

HABLANDO CON NIÑOS SOBRE LÍMITES Y SEGURIDAD PERSONAL

Como cuidador, puedes y debes hablar abiertamente sobre nuestro cuerpo y los límites saludables con tus hijos. Esto ayuda a crear un vínculo sólido que le convertirá en la persona a la que acudir cuando tengan preguntas o se produzca una situación.

¿CÓMO INICIAR LA CONVERSACIÓN?

Si se siente inseguro, respire hondo. Te prometemos que tú te sientes más incómodo que ellos.

Lo más importante es asegurarte de que tus hijos entienden que, pase lo que pase, pueden hablar contigo sin miedo a ser culpados y que tú les protegerás.



TALKING TIPS

- Diles que pueden contarte cualquier cosa y que les creerás.
- Usa nombres propios para las partes privadas.
- “A veces tocar a alguien puede resultar incómodo, aunque te guste esa persona. Si te resulta incómodo, puedes decir que no”.
- “No tienes que abrazar o besar a nadie si no quieres. Ni siquiera a la abuela. ¿Qué tal si chocamos las manos?”
- “No está bien que alguien te pida que toques sus partes privadas con ninguna parte de tu cuerpo, incluida la boca”.
- “Nadie debe tocarte nunca donde cubre un bañador”. Es un buen ejemplo visual, sobre todo para los niños pequeños.
- “Todo tu cuerpo es una parte privada siempre que tú quieras. Tú decides quién te toca”.
- Nadie debe pedirte que guardes un secreto. Si lo hacen, debes decírmelo”.