

Concordia Seminary - Saint Louis

Scholarly Resources from Concordia Seminary

Crisis y luto

Recursos en español

1-1-1999

Crisis 2-Ayudar niños

Ignacio Jarero

Follow this and additional works at: https://scholar.csl.edu/crisis_y_luto



Part of the [Practical Theology Commons](#)

Recommended Citation

Jarero, Ignacio, "Crisis 2-Ayudar niños" (1999). *Crisis y luto*. 2.
https://scholar.csl.edu/crisis_y_luto/2

This Article is brought to you for free and open access by the Recursos en español at Scholarly Resources from Concordia Seminary. It has been accepted for inclusion in Crisis y luto by an authorized administrator of Scholarly Resources from Concordia Seminary. For more information, please contact seitzw@csl.edu.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS DESPUÉS DE UN EVENTO TRAUMÁTICO

Después de un evento traumático, los niños están particularmente en riesgo, debido a su alta vulnerabilidad, a su falta de entendimiento de lo que sucedió y a su dificultad en comunicar lo que sienten.

- * Abrácelos y tóquelos frecuentemente. Forme un escudo de amor alrededor de ellos.
- * Pase tiempo con sus niños, especialmente antes de que se duerman.
- * Reafirmeles frecuentemente que están juntos y a salvo.
- * Hable con ellos sobre el desastre de una forma simple y honesta. No minimice ni exagere la situación. Manténgalos informados de cualquier problema que los pueda afectar directamente.
- * Pregúnteles acerca de sus sentimientos sobre el desastre. Anímelos a que hablen sobre cómo se sienten, sobre sus miedos y preocupaciones, sobre lo que piensan. Si ellos no quieren hablar, pregúnteles como piensan ellos que otros niños se sienten.
- * Dígales a los niños como se sintió usted durante el desastre. Encontrará que sus sentimientos son compartidos por ellos, a pesar de su corta edad.
- * No les hable a los niños sobre los miedos de usted al futuro. Es importante para ellos que los adultos se muestren seguros o esperanzados de poder salir adelante.
- * No descargue en los niños sus miedos. No los mantenga a su lado o duerma con ellos, por ser Usted quien tiene miedo.
- * Acepte los sentimientos de sus niños. Si su hijo se siente con ganas de llorar, dígale que está bien que llore y exprese sus sentimientos. No intente cambiar los sentimientos de sus hijos. Sea un buen oyente.
- * Anímelos a que dibujen, coloreen, escriban o jueguen acerca del desastre. Esto le ayudará a los niños y usted entenderá como ven ellos lo sucedido.
- * Cuando hagan juegos referentes al desastre, anímelos a que le den al juego un final feliz, pues ellos están a salvo.
- * Mantenga las rutinas familiares. En la medida de lo posible, haga cosas conocidas para los niños, por ejemplo: contarles un cuento antes de dormirse, que duerman la siesta en la tarde.

Esto les proporcionará un sentido de seguridad.

- * De a sus hijos tareas productivas y apropiadas a su edad. Hágalos parte del esfuerzo familiar para responder a la adversidad.
- * Reconozca y premie con palabras de aceptación, cuando los niños se comportan responsablemente.
- * Tolere durante un tiempo (3 a 4 semanas) los comportamientos regresivos o agresivos.
- * No le haga a sus niños promesas que no pueda cumplir.
- * El tema de la muerte se debe de tratar concretamente. Decirles que la muerte es permanente y que causa una gran tristeza a los que nos quedamos vivos. No se le debe culpar al niño por la muerte de otros.
- * No les diga a los niños que los muertos están felices en el cielo con Dios. Los niños todavía no entienden este concepto y pueden desear morir para ir con esa persona.

Asociación Mexicana para Ayuda Mental en Crisis, A.C.
Cortesía del Dr. Ignacio Jarero, Ph.D.