

Una guía para familias



CHRYSALLIS. Asociación de Familias de Menores Transexuales

<http://chrysalis.org.es/>

Traducción y adaptación libre de

If you are concerned about your child's gender behaviors

A Guide for Parents



Distribuido por **CHRYSALLIS. Asociación de Familias de Menores Transexuales**

<http://chrysallis.org.es/>

Teléfonos:

General: 636 965 222

Andalucía: 670 762 113 /600 231 150 /617 493 535

Aragón: 607 903 969 / 636 965 222

Castilla-La Mancha: 967 66 00 35

Comunidad Valenciana: 676 79 50 97

Madrid: 607 249 182 / 608 776 271

Correo electrónico:

General: contacto@chrysallis.org.es; prensa@chrysallis.org.es

Andalucía: andalucia@chrysallis.org.es

Aragón: aragon@chrysallis.org.es

Madrid: madrid@chrysallis.org.es

Correo ordinario:

CHRYSALLIS. Asociación de Familias de Menores Transexuales

Calle Mayor, 8 – 3º Derecha

09240 Briviesca (Burgos)

La edición de la guía original en inglés fue financiada por el Child Health Center Board, Children's National Medical Center.

Los derechos de autor (Copyright ©) están reservados por Children's National Medical Center, Washington, DC, EEUU.

En su versión original, en inglés y sin adaptación, esta guía puede ser bajada del sitio web

<http://childrensnational.org/~media/cnhs-site/files/departments/gender-and-sexuality-development-program/gvparentbrochure.ashx?la=en>

Outreach Program for Children with Gender-Variant Behaviors and Their Families

Catherine Tuerk, M.A., R.N., C.S., Edgardo Menvielle, M.D. and James de Jesus

Children's National Medical Center

111 Michigan Avenue, NW Washington, D.C. 20010 Estados Unidos de Norteamérica (202)

884-2504

pgroup@cnmc.org

Antes que nada es muy importante resaltar lo que la “*American Academy of Pediatrics*” (Academia Americana de Pediatras) nos dice sobre la identidad de género en la primera infancia: “*En cualquier niño, la conciencia de ser un niño o una niña comienza en el primer año de vida. A menudo entre los 8 y los 10 meses de edad es cuando los bebés suelen descubrir sus genitales. Más tarde, alrededor del primer y segundo año de vida, los niños se hacen conscientes de las diferencias físicas entre niños y niñas; para antes de su tercer cumpleaños ya se etiquetan a sí mismos con facilidad como niño o como niña, pues a esta edad ya adquieren un fuerte concepto de su yo. A los 4 años la identidad de género de los niños es estable y saben que siempre serán un niño o una niña.*”.

También es necesario dejar claro lo que la “*American Psychological Association*” (Asociación Americana de Psicología) advierte: “*No sirve de nada obligar a los niños a actuar de un modo más acorde a su género biológico*”, porque cuando se les obliga a actuar de esa manera algunos caen en una depresión, en problemas de conducta o incluso llegan a tener pensamientos suicidas.

Algunos niños son diferentes en sus comportamientos de género

Antes de los tres años de edad los niños desarrollan intereses y preferencias que son típicos de su género. Llamamos a estas conductas “comportamientos de género típicos” porque los miembros de cada sexo las promueven. Por ejemplo, se espera que el niño disfrute del juego más activo y brusco y se identifique con héroes masculinos, en tanto que la niña tienda a actividades más delicadas como jugar con muñecas e imaginarse ser mamá. Antes de los cinco o seis años de edad, los niños son capaces de reconocer los comportamientos de género, tanto los que son típicos para cada uno de los sexos como los que no lo son.

Algunos niños se desarrollan de un modo distinto. Tienen intereses que son considerados típicos del otro sexo y a veces prefieren aparentar y actuar como si fueran del otro sexo. Por ejemplo, si un niño de siete años quiere vestirse de princesa y peinar a una muñeca como la Barbie™. O si una niña de seis años prefiere jugar con varones, se niega a vestir ropas que no sean *jeans* y camisetas y dice ser un chico. Llamamos a estas conductas *comportamientos variantes de género* porque son conductas que difieren de la expectativa social para cada género.

Los niños con comportamientos variantes de género muestran intereses y preferencias no acordes con las normas culturales generalmente aceptadas para cada uno de los géneros. *Cuando los comportamientos variantes de género se dan de forma generalizada, marcada y persistente*, hablamos de un *patrón de comportamientos variantes de género*. Es decir, en estos casos no nos referimos a niños en los que solo se observa un interés aislado y pasajero (por ejemplo, en caminar con los zapatos del padre si son niñas o de la madre si son niños), que dura solamente unos pocos días o semanas, sino a niños en los que el interés es intenso y persiste durante años.



¿Qué conductas son las que se ven comúnmente?

Cuando se advierte un *patrón de comportamientos variantes de género*, las primeras manifestaciones generalmente se detectan entre las edades de dos y cuatro años, a veces más temprano. En algún momento estos niños muestran algunos o muchos de estos rasgos:

El niño es atraído por las ropas, zapatos, estilo de cabello y maquillaje de mujer. Al participar en juegos de imaginación o de rol en los que emula a un personaje admirado, el niño se identifica con personajes femeninos como Barbie™, La Sirenita™, Blancanieves o Cenicienta. Hace como si tuviera el cabello largo, por ejemplo usando una toalla. Evita los juegos bruscos (incluyendo el fútbol u otros juegos de pelota, y los deportes de equipo) y a veces tiene un temperamento suave, sensible y artístico. Prefiere a las niñas como compañeras de juego. También puede expresar el deseo de ser una niña, o insistir en que en realidad es una niña.

La niña solo quiere vestir ropa masculina y llevar el pelo corto, y rehúsa vestir faldas, vestidos y trajes de baño de mujer. Tiende a rechazar los juegos que están asociados con ser una nena; en su lugar prefiere juegos que son considerados típicamente masculinos, como los muñecos de soldados o de superhéroes, y los coches y camiones de juguete. La niña tiende a identificarse con personajes masculinos y rehúsa asumir personajes femeninos en los juegos de imaginación o de rol. Por ejemplo, quiere ser "el papá" cuando juegan a las casitas, pero se niega a ser "la mamá". Prefiere a los varones como compañeros de juego, le gustan los juegos bruscos y los deportes de contacto

físico. Puede expresar el deseo de ser niño, insistir en que es realmente un niño y agrado cuando alguien la toma por uno.

Algunas conductas que se observaban con mucha frecuencia antes de que el niño llegue a la edad escolar a veces se tornan menos frecuentes una vez que el niño se relaciona más con sus pares en el ambiente de la escuela. Dicha disminución en los comportamientos observados suele indicar **que a medida que madura y experimenta la crítica de sus pares, el niño suprime o disimula algunas conductas para poder pasar desapercibido.**

¿Por qué ocurre esto?

Los comportamientos variantes de género no son nuevos. Estas conductas han sido descritas a lo largo de la historia y en muchas culturas diferentes. En el pasado, los psicólogos y expertos en desarrollo infantil creían que tanto los comportamientos de género típicos como los comportamientos variantes eran principalmente el resultado de las experiencias vividas por el niño. Hoy en día muchos expertos están de acuerdo en que los comportamientos de género tienen un origen biológico. Obviamente, el contenido específico de los roles masculinos y femeninos debe ser aprendido por todos los niños, pero los niños que varían en sus comportamientos de género parecen estar *biológicamente predispuestos* a asumir aspectos de los roles típicos del otro sexo. En el pasado algunos expertos sostenían que el desarrollo de estos niños era anormal, pero hoy en día muchos concluyen que estos niños *son chicos y chicas normales*, del mismo modo que los niños que desarrollan zurdera son normales.

Aunque la ciencia tiene todavía que identificar las causas, sabemos que los comportamientos variantes de género no son causados por la forma de actuar de los padres o por acontecimientos de la infancia, tales como el divorcio, el abuso sexual u otras experiencias traumáticas. Ni los comportamientos variantes de género ni los típicos son voluntarios. Ambos representan lo que le viene naturalmente al niño en particular. No son causados por un trastorno mental o conflicto psicológico; sin embargo, dados los prejuicios sociales, estos niños experimentan rechazo, críticas y maltrato, actos que pueden predisponer a dificultades psicológicas.

Se están desarrollando extensos estudios para determinar el origen de la transexualidad. Primero en Australia (en el Instituto del Príncipe Enrique de Clayton y la Universidad de Melbourne), más tarde en España (la UNED, el Hospital Clinic de Barcelona, la Universidad de Barcelona y el Instituto IDIBAPS) y en los EEUU (en el Boston Children's Hospital). Todas estas investigaciones y estudios demuestran que la transexualidad tiene un origen biológico. Los investigadores son unánimes al afirmar que el cerebro de las mujeres transexuales presenta signos de feminización y el de los hombres transexuales signos de masculinización. Las investigaciones apuntan a que esta diferencia puede establecerse en la 7ª u 8ª semana de gestación, cuando las hormonas sexuales inherentes a los cromosomas X y Y comienzan a feminizar o masculinizar (respectivamente) el cerebro y el cuerpo del feto.

¿Cómo puedo saber si mi hijo es transexual?

Entre los niños con comportamientos variantes de género están los niños transexuales. La diferencia de estos con el resto de niños variantes de género a veces se difumina, pero básicamente consiste en que los niños transexuales se identifican con el otro sexo. Y esto, ¿qué significa? Veamos las diferencias:

Un niño variante de género puede querer jugar con muñecas, disfrazarse de princesa y maquillarse, jugar habitualmente con otras niñas y rechazar los juegos violentos, adquirir gestos femeninos. Si el “niño” es transexual puede querer además que lo traten como una niña, jugar adoptando siempre el rol femenino (soy la princesa, soy la profesora, soy la mamá, etc.), vestir como niña para que cuando lo miren vean a una niña, decir que le sobra el pene; pueden llegar a pretender quitárselo o preguntar que cuándo dejará de tenerlo, desear despertarse como niña, rezar por que se haga un milagro y se convierta en niña. Todo ello son muestras de que su identidad es de niña y nos estaríamos refiriendo a **una niña transexual**.



Una niña variante de género puede querer jugar al fútbol y otros deportes de contacto, disfrazarse de superhéroe, rechazar la ropa de niña, las faldas, los colores rosas, jugar habitualmente con otros niños, ser ruda, directa, poco coqueta y presumida. Si la “niña” es transexual puede querer además que la traten como un niño, que se dirijan a ella en masculino, jugar adoptando siempre el rol masculino (soy el Zorro, soy el papá, soy el profesor, etc.), vestir como niño para que cuando lo miren vean a un niño, decir que le crecerá el pene, no querer tocarse sus genitales cuando se baña (negándolos), pedir ser un niño y autoadjudicarse un nombre de niño. Estos ejemplos nos dicen que su identidad es masculina, por lo que nos estamos refiriendo a **un niño transexual**.

Sin embargo, hay ocasiones en las que los niños no verbalizan de manera clara su identidad sexogenérica, bien por temor a ser rechazados por su entorno o porque ellos no saben explicarse a sí mismos qué les ocurre y por qué no se sienten bien encasillados dentro de ninguno de los dos géneros. Por ejemplo: el niño que sabe que

es un niño porque así se lo han dicho y porque entiende que es lo que se espera de él, pero que cuando en clase se crean dos filas, “los niños aquí” y “las niñas aquí”, se queda parado e incómodo porque no se siente niño y no se sabe niña. Estos niños sufren mucho porque no comprenden qué les pasa y suelen necesitar un referente que les aclare su situación.

¿Qué puedo esperar en el futuro?

A la edad de cinco o seis años los niños empiezan a verse más influenciados por la presión social para adecuarse a los esquemas de género convencionales. Esta presión empuja al niño a modificar la apariencia de sus comportamientos para adaptarse a las expectativas sociales. Si se producen cambios aparentes en los comportamientos, estos son superficiales y no necesariamente reflejan el estado interior del niño. La presión externa de padres, maestros y terapeutas no es capaz de modificar las características esenciales de la personalidad, ya que el temperamento y otras características se asientan desde la infancia temprana. Más aún: el causar vergüenza al niño mina su confianza en sí mismo y afecta su autoestima. Como explicaremos más adelante con mayor detalle, **nos oponemos enérgicamente a las actitudes y a las terapias que presionan al niño para que cambie y se acomode a un estereotipo de cómo "se supone que un niño, o una niña, debe ser"**.

Tanto si su hijo o hija es transexual como si no, de adolescente y adulto podrá sentirse emocional y físicamente atraído por personas del sexo opuesto, del mismo sexo o de ambos sexos.

Como se explica al principio de esta guía, todos los niños que en su primera infancia se identificaban fuertemente con el otro sexo persisten en la adolescencia y adultez en esta incomodidad con su sexo biológico, ya que la identidad sexogenérica se hace estable a los cuatro años. No obstante, al igual que en el resto de niños, los matices son infinitos y puede ocurrir que de mayores sean transexuales, llegando a hormonarse e incluso a someterse a cirugías de reconstrucción genital (CRS) para adecuar su cuerpo a su identidad sexual, o puede ocurrir que sean transgénero, es decir, que viven en el rol del otro sexo pero sin necesidad de adecuar su cuerpo.

A veces la persona transgénica no se identifica completamente con ningún género y se siente "fuera de las categorías convencionales de género". A esto se le denomina “*gender-queer*”. Si bien esto se da en los niños variantes de género que en su primera infancia no reclamaron como propio el sexo opuesto al que se le asignó al nacer.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo o hija?

Una autoestima saludable es vital para el desarrollo de la capacidad para resolver los desafíos que la vida presenta. En la mayoría de las sociedades y culturas las personas que varían con respecto a los esquemas de género convencionales son estigmatizadas. Las hostilidades a que da pie este estigma pueden causar desgaste emocional en el

niño y dificultar el desarrollo de su autoestima. Sin el apoyo de los padres el niño puede llegar a creer que merece ser estigmatizado. Para contrarrestar los efectos negativos del estigma social los padres deben demostrar una *actitud afirmativa*. Deben comunicarle al niño que lo aceptan y respetan tal como es.

En general, se observa una diferencia en el nivel de autoestima de los niños y de las niñas. Las niñas con intereses masculinos y los niños transexuales tienden a tener mejor autoestima que los varones con intereses femeninos y las niñas transexuales. Esto quizá se deba a que el tabú social es mucho mayor para los niños "femeninos" que para las niñas "masculinas".

➤ **Quiera a su hijo o hija tal como es**

Como todo niño su hijo o hija necesita amor, aceptación y comprensión. El niño con comportamientos variantes de género a veces necesita este apoyo de un modo especial. Cuanto más críticos sean sus pares y la sociedad, más necesitará del apoyo y de la aceptación de sus padres y familiares.



➤ **Cuestione las presunciones tradicionales**

No acepte automáticamente las ideas tradicionales sobre los roles de los géneros, la identidad sexogenérica y la orientación sexual. Aprenda a separar los juicios de la sociedad del amor que usted siente por su hijo. No permita que los prejuicios sobre lo que "está bien" y lo que "está mal" se interpongan entre usted y su hijo.

➤ **Cree un entorno donde el niño se sienta a salvo**

Los niños son mucho más resistentes y capaces de soportar desafíos cuando sienten que sus padres están de su lado. Hágale saber a su hijo que usted lo ama tal como él es. Comunique a los demás que usted ama a su hijo incondicionalmente y comunique a su hijo que usted estará siempre a su lado para darle apoyo. Muchos chicos con rasgos variantes de género experimentan aislamiento social y sufren maltrato por parte de otros. Su hogar puede ser el único espacio donde el niño se pueda sentir a salvo de las actitudes de censura y la hostilidad. Cree una atmósfera de aceptación en su hogar para que su hijo pueda expresar sus intereses libremente.

En el caso de que su hijo sea transexual, ayúdele a ser aceptado en la sociedad con su verdadera identidad sexogenérica (la que él o ella percibe como propia). Informe a todos los que estén en contacto con el niño sobre la variedad sexogenérica: a los profesores, a la familia, a los padres de sus amigos, etc.

➤ **Aliente actividades que gozan de aceptación social**

Oriente a su hijo hacia actividades que le ayuden a "encajar" socialmente respetando sus preferencias. Estas actividades pueden ser gimnasia, natación, informática o teatro para niños, así como programas de atletismo, competición o aventuras de campamento para las niñas. Recuerde siempre alentar actividades que su hijo disfruta y para las cuales tiene un don natural. No fuerce actividades que su hijo siente como impuestas.

Si su hijo es transexual no necesitará encajar para sentirse aceptado, pues vivirá naturalmente en el género con el que se identifica.

➤ **Haga que su hijo o hija se sienta valorado**

Hable con su hijo sobre el hecho de que hay más de un modo de ser niño o niña. Enfatique que cada persona es diferente y evite usar aseveraciones tales como "el juego de muñecas es de niñas", "tienes que jugar a la pelota porque eres niño" o "deberías aprender a comportarte como una señorita". En lugar de usar generalizaciones que son falsas, explique que aunque la mayoría de los niños no están interesados en muñecas, hay niños que sí lo están ¡y eso también está bien! Lo mismo ocurre con las niñas: no todas las niñas se interesan en jugar a ser mamá, algunas prefieren jugar a los soldados.

Hable con su hijo abiertamente y con calma acerca de sus intereses y comportamientos. Haga que su hijo reconozca que él es *diferente* en términos positivos. Use frases como: "eres único" o "eres única". Háblele de cómo uno se puede sentir al saberse diferente de los demás. Asegúrele que él no es el único en el mundo. Entrevistas de adultos que fueron niños con rasgos de género variantes revelan que la mayoría de ellos recuerda haberse sentido diferente desde una edad temprana. También sintieron que esta diferencia era considerada indeseable. La soledad de su secreto y la vergüenza a la que fueron sometidos por "ser diferentes" les causó un gran sufrimiento. Debemos evitar que nuestros hijos pasen por lo mismo. Ayude a su hijo a comprender que, aunque no todo el mundo lo entienda o demuestre respeto, el que uno sea distinto o le gusten cosas diferentes no es razón para avergonzarse, sino una cualidad única y positiva. Si su hijo no

confía en que usted lo quiere tal como es, no va a sentirse comprendido y no va a mantener una comunicación abierta con usted.

➤ **Busque recursos de apoyo**

Algunos libros y videos infantiles pueden ser muy útiles para abordar estos temas con su hijo. Si es posible, téngalos en su casa, y pida que estén disponibles en la biblioteca de la escuela (véase *Libros y videos útiles*, pág. 15). Si su hijo se aísla de sus pares porque no es comprendido o aceptado, advierta que es doloroso pero que no es su culpa. Asegure a su hijo que cuando crezca va a tener amigos que compartirán sus intereses. Cultive amistad con otras familias que tengan una mentalidad abierta y una actitud tolerante y de aceptación hacia todo tipo de diferencias.

➤ **Hable con otras personas importantes en su vida**

Incluya a sus otros hijos en tantas conversaciones sobre comportamientos variantes de género como sea posible. A los otros hermanos les puede ser difícil aceptar un hermano o una hermana con estas características. Los hermanos pueden sentirse avergonzados y volverse insultantes o agresivos. Esto también es un desafío para ellos y necesitan su ayuda para entender sus propios sentimientos. También el desafío afecta a otros familiares. Hable con sus familiares cercanos, con niñeras y con amigos de la familia. Comuníqueles cuáles son las necesidades de su hijo y qué es lo que usted espera de ellos. Pida a sus familiares que lean este folleto.



➤ **Prepare a su hijo o hija para enfrentar el maltrato por parte de sus pares**

Explique a su hijo o hija que él o ella probablemente va a encontrar críticas y probablemente será objeto de burlas y ataques, y explíquele el porqué. Pregúntele

qué le haría sentirse más seguro y dígame que le pida ayuda a usted y a otros adultos en posición de autoridad. Haga que su hijo sepa que él no merece ser rechazado, maltratado o acosado.

De vez en cuando aliente a su hijo o hija a que le cuente si lo critican, maltratan o asedian; los niños que son verbalmente o físicamente agredidos por sus pares a menudo están asustados o se sienten demasiado avergonzados para hablar del tema. Sería ideal si su hijo le contara a usted lo que le pasa, pero no espere que su hijo o hija siempre vaya a expresar lo que le pasa o siente. Esté atento a posibles señales que puedan indicar que su hijo o hija tiene problemas. Estos signos incluyen el negarse a ir a la escuela, el no querer salir fuera de la casa, el quejarse de dolores y molestias sin causa física y el llorar excesivamente o sin un motivo obvio.

➤ **Anticipe problemas y trate de prevenirlos activamente.**

Quizás usted quiera anticiparse a los problemas y hablar con el personal de la escuela por adelantado, antes de que la escuela pida su presencia. Hable con el maestro de su hijo o con quien corresponda, ya sea el director de la escuela, el consejero o tutor. Exija que el maestro fomente una atmósfera de tolerancia donde su niño esté a salvo de juicios negativos. Insista en que la escuela imponga una política de combatir burlas y agresiones. No presuponga que la escuela entiende de este tema; puede ser necesario que usted oriente al personal docente. Compartir este folleto con la escuela puede ser una buena manera de empezar.

¿En qué trampas debo evitar caer?

➤ **Evite provocar culpa.**

No culpe al niño, a usted mismo o a su cónyuge. Los comportamientos variantes de género de su niño son el producto de cómo la naturaleza creó a su hijo. Estas características no fueron causadas por usted y no pueden ser cambiadas por ninguna persona. De hecho, si usted se preocupa por que su hijo cambie, se perderá la oportunidad de disfrutar cosas maravillosas de la niñez de su hijo y no obtendrá las recompensas que una actitud de afirmación por parte de los padres trae a la larga. Su niño necesita ser él mismo tanto como cualquier otro chico. No se trata de un acto de desafío; simplemente está siguiendo sus propios instintos.

➤ **Evite presionar a su hijo o hija para que cambie.**

Evite toda acción diseñada para presionar a su hijo para que cambie. De hecho, la presión social sola empuja al niño a esconder sus intereses y suprimir su espontaneidad. Esto se intensifica si el niño cree que debe ser diferente de cómo es para ser aceptado y querido por sus padres. Al presionar, los padres le comunican que es preferible actuar de una manera que no es natural en lugar de ser auténtico y coherente con uno mismo. No compare negativamente a su hijo o hija con un hermano u otro niño; esto solamente tendrá un efecto perjudicial para los dos niños.

Recuerde lo que dijo a este respecto el catedrático de Psicología de la Universidad de Salamanca, Félix Sánchez: *“Es necesario hacer una propuesta de cambio de la tipología del maltrato. Cuando no se acepta a un niño con problemas de identidad, porque es transexual, todavía no le pasa nada a los padres, cuando eso es más grave que una paliza”*.

➤ **Evite culpar a la víctima.**

No trate de restar importancia a las agresiones que el niño experimente, ni tampoco le diga que es algo que él debe aprender a aceptar. El ser diferente no valida la intolerancia basada en prejuicios. No reproche a su hijo por la crueldad de otros. Nadie merece ser maltratado. Cuando usted sepa de un acto de agresión hacia el niño, trate de averiguar qué pasó y ayude al niño a planear cómo responder en el futuro.

¿Cómo manejo mis propios sentimientos como padre o madre?

➤ **Examine sus propios sentimientos y aprenda a aceptar a su hijo o hija.**

Usted y sus familiares pueden sentir incomodidad y vergüenza por los comportamientos de su hijo. Esto es usual al principio; sin embargo, satisfacer las expectativas de la sociedad no es tan importante como darle el apoyo necesario a su hijo para que conserve su dignidad. Desafiar los prejuicios sociales y modificar nuestra conducta para ser un mejor padre o madre puede ser un gran reto. Más aún, en un principio es natural sentir que estos consejos van en contra de lo que usted haría intuitivamente.



Puede ser que usted tenga que modificar sus expectativas de cómo su hijo iba ser. Es común que los padres experimenten las emociones asociadas con el proceso de duelo ante una pérdida, tales como el "shock", la negación, el enojo y la desesperanza. Estos sentimientos son parte del proceso que idealmente a la larga lleva a la aceptación. Es muy importante que usted se esfuerce por llegar a una aceptación.

➤ **Busque apoyo.**

Busque apoyos para usted, su hijo y su familia. Si usted está experimentando demasiado estrés, con signos de excesiva preocupación, pérdida de sueño, ansiedad o irritabilidad, busque apoyo profesional. A veces dos padres pueden estar en desacuerdo sobre cómo criar a cualquier niño y más aún sobre cómo criar a un niño con comportamientos variantes de género. Si usted y su pareja tienen ideas radicalmente contrarias, busquen terapia de pareja o terapia de familia. Este tipo de intervención, al proporcionar un espacio neutral en el que dos padres puedan resolver sus diferencias, permitirá que su comunicación sea más efectiva. Recuerde que usted no está solo o sola y que tampoco lo está su hijo o hija. Sin embargo, no se desaliente si es difícil encontrar en su comunidad otras familias en circunstancias similares y personas que no comulguen con el estigma de la sociedad.

Lamentablemente, muchas veces es difícil encontrar apoyo. Usted puede considerar unirse a un grupo de apoyo de padres o comenzar uno en su comunidad. A pesar de la aprensión inicial, muchos padres y madres han descubierto que los grupos de apoyo pueden ser de mucha ayuda.

¿Cómo sé si mi hijo o hija necesita ayuda profesional?

Busque ayuda profesional si su hijo o hija está ansioso, deprimido, enojado o hiperactivo. Si su hijo muestra signos de conductas suicidas o autodestructivas busque ayuda profesional inmediatamente. Puede ser útil buscar terapeutas que estén capacitados en técnicas para que el niño desarrolle estrategias que le permitan manejar las situaciones de maltrato por parte de pares. Este tipo de terapia se conoce como *adiestramiento para desarrollar competencias sociales*. Los niños que son muy tímidos y que tienen dificultad en establecer amistades también se pueden beneficiar de este tipo de terapia.

➤ **¿Cómo encuentro al terapeuta adecuado?**

Hay terapeutas que son competentes en temas de infancia pero no son necesariamente competentes para tratar a estos niños, así que usted debe transformarse en un consumidor informado y seleccionar al profesional prudentemente. Una señal de alerta es cuando el terapeuta parece enfocar las conductas del niño como "el problema", en lugar de concentrarse en ayudar al niño a hacer frente a la intolerancia y en guiar a los padres para que lo apoyen y protejan. En el pasado, los profesionales usaban el diagnóstico llamado "trastorno de identidad de género". Este enfoque es incorrecto porque implica que el niño tiene un trastorno mental. De acuerdo a este enfoque algunos profesionales

recomendaban técnicas para cambiar las conductas. **Estas técnicas pueden ser perjudiciales para estos niños y deben ser evitadas, ya que pueden provocarles verdaderos trastornos de personalidad y conducta, como depresión crónica, TOC (trastorno obsesivo compulsivo), etc.** Pregúntele al terapeuta que va a ver a su niño qué enfoque utiliza para tratar niños con estas características. Háblele al terapeuta de lo que usted ha aprendido en este folleto y vea cómo reacciona. Asegúrese de que la guía y el apoyo para ustedes, los padres, es una parte fundamental de las sesiones. Preocúpese si las sesiones solamente se dirigen al niño, o si no atienden sus preguntas sobre cómo comportarse como padre o madre, y si no les proporcionan ideas para ayudar a su hijo o hija.

