



CONECTADOS

Boletín n° 21

¿CÓMO ACOMPAÑAR A NUESTROS NIÑOS EN EL DESCONFINAMIENTO?



En este proceso de desconfinamiento es importante aceptar y reconocer el momento en que estamos y que seamos conscientes de nuestras propias emociones, ya que eso influirá en la forma en que acompañaremos a nuestros niños.

Ellos necesitan de un ambiente que propicie calma, seguridad y contención.

Hay niños que están muy entusiasmados por salir, no tienen temores ni inseguridades. Sin embargo, hay otros niños que pueden manifestar ciertos miedos, desconfianza y angustia al momento de enfrentarse a otros lugares que no sean el resguardo de su casa.



Antes de salir, evalúa cómo se sienten y repasa las medidas de seguridad:

- **¿Tienen alguna pregunta antes de salir de la casa?**, o ¿alguno me quiere decir algo?
- **Resuelve todas las dudas**, preguntas y comentarios que te puedan hacer **con paciencia y tranquilidad**. Es importante considerar que puede haber niños que no hagan ninguna pregunta.
- **Si tu hijo está inquieto** puedes decirle: “**Es normal que nos podamos sentir inseguros** y con un poco de miedo al salir, sin embargo, **vamos a ir a un lugar en que vamos a poder estar tranquilos y pasarlo muy bien.**”



- **Repasa el protocolo de seguridad con naturalidad y cariño:** “podemos salir ocupando nuestra mascarilla para protegernos. También debemos mantener la distancia con los otros para cuidarnos y cuidar a los demás. Y no debemos olvidar limpiarnos las manos con alcohol gel o agua y jabón”.
- **Puede haber niños que manifiesten no querer salir: hay que validarlos y respetarlos en sus tiempos.** Acoge y contiene sus inquietudes y temores, no lo obligues a salir. Cuando estén listos para hacerlo, nos daremos cuenta.Hay niños que no van a querer ponerse la mascarilla: involúcrenlos en el proceso de la elección de la mascarilla y de ocuparla de manera lúdica. Por ejemplo: “¡somos gladiadores y ocupamos este escudo para combatir el coronavirus!”.



EVITA ...

- 📍 Hablar de "nueva normalidad": "tenemos que usar mascarilla porque es la nueva normalidad".
- 📍 Decir: "¡Afuera está el peligro!, ¡no toques nada!".
- 📍 Que la salida se convierta en una experiencia negativa: "No puedo confiar en ti, nos vamos a la casa".
- 📍 Ir a lugares cerrados y con mucha gente.
- 📍 Ver y oír noticias frente a los niños.

REEMPLAZA POR...

- 📍 Vida en Pandemia: "no es normal usar mascarilla para salir, pero debemos protegernos".
- 📍 "¡Vamos a andar en bicicleta por acá! ¡Mira lo que hay ahí!".
- 📍 Plantearlo como una experiencia positiva: "Es importante que entre todos nos cuidemos".
- 📍 Busca lugares donde puedan jugar tranquilamente y disfrutar sin el "no te acerques".
- 📍 Explícale de manera simple lo que pasa, centrándote en las medidas de seguridad y prevención, eso da calma y seguridad.

Es relevante considerar que este período puede ser momentáneo y que podríamos retroceder y volver a un eventual confinamiento, según nos vayan informando las autoridades del país, por lo que es esencial anticipar este punto a nuestros hijos:

“Ahora está permitido salir, sin embargo, puede ser que más adelante tengamos que volver a nuestra casa, no obstante, ahora disfrutemos este momento juntos”.



Disfrutemos juntos de nuestro entorno y que ese momento nos evoque un lindo recuerdo.

Volvamos a encantar a nuestros niños con la naturaleza y con lo que los rodea.

