

## Ayudando a los niños en medio de una crisis

Estas sugerencias las hemos tomado de la Pg. 165 -176 *Sojourners: The Family on the Move*, A Book of Resources by Ruth J. Rowen & Samuel F. Rowen (1990). Farmington, Michigan: Associates of Urbanus.

### NO...

- Reírse y decirle que es tonto sentirse de esa manera.
- Ignorarlo y esperar a que solo desaparezca.
- Preocuparse demasiado por el temor y darle atención excesiva.
- Compararlo con los hermanos menores o hermanas que no tienen temores.
- Causar temores en el niño hablándole de todas las tragedias que están pasando en el mundo todos los días.
- Permitir que vea sus temores fuera de control. Los temores se actúan.
- Manifestarse muy aprensivo de tal manera que sus temores se hagan permanentes.

### SI...

- Escucharle cuidadosamente cuando casualmente mencione sus temores o cuando quiera hablar de ellos.
- Aceptar el hecho de que los temores son reales para él, aún los imaginarios. Permitirle tener esos sentimientos. Tanto sentimientos reales como imaginarios tienen la misma importancia.
- Educarlo de acuerdo a la situación Tal vez solo sea falta de información. Informarle de la situación, si tiene que ver con la escuela, amigos, comida, animales salvajes, etc. Lo desconocido causa temor. Use libros fotografías o videos para ayudarlo a entender mejor.
- Ayudarles y darles el apoyo necesario cuando atraviesan por periodos de temor. Algunos de ellos pueden durar semanas o varios meses; sin embargo durante este periodo, sea extremadamente sensible a los sentimientos del niño y de apoyo extra.
- Enséñele que Dios ha prometido estar con nosotros. Isaías 43: 5 dice "No temas porque yo estoy contigo." La promesa es que Dios estará con nosotros todo el tiempo – aún en las situaciones difíciles.
- Tiempo de oración con los niños. Sobre los temores.
- Déle muestras de amor y seguridad extra, durante este tiempo – aún tiempo familiar extra le puede beneficiar.
- Busque experiencias positivas, en relación con los temores, que puedan ayudar a disiparlos. Si su temor es a los perros, pase tiempo con el perro, que sea amigable. Permita al niño que empiece a jugar con el perro en su propia casa.
- Estén seguros los padres de que los dos están de acuerdo en como manejar la situación.
- Hable con otros padres de familia que tengan niños que hayan experimentado los mismos temores y pregúnteles como los manejaron.
- Consulte su pediatra si es necesario. El puede ayudarlo a encontrar la mejor manera de manejar ciertos temores que causan sueño o desordenes alimenticios. Algunas veces la enuresis y pesadillas son resultado de temores muy internalizados en el niño.
- Recuerde que todos los niños tienen temores mientras crecen. Algunos pueden desarrollarse como problemas más serios o no, dependiendo en gran manera en como los padres manejan la situación.
- Hable con los niños después de la crisis y permítales decir su historia y hablar de cualquier idea errónea, miedos, culpas, etc. Los padres pueden mostrar, a los niños, un punto de vista diferente sobre la crisis.

## Reacciones comunes de víctimas, según las edades.

**Pre-escolar:** Miedos y preocupaciones; problemas somáticos; juegos que tienen como tema la causa del trauma, compulsiones, regresión, ansiedad de separación, pesadillas y algunos trastornos de sueño.

**Escolares:** Miedos y preocupaciones, problemas somáticos; juegos que tienen como tema la causa del trauma, compulsiones, regresiones, ansiedad de separación, pesadillas y trastornos de sueño, fantasías, enojo, hostilidad y actitudes negativas, problemas interpersonales, fobias a la escuela, apatía y soledad, culpabilidad, tristeza crónica y depresión, baja autoestima.

**Adolescentes:** Miedos y preocupaciones, pesadillas y trastornos de sueño, fantasías, enojo, hostilidad y actitudes negativas, problemas interpersonales, fobias a la escuela y otros problemas escolares, apatía, soledad, culpa, cambios en la personalidad, tristeza crónica y depresión, baja autoestima, intelectualización, racionalización ansiedad, actitudes inconscientes.

Tomado de *Ayudando a Familias Traumatizadas* por C.R. Figley, 1989. Jossey-Bass Inc.

Reportar problemas a [MMCT](#)

Todas las paginas de este site © Copyright 2000–2003 por Mobile Member Care Team