

Comportamientos que se pueden presentar en los niños

- Sienten miedo al separarse de los adultos a quien les tienen mayor confianza.
- Son sensibles y lloran con facilidad.
- Les es difícil dormir solos
- Realizan juegos constantemente y de manera continua sobre la experiencia que vivieron.
- Vuelven a conductas que ya habían superado, como chuparse el dedo o mojar la cama.
- Se mantienen aislados o lejos de sus compañeros.
- Aumenta su agresividad y pueden presentar enojo constantemente.



Imagen recuperada de:
http://4.bp.blogspot.com/-OhJM3LQr3PU/Vor1-KCJxwI/AAAAAAAAEGpc/FLMmo7_aLn0/s1600/8.jpg

Tomando en cuenta la información proporcionada, reflexione lo siguiente:

- ¿ Cuál fue su reacción ante el sismo del 19 de septiembre ?
- ¿ Cuál sería ahora su plan de acción ante un desastre de la misma naturaleza ?
- ¿ Difiere en algo su plan actual con la reacción que tuvo ante el sismo ?
 - ¿ En qué ?

Referencia

Bascuña, C. y Morales F. (2015). Rearmemos la vida de los niños y niñas. Guía para la familia. Santiago. UNICEF.

Adaptado por:

Alumnos de la Facultad de Psicología, UNAM.



Si considera que necesitas ayuda psicológica, puede llamar a los siguientes teléfonos:

4161 6041
5622 2288



Imagen recuperada de:
<http://2.bp.blogspot.com/-UvnOokOINWU/UJqdlH-DQhI/AAAAAAAAAJk/rf6YpTtc3cU/s1600/images.jpg>



imagen recuperada de:
<http://imagenesdefamilia.com/wp-content/uploads/2016/11/dibujo-de-una-familia-feliz-unida.jpg>

Rearmemos la vida de los niños y las niñas

Este material tiene como objetivo informar a los padres de familia sobre el manejo emocional y preventivo consecuencia de una situación de sismo con sus hijos de edades entre 6 y 12 años

Cuando ocurren experiencias tan fuertes como una emergencia o catástrofe, a todos nos afecta, el miedo y la angustia son las emociones que experimentamos todos. Sin embargo, los niños y las niñas, pueden tener más secuelas después de vivir experiencias que afecten su rutina cotidianas, por ello, es importante que como adultos se tomen en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Estar tranquilo para poder transmitir seguridad.
- Estar atentos en las reacciones de los niños y las niñas después de la catástrofe, para así, poder ayudarlos.



Imagen recuperada de: <https://i.pinimg.com/originals/b3/57/91/b357911ea7882d7d75500a73a0e10bd8.jpg>

- Las reacciones que tendrá un niño o niña después de vivir una experiencia de emergencia dependerán de su edad, cómo vivió la experiencia y los efectos que esta haya tenido sobre su vida cotidiana.



Imagen recuperada de: https://www.istockphoto.com/mx/vector/caras-de-los-ni%C3%B1os-gm519486815-50054196?esource=SEO_GIS_CDN_Re-direct

Algunas de las recomendaciones que podemos seguir son:

Dificultades para dormir:

- Dejarlo dormir con la persona de la que no desea separarse
- Dejar la luz prendida.
- Estar pendiente si el niño despierta.

Fuerte necesidad de estar acompañado por algún adulto:

- Abrazarlo cuando este asustado.
- Demostrar cariño
- Separarse poco a poco, sin dejar de mantener contacto con el niño.

Imagen recuperada de: http://www.soupaisolteiro.com.br/wp-content/gallery/Yannick---ingles/13247934_1051193941620479_4789704666182892493_o.jpg



Imagen recuperada de: <https://www.escolaelanube.com/bits-acciones/>

Dificultades al hacer del baño (cuándo y dónde hacerlo):

- No castigarlo por este accidente.
- Generar un ambiente de calma.
- Evitar darle líquidos en la noche.
- Llevarlo al baño antes de ir a dormir.
- No mencionar lo sucedido con otras personas.

Dificultades en la escuela (Eje. no querer hacer la tarea o ir a la escuela):

- Motivarlo a ir a la escuela.
- No castigarlo por errores.
- Establecer un horario fijo para estudiar.



Imagen recuperada de: <http://profrapreesco.blogspot.mx/2015/>

Actitudes o comportamientos que ya había superado (Eje. hablar como bebe o pedir un chupón o sonaja):

- Buscar distracciones.
- Mostrar comprensión hacia lo que le ocurre.
- Animarlo a que deje de realizar esas conductas.