

Cuando los niños se cierran

¿Cómo los puedo ayudar?

¿Cómo se ve cuando los niños se

- Inhabilidad de sentir o represión de sentimientos
- Falta de exploración del entorno o su ambiente
- Soñando despiertos
- Gimoteo
- Demasiado obedientes
- Desconectados emocional o físicamente



¿Qué nos dice su cierre?

- Lo que sus cuerpos nos están diciendo: "Estoy indefensa(o), No puedo correr o pelear. No hay nadie quien me pueda rescatar."
- El cerrarse es una reacción instintiva a una amenaza posible, que resulta en un estado de disociación debido a sentirse abrumada(o) e indefensa(o).
- Los infantes que experimentan un trauma pueden haber sobre desarrollado esta respuesta de cerrarse, porque es la única respuesta disponible durante esa fase de desarrollo.

¿Qué puede hacer en ese momento?

- **Preguntar** "¿Qué sientes dentro de tu cuerpo ahora mismo?" Sí ellos no pueden sentir sus cuerpos, pueda que estén disociando.
- **Hacer una actividad para reubicarlos.** Nombrar 5 cosas que ellos vean, escuchen y sientan; contar cuantos artículos azules ellos pueden ver; nombrar animales que empiecen con las 5 primeras letras del abecedario.
- **Reconectarlos a sensaciones físicas** a través de olores calmantes, una compresa fría de agua, cubos de hielo o una botella fría detrás de las rodillas, levantarse y moverse.
- **Tomarlo con calma.** Evitar apresurar a los niños a volver a la actividad intensa.

¿Cómo está reaccionando?



- **Culpando al niño** por haber perdido las instrucciones o pistas "Nunca están escuchando. Están soñando despiertos otra vez."
- **¡Desafío! ¡Frustración!** Pueda que usted interprete el comportamiento del niño como una amenaza a la autoridad.
- **Esperar que el niño responda de inmediato** a las instrucciones o a una actividad cuando se cierra.

En el momento

Tome un respiro

Apague

Esté presente

Práctica Reflexiva

Cuando una niña(o) se siente amenazada(o), ¿cómo podría percibir su expresiones faciales o lenguaje corporal?

“¿Qué debería decir?”

Parece que necesitas algo de tiempo para que estés sola(o) e ignorar lo demás.

Dime donde estás. ¿Qué estás haciendo en este mismo momento?

¿Te sientes más relajada(o) o tensa(o) ahora mismo? ¿Dónde en tu cuerpo está lo más tenso o lo más relajado?

¿Cómo puede ayudar a prevenir los comportamientos de cierre del niño?

Observe y Aprenda

- **Sea observador(a)** – potenciales de la disociación. Sea consciente de como los niños expresan sus estados emocionales.
- las respuestas de estos niños a menudo pasan desapercibidas
- Entienda la disociación, aprenda a reconocer las señales
- Identifique los desencadenantes

Conéctese y Comunique

- Chequee con frecuencia: verbalmente, no verbalmente, con o sin toque físico.
- **Ofrezca conexión** antes de experiencias potencialmente desencadenantes
- Elogie y reconozca los buenos comportamientos
- Hable con los niños sobre incidentes y cómo hacerlo mejor la próxima vez

Change the Environment

- Mejore la seguridad
- Minimice los posibles desencadenantes
- Cree una zona tranquila
- Agregue señales visuales o auditivas para las transiciones
- Proporcione **formas físicas para ayudar a volver a comprometerse** cuando se produce la disociación

¿Cómo se ve el progreso?

- En lugar de cerrarse inmediatamente, pueda que ellos griten o participen en comportamientos de lucha o huida. Esto es un progreso porque están aprendiendo a expresar sus emociones externamente en lugar de cerrarse.
- Pueda que ellos le miren o digan su nombre antes de cerrarse. Van a empezar a recuperarse más rápidamente de su estado disociativo.



¡Celebre los pequeños éxitos!

For more resources, visit
macmh.org/toolkit