



ASOCIACIÓN DE SALUD MENTAL INFANTIL EN TENNESSEE

Ayudar a los niños durante una emergencia

Durante las emergencias, es natural que los adultos y los niños respondan con emociones fuertes.

Estas emociones pueden ayudarlo a actuar rápidamente para garantizar la seguridad de todos. Sin embargo, equilibrar este sentido de urgencia con emociones reguladas y una presencia "a cargo" es esencial. Es su capacidad para mantener la calma, tomar el control y brindar apoyo lo que apoyará la salud mental de los bebés y niños pequeños durante las emergencias.

Responda con un enfoque relacional temprano al ser:

Relación centrada



Saber que los niños crecen, se desarrollan y sanan en el contexto de las relaciones.

Totalmente Presente



Conciencia de lo que sucede a tu alrededor, prestando atención al momento presente.

Emocionalmente disponible



Conciencia de sus propias emociones y la capacidad de apoyar los grandes sentimientos de los niños, sin minimizar o negar la forma en que se sienten.

Seguro



Conociendo la importancia de sentirse seguro.

Sensible en lugar de reactivo



Conciencia de sus propios sentimientos y la capacidad de controlar cómo responde al comportamiento desafiante de los niños.

culturalmente sensible



El conocimiento de su propia identidad y prejuicios culturales le permite apoyar a niños de diversas familias, comunidades y culturas.

Comprometidos con el autocuidado y el cuidado comunitario



Cuidarse a sí mismo y aceptar apoyo lo ayuda a satisfacer las necesidades de los niños y las familias a las que sirve.

"Cómo eres es tan importante como lo que haces para hacer una diferencia para los bebés, los niños pequeños y sus familias".

Pawl y San Juan, 1998



5 consejos para comunicarse con Niños durante una emergencia:

1. **Verifíquese a sí mismo:** haga una pausa y respire profundamente para que pueda atender completamente sus propias necesidades y las de los niños.
2. **Asista:** hableles sobre lo que sucede a su alrededor, incluso si no entienden las palabras. p.ej. "Ese ruido era fuerte y te asustó, voy a levantarte, abrazarte y mantenerte a salvo."
3. **Asegurar:** Dígales que usted está allí para mantenerlos a salvo.
4. **Sea honesto:** use un lenguaje simple y apropiado para la edad. Hágales saber lo que sucede a continuación.
5. **Manténgase consciente de sí mismo:** Recuerde, los niños responden al volumen, el tono de voz y las emociones.



Para acceder a este kit de herramientas gratuito, escanee este código QR.



Cimientos Fuertes. Relaciones Saludables. Futuros brillantes.

Association of Infant Mental Health in Tennessee (AIMHiTN) es una organización de membresía profesional. Damos la bienvenida a todos aquellos que forman parte de la fuerza laboral de bebés y niños pequeños para que se unan a nosotros mientras logramos un impacto duradero en los bebés, los niños pequeños, sus familias y el futuro de Tennessee.

CONÉCTATE CON NOSOTROS

[instagram.com/AIMHiTN](https://www.instagram.com/AIMHiTN)

[facebook.com/AIMHiTN](https://www.facebook.com/AIMHiTN)

[Preparación para emergencias](https://www.preparacionparaemergencias.org)

<https://www.linkedin.com/company/aimhitn>

aimhitn.org

AIMHiTN.org

Este proyecto está financiado por el Departamento de Servicios Humanos de TN y el Departamento de Salud de TN.