



**MU
TAN
TE**

EL PARO NACIONAL PARA NIÑOS Y NIÑAS

Reflexiones de *Crianza con el Cerebro
en Mente* y Daniela Rincón Antivar,
licenciada en pedagogía infantil.

#HABLEMOSDEMOVILIZACIÓN

#PARONACIONAL

SABEN QUE ALGO ESTÁ OCURRIENDO

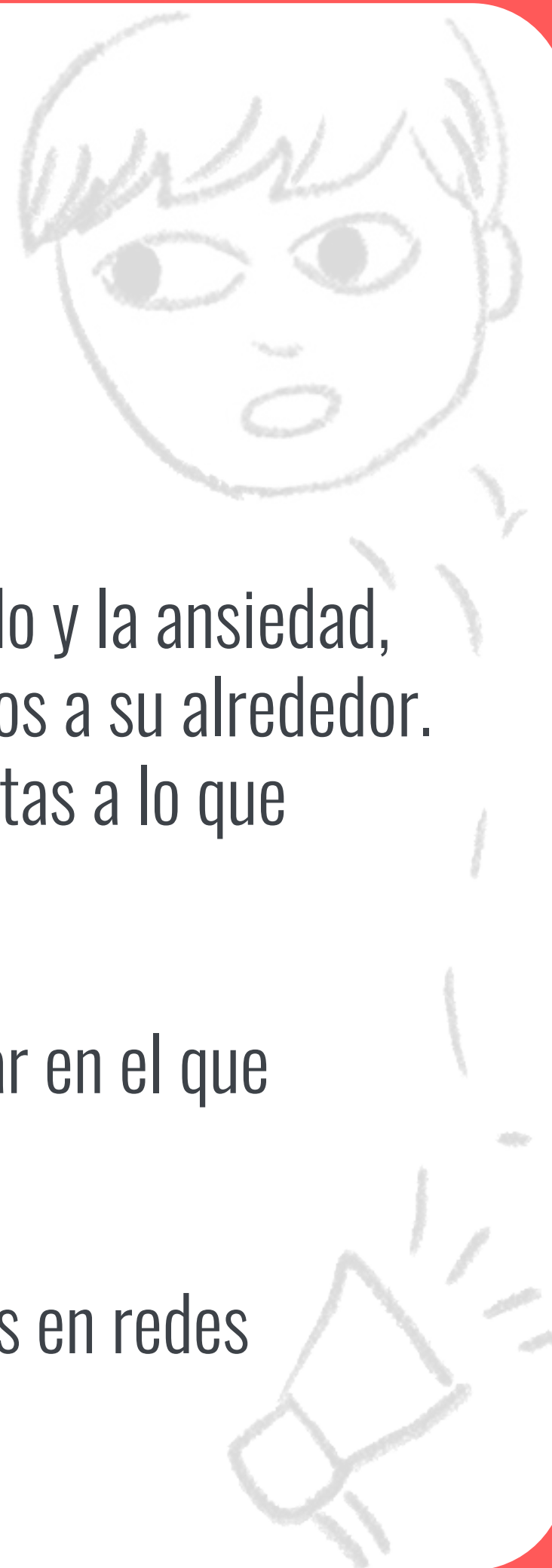
Los niños y las niñas perciben el miedo y la ansiedad, tanto del ambiente como de los adultos a su alrededor. Así, pueden estar expuestos y expuestas a lo que ocurre de dos formas:

DIRECTA:

Están en el lugar o viven cerca al lugar en el que ocurren los hechos.

INDIRECTA:

Consumen videos, sonidos e imágenes en redes sociales y noticieros.



LA REALIDAD SÍ LES AFECTA

Esta exposición permea su propio estado interno y activa el sistema de supervivencia en el cerebro, provocando sensaciones incomprensibles o difíciles de expresar.

Estas son algunas estrategias para explicarles lo que ocurre.



1

HABLA CON CLARIDAD Y HONESTIDAD

Evita invalidar o minimizar sus reacciones frente a lo que ocurre.

Como saben que algo está pasando, es importante darles una respuesta.



2

PROPORCIONA UN LUGAR PARA SENTIR Y CONVERSAR

Explicar que el hogar es un lugar seguro es fundamental para que entiendan lo que está pasando.



3

CREA ESPACIOS DE COMUNICACIÓN DESDE EL RESPETO

Si la comunicación parte del odio, miedo y juicios, esas son las sensaciones, emociones e ideas que les vas a transmitir.



4

USA PALABRAS ASERTIVAS

Explicar de manera descriptiva lo que está ocurriendo y usar lenguaje seguro (estoy contigo, estás segura) puede ayudar a regular el sistema nervioso.



5

VE MÁS ALLÁ DE LA CONVERSACIÓN

Es importante generar acciones que les permitan expresarse o sentir que aportan a la solución: dibujos, cartas, pintura, patear balones, reventar globos, etc.



6

COMPARTE UN MOMENTO DE CALMA

Practicar ejercicios de respiración junto a los niños y las niñas a la hora de dormir puede contribuir a la construcción de un espacio tranquilo para ellos y ellas.





**MU
TAN
TE**

**¿QUÉ OTRA ESTRATEGIA CREES QUE PUEDE
SER ÚTIL PARA CONVERSAR CON LOS NIÑOS
Y NIÑAS SOBRE LO QUE ESTÁ OCURRIENDO
EN EL PARO NACIONAL?**

#HABLEMOSDEMOVILIZACIÓN

#PARONACIONAL