

Palos y piedras y palabras hirientes



Todos recordamos lo que repetíamos en la niñez: “los palos y las piedras pueden romperme los huesos pero las palabras no pueden hacerme daño.” Estábamos equivocados. Las palabras hirientes pueden causar un daño serio. Los nombres hirientes

duelen para siempre especialmente cuando los dicen los *padres*.

El abuso verbal o emocional le comunica al niño que no tiene valor, que es defectuoso, que no se le ama ni se le quiere, que está en peligro o que su único valor es satisfacer las necesidades de otra persona. El abuso emocional incluye:

- Menospreciar, usar nombres hirientes, denigrar, avergonzar, ridiculizar o humillar a un niño
- Acciones que hacen sentir a un niño que está en peligro como cerrar la puerta de un portazo, golpear un objeto o amenazar con un castigo severo
- Establecer expectativas poco realistas con amenazas de pérdida de afecto o de daño físico si no se cumplen
- Ignorar a un niño, tratarlo con frialdad y falta de apoyo, privarlo de consuelo como medio de disciplina
- Rechazar, evitar o alejarse de un niño
- Describir al niño en forma negativa
- Admitir abiertamente aversión u odio hacia un niño

Los niños que han sido abusados verbalmente se convierten en adultos auto críticos que tienen una mayor tendencia a padecer de la depresión y de la ansiedad (Sachs-Ericsson). Tienen el doble de los síntomas que presentan los que no han sido abusados verbalmente. También tienen una probabilidad dos veces más alta de sufrir de un trastorno de estado de ánimo o de ansiedad. Sachs-Ericsson estudió a más de 5.600 personas entre las edades de 15 a 54 años y, sorprendentemente, casi un 30 por ciento informaron que habían sido abusados verbalmente por uno de sus padres a veces o a menudo.

El abuso emocional de un niño ocurre por muchas de las mismas razones por las que ocurre el abuso físico. Cuando los padres están estresados, pueden atacar a sus hijos verbal o físicamente. Es posible que algunos padres que abusan verbalmente a sus hijos hayan aprendido este estilo de criar a los hijos de sus propios padres. Posiblemente no conocen maneras positivas de motivar o disciplinar a sus hijos.

El abuso verbal puede tener efectos a largo plazo en los niños. Con el tiempo, los niños empiezan a creer las cosas negativas que oyen sobre sí mismos. Usan esos comentarios y pensamientos negativos como explicaciones para cualquier cosa que salga mal. El niño puede decirse a sí mismo y creer declaraciones negativas como “Soy estúpido” o “Soy flojo” o “Soy inútil.” Cuando los padres comunican estos mensajes repetidamente, el patrón de la autocrítica y del pensamiento negativo continúa en la vida adulta. La autocrítica hace a las personas más propensas a la depresión y la ansiedad.

La mayoría de las investigaciones sobre el abuso de los niños se han enfocado en el abuso físico o sexual. Se le ha dado poca atención a la

naturaleza destructiva del abuso verbal de los padres, incluyendo insultar con palabrotas, denigrar o usar nombres crueles. Los niños que son abusados verbalmente son más agresivos físicamente y tienen una mayor tendencia a participar en conductas delincuentes y a tener problemas en sus relaciones personales.

Las investigaciones conducidas por Martin Teicher en el Departamento de Psiquiatría de la Escuela de Medicina de Harvard muestran que el abuso verbal durante la niñez puede tener un mayor efecto sobre la salud mental que otros tipos de abuso. El abuso verbal de los padres afecta el cerebro en desarrollo del niño y también es un modelo negativo poderoso de comunicación interpersonal que afecta las relaciones personales futuras del niño.

Ivonne Vissing y Murray Straus definen la agresión verbal como “comunicación que tiene la intención de causar dolor psicológico” e incluye los nombres hirientes, los comentarios ofensivos, el silencio impenetrable y el enfurruñamiento. En una investigación a nivel nacional en 1991, descubrieron que casi dos tercios de los niños eran víctimas de la agresión verbal de parte de sus padres. La agresión verbal de los padres ocurría un promedio de 12.6 veces al año o más de una vez al mes. Aunque el promedio era aproximadamente una vez al mes, algunos padres casi nunca les hablaban a sus niños en forma hiriente, mientras que otros lo hacían frecuentemente. Observaron que más niños que niñas eran víctimas del abuso verbal.

La agresión verbal de los padres lleva a la agresión física en el niño (Vissing y Straus). Mientras más frecuente es el abuso verbal, mayor es la probabilidad de que el niño participe en agresión física o en conducta delincuente. Incluso los niños que nunca han sido golpeados por sus padres muestran problemas de conducta asociados con el abuso verbal.

Los padres no deben subestimar las consecuencias del abuso verbal y emocional. Proteja a sus hijos de los efectos negativos del abuso emocional de las siguientes maneras:

- Aprenda más sobre el abuso emocional.
- Desarrolle destrezas positivas para la crianza en las que la disciplina se use para corregir la conducta en vez de castigar o humillar.

Autora: Pam Peterson, Profesora Adjunta, Departamento de Desarrollo de la Familia, Universidad de Wisconsin-Extensión
Editora: Joan E. LeFebvre, Profesora, Departamento de Desarrollo de la Familia, Universidad de Wisconsin-Extensión
Revisor: Dave Riley, Especialista de la Extensión, Desarrollo Infantil y Educación Preescolar, UW-Madison
Diseño: Penny Otte, Auxiliar de la Oficina de Operaciones, Oficina Local para la Vida Familiar, Condado de Vilas

- Identifique maneras eficaces de manejar su estrés.
- Desarrolle una red de apoyo.
- Sea un buen modelo. Desarrolle relaciones positivas y trate a otras personas con respeto. Alabe a su compañero/a y a sus hijos en público y privadamente.
- Pida perdón si se enoja y dice algo que no tenía la intención de decir. Los niños aprenden de los adultos que son capaces de admitir cuando han cometido un error.
- Aléjese cuando sienta que está perdiendo el control de sí mismo/a. Tómese un descanso, pídale ayuda a otro adulto, respire profundamente y cuente hasta diez antes de decir *nada*. Una vez que las palabras hirientes han salido de sus labios, no se pueden borrar y no serán ignoradas.

El abuso físico puede dejar cicatrices físicas pero el abuso verbal deja cicatrices invisibles que posiblemente nunca se puedan sanar. El efecto del abuso verbal sobre un niño vulnerable en desarrollo dura toda la vida. Los palos y las piedras nos rompen los huesos pero las palabras hirientes de un padre o de una madre son aun más destructivas y perdurables.

Fuentes:

- Sachs-Ericsson, N., Verona, E., Joiner, T., & Preacher, K.J. (2006). El abuso verbal de los padres y el rol de mediación de la auto crítica en los trastornos de internalización en adultos. *Revista de Trastornos Afectivos*, 93, 71-78.
- Teicher, M.H., Samson, J.A., Polcari A., & McGreenery C.E. (2006). Palos, piedras y palabras hirientes Los efectos relativos de varias formas de maltrato infantil. *Revista Estadounidense de Psiquiatría*, 163, 993-1000.
- Vissing, Y.M., & Straus, M.A., (1991). *La agresión verbal de los padres y los problemas psicosociales de los hijos El abuso y el descuido infantil*, 15, 223-239.

Este documento está disponible en formatos alternativos como ediciones en letra grande, Braille o cinta grabada. Llame a la oficina de la Extensión en su condado (TTY 1-800-947-3529)

Para obtener más información sobre La Crianza y el Desarrollo infantil, comuníquese con: Joan E. LeFebvre, Agente local para la Vida Familiar, Universidad de Wisconsin-Extensión, 330 Court Street, Courthouse, Eagle River WI 54521-8362, 715-479-3653, FAX 715-479-3605, E-Mail joan.lefebvre@ces.uwex.edu
abril 2009