

¿Sabe Ud. Qué son las crisis familiares?

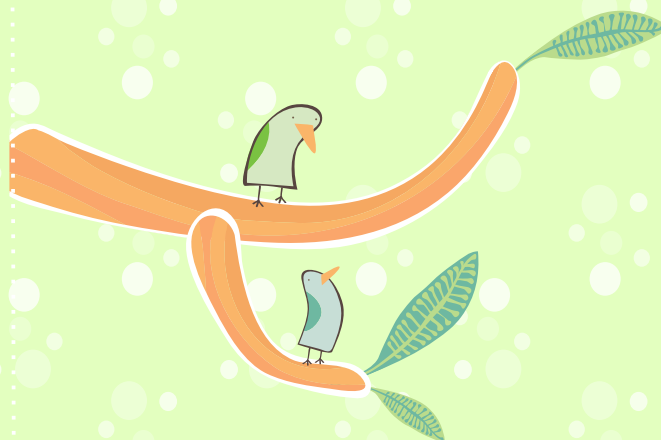
Son momentos de desorganización a nivel familiar, producto de cambios individuales, familiares o ambientales que implican la necesidad de reorganizar su funcionamiento. Las crisis familiares son clasificadas en dos grandes grupos:

Crisis transitorias o normativas:

Son las relacionadas con los acontecimientos normales y esperables en el desarrollo familiar, por ejemplo: el nacimiento de un hijo(a), la adolescencia, el nido vacío, entre otros.

Crisis no transitorias o paranormativas o:

Son las relacionadas con acontecimientos de carácter accidental y no guardan relación directa con las etapas del ciclo vital, por ejemplo: la muerte prematura de uno de los padres, crisis económicas, cesantías, cambios de ciudad, separación de los padres, desastres naturales, etc.



Crisis normativa en la infancia

Protocolo local de abordaje



Los niños en la crisis

Culturalmente es común escuchar frases que apuntan a que las crisis familiares pasan inadvertidas para los niños, como por ejemplo:

"es muy chico no se da cuenta"
"para qué le voy a explicar si no entiende"

"los niños no tienen problemas ni preocupaciones"

"no creo que le afecte porque se ve igual que antes"

Estas frases en realidad son mitos en torno a los niños y muestran un gran desconocimiento de su desarrollo emocional. En realidad, los niños son impactados como todos los miembros de la familia por los cambios y procesos de adaptación de las familias y ellos se verán más o menos impactados dependiendo de las características de la crisis y de cómo los adultos en la familia puedan contener y abordar estas situaciones con ellos.

Si el niño después de una situación crítica presenta cambios que se mantienen o se agudizan en su estado de ánimo, sueño, alimentación, control de esfínteres, lenguaje y/o en las relaciones sociales, es importante consultar con un especialista.

¿Qué necesitan los niños y niñas durante las crisis?

Tranquilidad: Es importante evaluar quién de los adultos significativos disponibles, está en condiciones de abordar al niño o niña con la tranquilidad suficiente. Estar tranquilo no significa no tener pena, rabia,

miedo, todo lo contrario es importante poder hablar de eso con el niño, pero no estando desbordado por las emociones, ya que esto puede contribuir a que el niño intensifique su angustia y sienta que tiene que calmar y consolar al adulto.

Información: Los niños necesitan información básica sobre lo que sucede a su alrededor que les permita traducir lo que está pasando. Cuando no existe esta información los niños se tratan de explicar solos y sus explicaciones pueden ser erradas (por ej. culparse a sí mismos por lo que pasa) o peores que la realidad. Por otro lado, no saber, genera incertidumbre y angustia, lo que intensifica el sufrimiento. La información debe ser precisa, clara, real, y debe considerar el nivel de desarrollo del niño, omitiendo detalles innecesarios, dejar que el niño plantee sus dudas o si necesita saber algo más, mostrándose disponible a responder honestamente.

Ser escuchados y contenidos. Los niños requieren que exista un adulto que sea capaz de transmitir que entiende cómo se puede sentir y, que les pueda ayudar a ponerle palabras a la experiencia ("¿a lo mejor te sientes triste... enojado... confundido... temeroso...?"). Es importante nunca enjuiciar ni cuestionar los sentimientos del niño, por el contrario, es fundamental transmitir que es normal sentirse así frente a lo que pasa.

Seguridad. Sobre todo en los eventos inesperados, los niños sienten que su mundo dejó de ser predecible, que en cualquier momento puede

pasar algo que cambia radicalmente su cotidianidad. Por lo tanto, el niño necesita recuperar gradualmente la sensación de seguridad y control, para lo cual es fundamental establecer rutinas que le permitan predecir y anticipar las cosas que van a ir pasando, clarificando quiénes son los adultos que estarán a su cuidado en los distintos momentos.

Flexibilidad. Las reglas y normas claras siempre son importantes, más aún en períodos de crisis, hay normas que deben mantenerse, pero puede que otras deban temporalmente flexibilizarse. Por ejemplo, una regla puede ser dormir solo en su cama, pero con la llegada de un hermano el niño plantea la necesidad de dormir acompañado, es necesario preguntarse sobre la pertinencia de esta norma en este momento.

