



ESCUELA DE PSICOLOGÍA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

Con la colaboración de:



GUÍA PARA EDUCADORAS Y TÉCNICAS AUXILIARES DE PÁRVULOS: ¿CÓMO ABORDAR LA ACTUAL CRISIS SOCIAL CON LOS NIÑOS Y NIÑAS?



AUTORAS
CHAMARRITA FARKAS
MARIGEN NAREA
MARÍA PÍA SANTELICES

**ACADÉMICAS ESCUELA DE PSICOLOGÍA UC
OCTUBRE 2019**

1

¿CUÁL ES EL IMPACTO QUE TIENEN SITUACIONES DE CRISIS SOCIAL, ACOMPAÑADAS DE HECHOS DE VIOLENCIA, EN UN NIÑO(A) PEQUEÑO(A)?

Los niños(as) pequeños(as) son más vulnerables frente a conflictos sociales graves, ya que no siempre entienden lo que sucede, pero perciben la tensión en el entorno, y eso les puede generar inseguridad, miedo o angustia. Al mismo tiempo, tienen una gran capacidad de adaptación y de aprendizaje, existiendo posibilidades reales de mitigar los efectos negativos asociados a situaciones de crisis.

El impacto no será igual en todos los niños(as), dependerá de su edad, sus características personales, la reacción de los adultos cercanos y la restitución de la normalidad.

2

¿ES ESPERABLE OBSERVAR QUE LOS NIÑOS Y NIÑAS MUESTREN ALGÚN TIPO DE REACCIÓN?

Es absolutamente esperable que en un inicio se den ciertas reacciones, que son normales. A través de ellas el niño o la niña van elaborando lo que sucede, y se espera que estas vayan disminuyendo con el paso del tiempo. Estas reacciones además van a ser distintas, dependiendo de la edad del niño o niña, de su capacidad de entender y procesar lo sucedido, de sus recursos emocionales y del lenguaje. Además, un niño(a) puede reponerse más fácilmente frente a lo vivido, mientras que otro(a) puede sentirse mucho más indefenso(a) y con menos recursos para manejar la situación, lo cual requiere un mayor apoyo de los adultos.

Además, un niño(a) pequeño(a) es muy sensible, y reacciona como un "espejo" frente a las emociones y reacciones que ve en sus padres, en el personal educativo y en otros adultos cercanos. Por ejemplo, si los adultos están demostrando mucho miedo, angustia, o estrés, el niño o niña se sentirá de la misma manera. Es por esto que es importante hacer el esfuerzo de mostrarse calmados(as) frente a los niños y niñas y así ellos(as) se sentirán protegidos(as) y tranquilos(as).

2

3

¿CUÁLES SON LAS REACCIONES NORMALES QUE UN NIÑO(A) PEQUEÑO(A) PUEDE PRESENTAR EN ESTAS SITUACIONES DE CRISIS?

Algunas de estas reacciones, según la etapa de desarrollo del niño o niña, pueden ser:

BEBÉS (0 A 2 AÑOS)

- Dificultades en el sueño (el bebé despierta más seguido, duerme menos, o aparecen terrores nocturnos).
- Aumento o disminución del apetito.
- Mayor irritabilidad (por ejemplo el bebé llora más o hace más pataletas).
- Mayor dependencia del adulto (querer por ejemplo estar más en brazos).

NIÑOS(AS) ENTRE 2 Y 3 AÑOS

- Dificultades en el sueño (el niño(a) no quiere acostarse, le cuesta dormirse, no quiere dormir solo(a), o se despierta varias veces durante la noche).
- Mayor irritabilidad (el niño(a) se ve más nervioso, se enoja y hace pataletas más seguido).
- Expresiones de miedo y angustia, asustarse sin motivo, llanto injustificado.
- Mayor dependencia del adulto (por ejemplo no querer separarse del adulto).
- Aparecen conductas regresivas (por ejemplo nuevamente comienza a orinarse, empieza a hablar como guagua, o deja de hablar).
- Síntomas físicos como mareos, dolor de cabeza, vómitos, o palidez.

NIÑOS(AS) ENTRE 4 Y 5 AÑOS

- Además de lo ya descrito para el niño(a) de 2 y 3 años, se puede observar:
- Dificultad para concentrarse en sus actividades cotidianas.
 - Realización de juegos o dibujos repetitivos y monotemáticos.
 - No querer ir al jardín infantil o colegio.

4

¿Y CUÁLES REACCIONES NO SON NORMALES Y REQUIEREN APOYO PROFESIONAL?

También hay que estar alerta a otras señales que pueden necesitar la consulta a un profesional especialista.

- Las reacciones descritas anteriormente se mantienen en el tiempo, o aumentan.
- Se da una pérdida del apetito sostenida, y una baja significativa de peso en el niño(a).
- Además, hay algunas reacciones específicas a la edad del niño(a):

BEBÉS (0 A 2 AÑOS)

- El bebé presenta vómitos, náuseas, y/o rechazo de la comida.
- Se ve demasiado pasivo o, por el contrario, muy inquieto.
- Desconoce o rechaza al padre o la madre.
- Evita mirar a los ojos, tiene una mirada perdida, o se balancea constantemente.

NIÑOS(AS) ENTRE 2 Y 3 AÑOS

- Aparecen pesadillas recurrentes.
- Se altera su juego (siempre juega a lo mismo, no juega, juegos agresivos).
- Se ve constantemente asustado, angustiado o estresado.
- No expresa emociones, muy pasivo, falta de "alegría", ánimo triste.
- Autoagresiones, o ideas de querer morir.

NIÑOS(AS) ENTRE 4 Y 5 AÑOS

- Además de lo ya descrito para el niño(a) de 2 y 3 años, se puede observar:
- Incremento de conflictos sociales con pares.
 - Actitud rebelde y desafiante frente a padres y profesores(as).
 - Poco interés por las actividades cotidianas (juego, interacciones sociales y rutinas diarias).

5 ¿QUÉ PUEDO HACER PARA AYUDAR A LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA SALA?

CONTENCIÓN

Lo que más necesitan los niños(as) es la cercanía y contención física. En la medida en que el adulto esté tranquilo(a) y calmado(a), el niño(a) se sentirá más seguro y protegido.

¿Qué hacer?

- Según su edad, tomar al bebé en brazos o abrazar al niño(a) cuando se le nota tenso(a) o angustiado(a); también el hablarle y cantarle puede ayudarlo(a) a tranquilizarse.
- Mientras más pequeño(a) es el niño(a), más necesitará una actitud de contención corporal (no verbal), acompañada de palabras dulces y simples que busquen calmar su estrés.
- En el contexto de salas cuna, puede que se requiera mayor apoyo de las(os) educadoras y técnicos para contener a los bebés a través de la cercanía física, los abrazos, y el estado calmo de los adultos. Es normal que se perciba mayor necesidad de los bebés de contacto físico y está bien darlo, los niños(as) se irán sintiendo cada vez más seguros y se va a ir normalizando la rutina poco a poco.

MANEJO DEL LLANTO Y PATALETAS

Es importante entender que un aumento de reacciones como llantos y pataletas, son normales frente a eventos estresantes, ya que es la forma en la cual un niño(a) pequeño(a) puede expresarse. Por tanto no es bueno retarlo, ni tampoco dejarlo llorar, ya que el llanto es una expresión de necesidad. El niño(a) necesita de una actitud cálida, comprensiva y que le transmita tranquilidad. Es importante reconocer que sus emociones son válidas y que nuestro rol como adultos es acompañarlos y ayudarlos a regular el desborde de sus emociones.

¿Qué hacer?

- Acogerlo, tomarlo en brazos o abrazarlo hasta que el niño o niña se calme.
- Si no puedes atenderlo de manera inmediata, puedes hablarle e incluso cantarle.
- En el momento de la pataleta se recomienda calmarlo con palabras suaves como "tranquilo(a), entiendo que estés enojado(a)... yo estoy aquí para calmarte...", acompañado de contacto físico.
- Si el niño(a) no deja que lo(la) toquen, se puede decir con voz tranquila "bueno, me quedaré a tu lado acompañándote hasta que te calmes". Esperar un rato y preguntar "¿estás más tranquilo(a) ahora?" e intentar abrazarlo(a), calmarlo(a) con afecto físico y palabras tranquilizantes.
- No lo retes ni le digas que se está "portando mal". Recuerda que la pataleta es una expresión de sentimientos que al niño(a) le cuestan manejar.
- Una vez que el niño(a) se haya tranquilizado y según su edad, conversar con él o ella sobre lo que pudo haber causado la pataleta, y sobre otras formas de mostrar su molestia o enojo.

RESTABLECER RUTINAS COTIDIANAS

En la medida de lo posible, es importante que puedan mantener o volver a las rutinas básicas cotidianas de la sala cuna o jardín infantil. Las rutinas ayudan a que el niño o niña se sienta más seguro, porque puede predecir lo que va a suceder, disminuyendo el impacto psicológico de las situaciones vividas.

¿Qué hacer?

- Tratar de mantener las rutinas y horarios habituales de la jornada de sala cuna o jardín infantil, los horarios de las colaciones y comidas, los espacios de juego, recreos y rutinas de inicio y cierre.
- Se puede acompañar cada una de estas rutinas con una explicación, como por ejemplo "ahora vamos a comenzar a ordenar los juguetes y vamos a preparar la sala para la siguiente actividad, ¿vamos?"

MANTENCIÓN DE INTERACCIONES DE CALIDAD

En el caso de los bebés, es muy importante mantener los espacios donde se den interacciones de calidad es decir, tiempo exclusivo para interactuar con cada uno de los niños(as), en el cual se comparta de manera afectiva y cercana. Ello hace que los niños(as) se sientan protegidos y que sientan que los adultos están disponibles si les necesitan. Con los niños(as) más grandes también es necesario este tiempo de calidad, que estará más centrado en el juego y la comunicación verbal.

¿Qué hacer?

- En la interacción con los niños y niñas, es importante procurar interacciones como mirarse a los ojos, sonreír, hablar, etc.
- Con los bebés se pueden aprovechar situaciones como la muda, el baño, la alimentación y cuando se le acompaña a dormir la siesta.

PERMITIR EL JUEGO

El juego es una vía muy importante en la cual los niños(as) pueden expresar lo que les pasa, y los ayuda a elaborar lo vivido, disminuyendo el impacto psicológico posterior.

¿Qué hacer?

- Permitir distintos tipos de juegos y con distintos tipos de materiales (juguetes, mímicas, títeres, dibujos, pinturas, etc.) que le permitan a los niños(as) mayores posibilidades para poder expresar lo que sienten y lo que están viviendo.
- Tratar de no ser directivo(a) en el juego, dejando que los niños(as) elijan a lo que quieren jugar; ello permite expresar de mejor manera lo que les está pasando.
- En caso que los juegos de los niños(as) sean violentos, no hay que decirles que está mal jugar a eso. Seguirles en su juego pero tratar gradualmente de ir generando en conjunto un final que sea positivo.

FOMENTAR LA COMUNICACIÓN

En los niños y niñas que ya han adquirido el habla, es recomendable generar espacios en los que ellos(as) puedan expresar sus emociones, pensamientos, ideas y temores, sobre lo que están viviendo. Esto les ayuda a entender mejor la situación, y disminuye el miedo, el estrés y la angustia.

¿Qué hacer?

- Ajustar la planificación de las actividades para incorporar espacios de confianza en el cual los niños(as) puedan hablar de lo que está pasando, lo que han escuchado, sentido, pensado, etc. y pueda hacer preguntas, especialmente frente a hechos de violencia que les haya tocado presenciar. Esta expresión puede ser a través del lenguaje, u otras vías como por ejemplo el dibujo.
- Cuando se esté conversando con un niño(a), es importante ubicarse a su altura, mirarlo a los ojos, y tener contacto físico (ej, tomarle las manos, poner una mano sobre su hombro).
- No criticar sus opiniones o su manera de sentir. Validar sus sentimientos y transmitirles comprensión y apoyo (ejemplo, "entiendo que te hayas asustado mucho con los gritos (ruidos, disparos) que escuchaste en la noche. Aquí estamos cuidándolos, y en sus casas sus padres también los protegen y no dejarán que nada les pase").
- Si un niño(a) no quiere hablar, es mejor no presionarlo. Esperar a cuando él o ella quiera hacerlo, y estar disponible para conversar siempre que los niños(as) lo necesiten.
- Siempre tener en cuenta que las explicaciones que se le den a los niños(as) sean acordes a su edad, usando un lenguaje claro, concreto y apropiado a su nivel de comprensión. Responder sin exagerar la información.
- Conversar con las familias de los niños(as) o buscar mecanismos para compartir con los padres sobre las conversaciones que han tenido con sus hijos(as), como están abordando lo que está pasando, y como abordar conjuntamente la mejor forma de ayudar a los niños(as) a procesar y elaborar lo que han vivido.

Además de lo anteriormente descrito, hay una serie de actitudes que son transversales a todas las situaciones y que son importantes de considerar:

ACTITUD SENSIBLE

Aunque siempre es importante una actitud sensible del adulto, con mayor razón en este momento el niño o niña necesita mayor sensibilidad frente a sus necesidades; ello significa darse cuenta de lo que los niños(as) está sintiendo o pensando, y responder a esas señales de manera oportuna y adecuada.

¿Qué hacer?

- Es posible que el momento de separación de los padres al inicio de la jornada sea más difícil que habitualmente. Si un(a) niño(a) por ejemplo está llorando (en este momento o en otro), darse cuenta que es porque quizá está asustado, y abrazarlo y hablarle hasta que se tranquilice.
- Si un niño(a) dice que está enfermo(a) o le duele algo, entender que esa puede ser su forma de mostrar lo que le pasa; el abrazarlo y hablarle en un tono tranquilo lo ayudará a sentirse mejor.
- Al inicio de la jornada cuando se produce el momento de separación con los padres puede que los niños(as) requieran mayor contención de parte de las educadoras y técnicas, lo que puede requerir mayor flexibilidad con las rutinas de inicio.
- En todo momento mostrarle a los niños(as) que se está ahí para acompañarlos, contenerlos y calmarlos en caso que sea necesario, para que ellos(as) sientan que pasan de un espacio seguro como pueden percibir en sus casas, a otro lugar donde estarán protegidos y acogidos de igual manera.
- Durante los primeros días y hasta que la normalidad retorne, puede haber mayor flexibilidad respecto a traer un objeto de la casa con el que se sientan acompañados(as) y seguros(as) (peluche, objeto de la madre o el padre, por mencionar algunos).

ACTITUD REFLEXIVA Y MENTALIZANTE

Es importante en cualquier niño(a) pequeño(a) el contar con un adulto que le “traduzca” (más que solo relatar o describir) lo que está sucediendo. Esto los(as) ayudará a tranquilizarse y elaborar lo vivido.

¿Qué hacer?

- Explicarle a los niños(as) lo que está sucediendo, con palabras sencillas y un lenguaje claro. Por ejemplo: “Entiendo que lloren y tengan susto de los helicópteros que pasan tan cerca, pero yo estoy aquí con ustedes para cuidarlos y protegerlos, y no dejar que nada les pase”.
- Es muy importante dosificar la información que se le entrega a los niños(as). La falta de información los(as) puede preocupar, exagerando lo ocurrido, o atribuirlo a otras causas. Pero un exceso de información genera más angustia, miedo e inseguridad.
- También es importante proteger a los niños(as) de imágenes violentas tanto en el contexto real como en la televisión, o de conversaciones entre adultos respecto a lo sucedido, que solo contribuyen a angustiarlos y asustarlos más. En caso que hayan sido expuestos a imágenes o situaciones violentas, explicarles con palabras simples lo que está pasando, ya que si nadie le explica, es posible que se imaginen las situaciones como más graves de lo que son.

ACTITUD EMPÁTICA

Los niños(as) pequeños(as) no dimensionan ni entienden los eventos de igual manera a cómo lo hace un adulto. El poder ponerse en su lugar ayudará a entender mejor lo que los niños(as) pueden estar sintiendo, y así poder ser más sensible a sus necesidades. Esta actitud ayuda a comprender el mundo interno de los niños(as) y una vez que entendemos lo que ocurre en su mente y emociones, es mucho más fácil darles la respuesta que necesitan.

¿Qué hacer?

Tratar de ponerse en el lugar de los niños(as) y de ver los sucesos desde su mirada, hacerse preguntas como: ¿Qué es lo que él o ella ha visto? ¿Qué podría pensar que está pasando? ¿Cómo me sentiría yo si estuviera en su lugar? ¿Si yo estuviese en su lugar, qué necesitaría que mi tía/profesora hiciera?

6

¿CÓMO ABORDAR LA SITUACIÓN EN CONJUNTO CON LAS FAMILIAS?

FOMENTAR LOS ESPACIOS DE COMUNICACIÓN Y DIÁLOGO CON LAS FAMILIAS

Las familias pueden requerir mayor apoyo y guía por parte de las(os) educadoras y técnicos respecto posibles cambios de conducta en los niños, mayor irritabilidad o incluso conductas regresivas (mojar la cama por ejemplo). Así mismo, para potenciar el trabajo que las educadoras y técnicos hacen con los niños(as), es importante hacerlo en conjunto con las familias para que haya coherencia entre los adultos a cargo del cuidado y desarrollo de los niños.

Además, conversar y acordar con las familias como se responderá ante una situación de emergencia o violencia que pudiera afectar la sala cuna o jardín infantil tranquilizará a los padres y a su vez permitirá responder de mejor manera frente una situación compleja.

¿Qué hacer?

- Es importante que se converse y acuerden junto a los padres, estrategias para apoyar a los niños(as) en este proceso y que siempre se consideren las características propias de cada niño(a), empatía con lo que puede estar sintiendo y una respuesta sensible a sus necesidades.
- Conversar con los padres y/o cuidadores de los niños(as) respecto a cómo se está abordando la situación, qué explicación se está dando a los niños(as), y qué es lo que ellos(as) están manifestando. Es importante que haya coherencia en la explicación que los adultos le dan a los niños(as).
- Generar espacios de diálogo y reflexión con toda la comunidad educativa respecto a lo sucedido.

Esperamos que estas sugerencias puedan de servir de orientación para educadoras y técnicas en educación de párvulos, quienes tienen un rol fundamental como adultos de contención y apoyo a los niños(as) más pequeños(as), los cuales son un grupo especialmente vulnerable ante una situación de crisis. Ellos(as) necesitan un espacio de contención especial donde puedan expresar lo que les pasa más allá del lenguaje, como puede ser a través del juego o dibujos.

Finalmente, es importante recordar que para cuidar y proteger a los niños y niñas necesitamos estar calmados(as). Para ello es importante contar con espacios de contención y autocuidado, donde se pueda conversar y compartir en equipo las propias emociones. De esta manera, al sentirnos más apoyados(as) tendremos más herramientas para apoyar a los niños y niñas y sus familias.

