías a Pedro que no te gusta cuando te abraza sin preguntar?”. Repase algunas frases simples que sus niños puedan usar para abogar por ellos mismos: “Por favor, no lo hagas”. “No me gusta eso”. “Es mi turno”.

Haga una lista de diferentes escenarios en los que los niños podrían pedir ayuda a un adulto.

Ayudar a los niños a sentirse cómodos al defender sus límites desde edad temprana los ayudará a hacerlo en el futuro, cuando lo que esté en juego puede ser mucho mayor.

#8 - Tómese en serio los límites de sus niños

Escuche atentamente cuando su niño(a) le diga qué está bien y qué no lo está, y

tome en serio sus peticiones tanto como sea posible. Parece obvio, pero la Dra. Busman explica que ignorar los límites de los niños a menudo es algo que los adultos hacen todo el tiempo sin siquiera darse cuenta.

Si un niño dice que odia que le hagan cosquillas o que lo carguen, no diga: “Ay, vamos, realmente no lo odias”. En cambio, diga: “Te escucho y no lo volveré a hacer.”

#9 - Enseñe a los niños con los medios correctos

Dé a conocer regularmente a los niños libros, videos y otros medios apropiados para su edad que enseñen el consentimiento y el respeto de los límites. ¡Mantener la conversación en curso a lo largo de su desarrollo es clave!