



¿Como Contener a nuestros Niños en cuarentena?

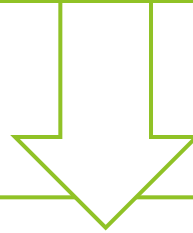


COLEGIO RENÉ SCHNEIDER
DUPLA PSICOSOCIAL

Michelle Durán - Patricia Miño
Junio 2020



¿Que es contención socioemocional?



Es la atención e intervención socioemocional oportuna que permitirá la pronta recuperación de quienes se encuentren en algún problema o afectados por una dificultad, es importante contener en tiempos de crisis.



Como puedo demostrar contención en niño/as





Como puedo demostrar contención en niño/as

Estar atentos a las distintas reacciones de los niños y disponibles para acompañar y calmarlos.

Mientras mas pequeño es el niño, mas rápida debería ser la respuesta del adulto para calmarlo.





¿COMO CUIDAR A NUESTROS NIÑOS?



- ✓ Es importante mantener la calma
- ✓ Debemos enfatizar en el autocontrol para padres (NO enfadarse)
- ✓ Entreguemos buen trato en los niños/as y adolescentes
- ✓ Es importante la tranquilidad y buen trato en los menores,



Intenta no tener el televisor encendido con noticias de covid-19

Evita involucrarlo en conversaciones de los adultos

Dedica tiempo a resolver dudas o inquietudes

Utiliza un lenguaje simple que permita abrazarlos y comprenderlos

Mantén una rutina de actividades que se realice en familia



Estrategias de contención socioemocional



Dibujo libre

Respiro mejor
Y
Me siento bien

Bailar o cantar

Dirijo
Y suelto mi
cuerpo





Recuerda que la mejor contención siempre será un abrazo



¿Beneficios de un abrazo!

Genera
bienestar

Alivia
tensiones

Disminuye
el stress

Mejora el flujo
sanguíneo



Proporciona
seguridad y
confianza

Mejora la
autoestima

Es recíproco



Un abrazo



familias.com
es otra manera de decir:
me importas
te quiero

Con cariño
Tía Michelle y Tía Patricia
Dupla Psicosocial
Junio 2020