



CRISIS

GUÍA DE CONVERSACIÓN PARA PADRES

... para tener las mejores conversaciones con los niños

Tu niño pequeño/preescolar puede tener un colapso debido a un juguete o a una merienda. Pero, ¿qué sucede cuando hay una crisis o tragedia más grande en su mundo, como la muerte de un ser querido, una mudanza importante o un divorcio? ¿Qué debes hacer? ¿Qué debes decir? Es posible que un niño en edad preescolar no pueda expresar verbalmente cómo se las está arreglando, pero hay formas de prestar atención a las señales no verbales de tus hijos.

Nadie conoce a tu preescolar mejor que tú. No hay duda que podrás notar si está en modo de crisis antes que nadie. Presta atención a cambios en el comportamiento (como chuparse el dedo, orinarse en la cama y aferrarse más de lo habitual) y ofrécele un entorno constante, seguro y amoroso para puedan sanar y crecer.

Ayúdalos a sentirse seguros. Cuando tu niño en edad preescolar experimenta una crisis, hay algunas cosas que puedes decir y hacer que lo ayudarán a sentirse seguro. Aquí hay algunas ideas:

- "Aquí me tienes, tú no estás solo". (*Escucha sus sentimientos y válídalos*).
- "¿Por qué no dibujamos/coloreamos juntos?" (*Observa cómo se expresa simbólicamente*).
- "Me encanta verte jugar". (*Presta atención a las cosas que imita, observa cómo juega y nota cambios o regresiones en su comportamiento*).
- "Siempre te estoy cuidando".
- "Te ayudaré siempre que lo necesites".
- "Jugaré contigo. Me encanta pasar tiempo contigo". (*Pasa a su área o espacio de juego. Jugar es su primer idioma*).
- "Él/ella murió. Eso significa que sus cuerpos dejaron de funcionar". (*Explica con palabras simples y claras. No uses frases confusas como "perdimos a la abuela"*).
- "Eres un hermoso y maravilloso hijo de Dios".
- "No hay duda de que Dios siempre está contigo".
- "Incluso cuando te sientes triste, Dios te ama".

Asegúrate de involucrar a profesionales, consejeros (según sea necesario), así como a tu líder ministerial.