

¿Quién soy yo?



Por: Sandra Medina.

Un NNA (niño, niña y adolescente) con una identidad clara, siempre será una zona segura, no atraerá ni será presa fácil para un abusador o depredador.

Todos los seres humanos nacemos y hemos venido a este mundo con un diseño especial y original que necesita ser descubierto y encaminado hacia la realización del ser de forma integral. En este sentido, existen dos necesidades básicas que requieren ser suplidas, estas son el amor y la aceptación, dos conceptos que se forman en la mente y el corazón del NNA durante la etapa de la infancia y la niñez y se consolida durante la adolescencia creando la identidad de ser lo que ayuda a responder a esta gran pregunta, ¿Quién soy?

No saber quiénes somos nos afecta y se irradia en nuestros comportamientos y decisiones, lo que nos hace altamente vulnerables, frágiles, y propensos a aceptar lo que los demás digan que somos, tendremos baja autoestima y permitiremos que

otras personas nos utilicen, caminaremos al son que otros pongan en nuestras vidas y seremos presa fácil de abusadores, depredadores y de personas o de situaciones tóxicas y destructivas. Cuando no sabemos quiénes somos, no sabemos de dónde venimos, para que estamos aquí y hacia dónde vamos; Esta es una pregunta que rodea la vida de muchas personas, en especial, la de aquellas que durante la etapa de infancia y niñez no fueron orientadas y afirmadas en su identidad de forma adecuada y positiva.

¿Quiénes son los responsables de afirmar la identidad del NNA? Los responsables son todas aquellas personas que tienen el compromiso de orientar y crear vínculos positivos y de respeto con los NNA, estos son los padres, cuidadores, docentes y en otro aspecto el entorno socio cultural en el que se desenvuelve el NNA.

La labor de afirmar la identidad en el NNA requiere, por parte de los responsables, interés, compromiso y el deseo de relacionarse con afectivamente con ellos. Ayudarles a conocer como trabajar en la identidad de sus hijos es nuestro propósito y por ello les tenemos varias recomendaciones apoyarán su tarea.

Primero, somos seres creados, no somos fruto de una equivocación de una mala decisión o de la mala suerte: fuimos creados en amor con una imagen y diseño perfecto, cada NNA necesita saber que es una creación especial, que es imagen de su Creador, quién le conoció desde antes de la existencia del mundo, le amó y le formó tal y como es para un propósito específico; con una mente para pensar, emociones para sentir, voluntad para decidir y un cuerpo para cuidar y amar, todo NNA necesita escuchar durante su niñez que:

Es demasiado importante para su Creador y para sus padres y familiares.

Que su cuerpo es sagrado, nadie tiene acceso a él, más que él mismo, y tiene partes íntimas, pechos o senos, genitales (pene o vagina) y ano, que nunca deben ser tocados, acariciados por personas conocidas o desconocidas.

Que es amado desde la eternidad y que tiene un gran valor.

Segundo, cada NNA debe entender que es único e irreplicable: su ADN, aspecto físico, el iris de sus ojos, el timbre de su voz, su huella dactilar, sus dientes, su personalidad, sus dones y talentos etc. son únicos, y no se parecen al de ningún otro, cada uno es bello en su propia esencia, sello del Creador. Enseñarles autoaceptación y amor propio es el reto de los padres en la infancia de sus hijos; es profundamente importante que el NNA abrace su realidad, su vida y su verdad, con amor, esa es la base para crecimiento espiritual, emocional y físico.

Tercero, Todos los NNA vienen a este mundo, con cualidades, habilidades, dones y talentos únicos: el Creador ha puesto en cada uno de ellos su propósito en esta tierra, razón por la que los ha creado valiosos, competentes y capaces para los



distintos ámbitos de la vida. Los padres son responsables de descubrir junto con el NNA sus dones, habilidades y talentos, desarrollarlos y potencializarlos, para hacer de ellos seres productivos y útiles en la sociedad; así las cosas, podemos establecer que cada NNA necesita conocer que es valioso, competente y que está diseñado para cumplir un propósito único en la tierra, y que en el cumplimiento del mismo servirá a la humanidad en una forma especial y específica.

Cuarto, Somos seres independientes e interdependientes: cada NNA fue creado en amor y con capacidad de amar a través del servicio, motivarlos a servir a otros será fundamental en su etapa de crecimiento, esto les enseñará que todos necesitamos de todos, y que cada uno aporta su individualidad en el desarrollo de una comunidad; pequeños detalles de servicio en casa, en la escuela o en cualquier entorno seguro, harán que su autoestima y su valía se mantengan sanos.

Quinto, estará bien que el NNA hable y se exprese sobre cualquier cosa que no le haga sentir bien, la comunicación con sus padres y el entorno familiar de confianza es vital para un sano crecimiento emocional; sea positivo e identifíquese con sus sentimientos y emociones.

En resumen, es importante que cada NNA conozca desde su corta edad, que es un ser creado en amor con la imagen perfecta de su Creador, que es único, valioso, competente y con capacidad de servicio para brindar amor a su familia y/o a la comunidad. Estos factores harán que su identidad se afirme y que la gran pregunta de ¿Quién soy yo? la puedan resolver de forma clara, sobre la base del amor y la auto aceptación, lo que le permitirá enfrentar adecuadamente las duras realidades de violencia, abusos, indiferencia y dolor que cohabitan con nosotros en este mundo, por favor tome en cuenta las siguientes 10 recomendaciones:

Enséñeles la existencia de un ser superior, creador, que los conoció, los formó y los envió a su familia a ser su complemento perfecto.

Muéstreles las diferentes formas que existen para dialogar con ese ser superior.

Afirme todos los días a sus hijos en su belleza, personalidad y carácter, abrácelos y dígales cuanto los ama, lo importantes que son para usted y como cambiaron su vida desde que ellos llegaron.

Abrase a sus hijos por lo menos 12 veces al día: La conocida psicoterapeuta estadounidense Virginia Satir, afirmó que: “necesitamos cuatro abrazos diarios para sobrevivir. Ocho abrazos diarios para mantenernos y doce abrazos diarios para crecer”.

Pregúnteles como les fue en las actividades que realizan, el colegio, sobre sus amigos, sus experiencias, sus tareas etc., interésese por ellos, escúchelos y



propicie espacios de comunicación y de compartir con ellos de forma diaria. Esto les hará sentir importantes y valiosos.

Juegue con ellos y enséñeles a descubrir sus habilidades dones, esto les ayudará sentirse únicos.

Ayúdeles a descubrir sus habilidades, dones y talentos a través del juego, los cursos, las actividades diarias, allí descubrirán su potencial y los encaminarán a sentirse competentes y capaces en una o varias áreas.

Dedique tiempo para compartir con ellos y encaminarlos en las habilidades descubiertas. Esto les aportará seguridad.

Busque sitios, actividades o personas, en donde puedan servir en alguna actividad, esto les enseñará su valor y el de los otros. Muéstreles que todos hacemos parte de un cuerpo y cada uno tiene una función diferente, ayúdeles a descubrirla.

Enséñelos a detectar los sitios y entornos seguros, y asegúrese de mostrarle cual NO es un entorno seguro y qué hacer cuando se sienta en peligro, tales como una palabra clave, un teléfono, una pista, etc.