

# Entrenamiento de Reducción de Crisis

## Manual

**VMS Family Counseling Services**  
**2350 W. Shaw Ave #144**  
**Fresno, CA 93711**  
**(559) 515-6062**

### **Reducir la necesidad de intervención de alto riesgo.**

- Sin restricciones físicas
- Estos procedimientos se consideran de alto riesgo y peligrosos para los niños y los adultos que los aplican.
- Usar restricciones para prevenir daños a menudo resulta en lesiones o algo peor
- No existe evidencia empírica para apoyar el uso terapéutico de las restricciones físicas.
- La investigación sugiere que las restricciones pueden ser física, psicológica y emocionalmente riesgosas.
- Riesgos potenciales para los niños: más traumas, lesiones, muerte, sufrimiento y humillación.

### **Hogar terapéutico = prevención de crisis**

- Un hogar estable, cariñoso y predecible proporciona estructura para el niño o adolescente gravemente perturbado que carece de habilidades adecuadas de autocontrol, regulación emocional y la capacidad de formar relaciones.
- Brinda una oportunidad para que el niño o joven aprenda mejores habilidades de afrontamiento adaptativas y habilidades de relación más positivas.
- La forma en que configuramos el medio ambiente puede contribuir o disminuir la posibilidad de una crisis.
- Espacios de vida desordenados y desordenados, ruidos fuertes, falta de rutina = probablemente no ayudará a una persona joven a mantener un sentido de autocontrol
- Un ambiente demasiado rígido = no permite que una persona joven juegue y se sienta cómoda.

### **Actividades y rutinas**

- Cuando los niños y los jóvenes participan en actividades interesantes y desafiantes, tienen oportunidades de aprender, desarrollar relaciones, desarrollar un sentido de pertenencia a un grupo, ser creativos y resolver problemas
- Cuando participan en rutinas y actividades diarias, contribuyen y su autoestima y eficacia aumentan
- Ex. Si un niño no puede cumplir con éxito las expectativas de una actividad, podemos ajustar la actividad para que el niño pueda tener éxito. Esto puede reducir la frustración y el estrés del niño y disminuir el riesgo de comportamientos de actuación.

### **Condiciones existentes (actividad)**

- Las condiciones existentes son cualquier cosa que haga que el comportamiento desafiante sea más o menos probable
- Cuando identificamos y modificamos las condiciones del entorno, podemos evitar situaciones que pueden dar lugar a comportamientos desafiantes.

**En la casa:-** rutinas, adultos, actividades

**Ambiente:** caliente, frío, demasiado ruidoso, demasiado lleno, las luces

**Personales:** Enfermedades personales, necesidades, traumas, medicamentos.

### **El niño y el joven:**

- La seguridad y la protección están en la parte superior de la lista y son esenciales para que los niños y jóvenes crezcan y se desarrollen de manera positiva. Las relaciones de confianza y los apegos promueven sentimientos de seguridad y dan a los niños el coraje de probar nuevas habilidades.

### **Efectos del trauma**

- La exposición al trauma afecta la forma en que los niños piensan, sienten, se comportan y regulan sus sistemas biológicos.
- Este daño puede ocasionar problemas de autorregulación, agresión, control de impulsos, problemas de atención y disociación, problemas físicos y malas relaciones interpersonales.
- Los niños traumatizados tienden a recrear el trauma exhibiendo comportamientos desafiantes.
- Ex. de comportamientos basados en el dolor: arrebatos impulsivos, actos agresivos, huida, autolesiones, desafío e inflexibilidad.

### **Corregulación y autorregulación**

- Co-regulación: los niños desarrollan sus habilidades para regular sus emociones a través de interacciones con cuidadores adultos que los calman y los tranquilizan.
- Los niños que no han aprendido a manejar sus emociones necesitan adultos para ayudarlos a regular (identificar y manejar) las emociones.
- Esta es una de nuestras principales responsabilidades y es nuestra mejor herramienta para reducir y prevenir las crisis.
- La forma más rápida de desregular a un niño es desregularse usted mismo

### **Importancia de la relación de apoyo**

- La herramienta más valiosa que tenemos en las intervenciones informadas de trauma con niños y jóvenes somos nosotros mismos.
- Cuando alentamos a los jóvenes a desarrollar relaciones con nosotros, tenemos una mayor capacidad para influir en sus vidas y ayudarlos cuando enfrentan situaciones difíciles.
- Los jóvenes eligen a los adultos con los que están cerca como sus modelos a seguir y sus ayudantes.

### **Competencia emocional**

- Comprender nuestros propios sentimientos, fortalezas y limitaciones puede ayudarnos a manejar nuestras emociones en situaciones estresantes como las crisis.

- Necesitamos tener la habilidad de autorregular nuestras propias emociones si vamos a poder resolver con éxito situaciones de crisis potenciales.
- La experiencia personal puede mejorar o disminuir nuestra capacidad de ser empáticos y objetivos.
- Tenemos que asegurarnos de haber abordado estos problemas para que no se interpongan en el camino, sino que aumenten nuestra capacidad de trabajar con los jóvenes y las familias.

## **LA CRISIS COMO OPORTUNIDAD**

- ¿A un niño le va bien cuando quiere? NO ¡A un niño le va bien cuando PUEDE!

### **El modelo de estrés de la crisis.**

- La crisis es una parte integral del cambio; Es el catalizador que perturba los viejos hábitos y evoca nuevas respuestas, trazando un nuevo crecimiento y desarrollo.
- Cuando nos enfrentamos a una persona joven en crisis, siempre existe la posibilidad de peligro y la oportunidad de un cambio positivo.
- Cuando está en crisis, la función habitual o normal de una persona se rompe y las habilidades de afrontamiento de un individuo no son capaces de manejar el estrés. La respuesta al estrés evita que un niño piense claramente y responda de manera apropiada, lo que a menudo resulta en la respuesta de "pelea, huye o se congela".

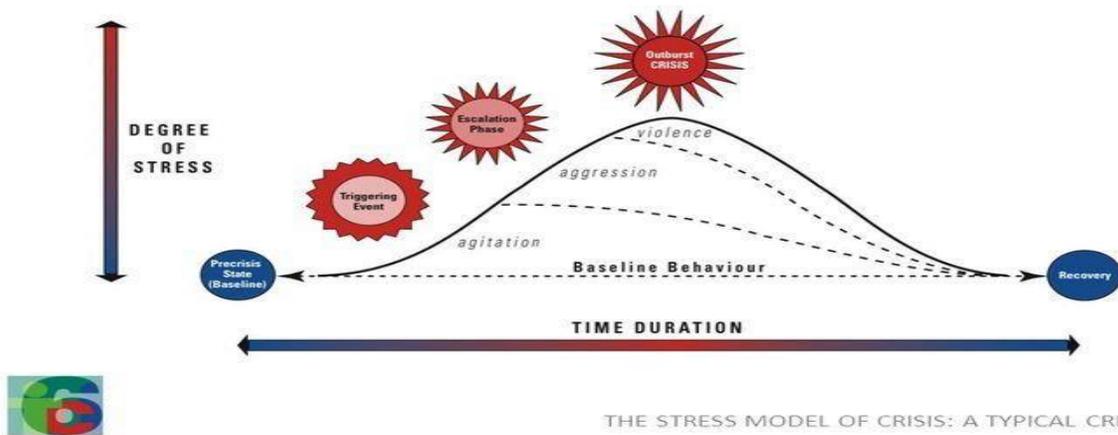
### **Objetivos de la intervención en crisis**

- Cuando los niños o jóvenes están en crisis, hay un cambio repentino en sus comportamientos que indica que el niño o joven puede estar quedando sin formas efectivas, racionales y constructivas de enfrentar la situación.
- Cuando intervenimos en la crisis, nuestros objetivos son
  - APOYO: ambiental y emocionalmente para reducir el estrés y el riesgo
  - ENSEÑAR: los niños son mejores maneras de lidiar con el estrés
- Podemos ayudar a los niños a regular sus emociones y regresar rápidamente a la línea de base al mantener la calma y brindarles apoyo emocional.
- El resultado de una crisis está muy influenciado por nuestras acciones y las percepciones, actitudes y técnicas que usamos cuando respondemos al niño o joven.

### **Modelo de estrés de crisis**

- Puede ayudarnos a desarrollar estrategias para ayudar a niños y jóvenes durante la crisis de una manera que ayude a que sea una experiencia de aprendizaje tanto para niños como para adultos.

## Stress Model of Crisis



### Línea de base (pre-crisis)

- Cómo se comporta el niño cuando no está estresado
- Saber cómo el joven actúa "normalmente" es la clave para identificar las primeras fases de la crisis, intervenir temprano y evitar que la situación pase a la fase de arrebatos.

### Evento desencadenante:

- Existen condiciones que hacen que sea más probable que el niño se intensifique cuando hay un evento desencadenante
- Los adultos que son conscientes de sí mismos, tienen buenas relaciones con los niños y que entienden a los jóvenes y el medio ambiente pueden ayudar a evitar que estas situaciones se conviertan en crisis
- Los recordatorios suaves, el aliento y el apoyo a menudo son suficientes para ayudar a los jóvenes a recuperar el control de sus frustraciones y ansiedades.
- Cuando volver a la línea de base, existe la oportunidad de discutir qué provocó el aumento del estrés y cómo la persona joven podría emplear más habilidades de afrontamiento adaptativo la próxima vez.

### Fase de escalada

- Algunos signos obvios de aumento de la ansiedad y la incapacidad para hacer frente de manera efectiva a la situación estresante
- El joven puede estar mostrando signos de pérdida de control, como gritar o retirarse, exigir o destruir propiedades.

- El joven puede ser amenazante o comportarse de manera que sean signos reconocibles de escalada. Las técnicas de intervención temprana, como las técnicas de apoyo conductual y la escucha activa para reducir la situación y devolver al niño o joven a la línea de base.

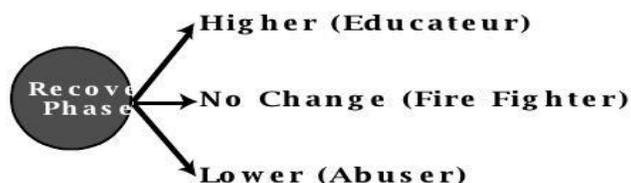
### Fase de arrebató

- Durante esta fase, el niño o joven puede explotar de una manera que podría ser peligrosa para otros niños y adultos.
- No solo debemos continuar tratando de reducir la escala del niño molesto, sino también proporcionar la seguridad y protección del niño, los otros niños y los adultos.
- No siempre es posible intervenir antes de que la situación alcance la fase de estallido, pero se prefiere mucho.

### Fase de recuperación

- El objetivo de la intervención en crisis siempre debe ser intervenir de una manera que sea beneficiosa para el joven: mantenerlo seguro y ayudarlo en el proceso de recuperación.
- Una oportunidad para ayudar al niño o joven a aprender y crecer de la experiencia de la crisis.
- A veces, el niño se ve fatigado o puede haber sentimientos de culpa o puede ser desafiante y grosero para salvar la cara debido a la culpa o la vergüenza.

## Recovery Phase



## Tres posibles resultados en todas las situaciones de crisis.

### Resultado inferior:

- el joven resultó dañado por la crisis o por la forma en que fue manejado o ignorado
- El papel del adulto en este resultado es el de "abusador"
- El resultado es que el niño o joven tiene una capacidad disminuida para manejar situaciones estresantes y puede haber sido traumatizado por el evento.

### Sin cambios:

- la crisis se manejó y la intervención se llevó a cabo reduciendo el estrés y el riesgo de la situación
- Desafortunadamente, el niño no aprendió de la situación.
- "El bombero" = apagar incendios
- No hay un aumento en la capacidad del joven para lidiar efectivamente con estas situaciones estresantes

### Mejor resultado:

- se produjo una intervención de forma terapéutica.
- El niño ha explorado y está aprendiendo habilidades de afrontamiento adicionales para prevenir o manejar la situación estresante de manera más constructiva
- "Educateur" = maestro de habilidades para la vida
- El joven aprende de esta experiencia y tiene una mayor capacidad para manejar el estrés.

## Desarrollo de habilidades: autoconciencia

- La autoconciencia se refiere a la comprensión de cómo nuestros valores, creencias, percepciones y pensamientos influyen en nuestras interacciones con los jóvenes.

## Cuatro preguntas que nos hacemos en una situación de crisis.

- ¿Qué estoy sintiendo ahora?
- ¿Qué siente, necesita o quiere el niño?
- ¿Cómo afecta el medio ambiente al joven?
- ¿Cómo respondo mejor?

### **¿Qué estoy sintiendo ahora?**

- Estoy enojado ¿Calma? ¿Asustado? ¿Listo para ayudar en la crisis?
- Una reacción normal al estrés es enojarse o temer.
- Si respondemos al niño por miedo o enojo, es probable que la respuesta aumente el estrés y el riesgo de la situación.
- Cuando las personas están enojadas, su energía emocional es alta, y su capacidad de afrontamiento o pensamiento es baja "Cuando las personas están más enojadas, están más estúpidas"

### **¿Qué siente, necesita o quiere el niño?**

- Llévanos a descubrir cuáles son los objetivos del niño o para qué sirve la agresión o el comportamiento desafiante para el joven.
- Puede ayudarnos a evitar malinterpretar las intenciones de la niña o concluir que "ella es simplemente mala" o "él acaba de darme un mal momento"
- Conducir a una mayor empatía y comprensión de la persona joven.

### **Ejemplos de la necesidad:**

- La necesidad de sentirse seguro
- El deseo de ser tratado justamente
- Necesidad de confort
- Una expresión de dolor emocional
- El deseo de sentirse importante o de ser aceptado.

### **Ejemplos de conductas basadas en el dolor.**

- Arrebatos impulsivos
- agresión
- Huyendo
- Autolesiones
- Desafío
- Incapacidad para regular las emociones
- Recreación del trauma

### **¿Cómo afecta el medio ambiente al joven?**

- El entorno que rodea a los niños y jóvenes tiene una profunda influencia en su comportamiento.
- La agresión es a menudo el resultado de la frustración causada por factores ambientales.

- Ex. no tener suficientes materiales necesarios para llevar a cabo una actividad programada, equipo que no funciona correctamente, niños hambrientos esperando en la fila para obtener su comida
- Muchas veces las crisis potenciales pueden prevenirse o desviarse cambiando las cosas en el entorno que podrían estar contribuyendo a la situación estresante

### **Algunas influencias ambientales físicas son:**

- Hacinamiento / demasiada gente, iluminación brillante o intensa, nivel de ruido
- Es importante considerar cómo otros niños y adultos están afectando la situación.
- Alguien en la sala agitando al niño, la presencia de un extraño familiar
- Eliminar posibles "desencadenantes de personas" del área o invitar a amigos y aliados de confianza para que brinden apoyo

### **¿Cómo respondo mejor?**

- Es nuestra respuesta la que ayudará a reducir y desactivar a un joven volátil en la mayoría de los casos.
- Al tratar con niños potencialmente volátiles y destructivos, los objetivos son:
- Gestionar el entorno para neutralizar posibles desencadenantes (apoyo medioambiental)
- Involucre al joven y desactive el comportamiento basado en el dolor (brinde apoyo emocional)
- Ejercer autocontrol sobre los sentimientos que la situación evoca.

### **DE-ESCALAR LA CRISIS- ESCUCHA ACTIVA**

- Cuando los niños están molestos y en crisis, se encontrarán con personas de su confianza en busca de apoyo, comprensión y protección.
- Ser empático, comunicar comprensión, validar sentimientos y ser respetuoso son formas de construir relaciones afectuosas.
- La comprensión se puede definir como empatía o el sincero deseo de saber o percibir por lo que está pasando una persona joven, cómo es el mundo para esa persona en este momento. Escuchar activamente significa "escuchar el significado"
- La capacidad de identificar lo que sienten los jóvenes y luego comunicarles esa comprensión.

### **Técnicas no verbales**

- Las habilidades no verbales incluyen el uso de silencio, asentimientos, cercanía física, expresión facial y contacto visual para transmitir significado y comprensión a una persona joven.

## Silencio

- Hay momentos en que se puede comunicar más al permanecer en silencio que al hablar.
- Necesitan silencio mientras asimilan la información y el proceso.
- Al ser silenciosos y solidarios, estamos comunicando respeto y comprensión

## Expresión facial

- La cara es maravillosamente expresiva.
- Una ceja levantada o fruncir el ceño vale cien palabras
- Significado = 55% expresión facial + 38% tono de voz + 7% palabras
- No siempre es lo que se dice, sino cómo se expresa lo que conversa más información
- Mostrar interés a través de las expresiones faciales es importante

## Contacto visual

- Establecer contacto visual al comienzo de una interacción transmite interés y atención indivisa
- También es importante tener en cuenta el efecto del contacto visual prolongado, ya que es un estimulador físico y emocional.

## Técnicas alentadoras y estimulantes

- Las técnicas verbales que alientan a un joven a hablar pueden ayudarlo a calmarse y expresar verbalmente sus sentimientos y preocupaciones. También puede ayudarnos a comprender lo que el joven está experimentando.

## Tono de voz

- La capacidad de hablar en un tono tranquilo, respetuoso y no amenazante es fundamental para reducir la situación al reducir la estimulación.
- La voz puede llevar el calor de la intimidad o la frialdad de una orden.

## Estímulos mínimos

- Breve declaración que insta a los jóvenes a seguir hablando
  - (ej. "uh-huh", "continúa", "ya veo")
- El objetivo de usar técnicas de aliento es mantener a los niños molestos hablando y ayudarlos a expresar con palabras lo que está sucediendo con ellos.

## Abrepuestas

- Son invitaciones para que los jóvenes hablen
- (ej. "Me gustaría saber más" "Cuéntame sobre eso" "¿Qué pasa?")

## “Por qué” preguntas

- Es mejor evitar preguntar "¿Por qué?"
- Puede provocar una respuesta defensiva
- Pueden ser percibidos como pidiendo una justificación

## Preguntas cerradas

- Solicite respuestas específicas de respuesta corta como "Sí", "No", "Mañana"
- Apropiado para recopilar información objetiva
- Puede provocar que los jóvenes se sientan a la defensiva, enojados o resistentes a sondeos adicionales si se usan en exceso

## Preguntas abiertas

- Aliente a los jóvenes a que expliquen más, proporcionen más información y expresen sus sentimientos.
- Amplía la discusión.
- Generalmente comienza con "¿Cómo?" ¿y qué?"
  - "¿Cómo te sientes al respecto?", "¿Qué pasó después?"

## Respuesta comprendente:

- Ayudan a los jóvenes a resolver lo que les está sucediendo y ayudan a reducir las posibles crisis.

## Respuestas reflexivas:

- Refleje lo que el joven dice o siente Refleje el contenido del mensaje y los sentimientos hacia el niño.
- Comunique "Escucho cómo se siente", e indican el deseo de comprender los sentimientos, pensamientos y acciones del niño sin juzgar, aconsejar, acordar o criticar.

## Resumir:

- Ayuda a ambas partes a comprender el significado de lo que se ha dicho
- Ayuda al oyente a aclarar cualquier confusión sobre lo que el joven intenta decir  
EX. "Está bien, déjame ver si entiendo ..."

## Técnicas de apoyo conductual

- "Interferir" rápidamente a la primera señal de angustia como una forma de ayudar a los niños a manejar su estrés y emociones
- Las técnicas de apoyo conductual proporcionan el apoyo ambiental para reducir el estrés y el riesgo en la situación.
- Nuestro objetivo es brindar apoyo ante los primeros signos de estrés para detener el proceso de escalada y ayudar al joven a volver a la línea de base
- Cuanto más estrechamente relacionemos la técnica con las necesidades del niño, más efectivos serán los resultados.

## Manejar el medio ambiente.

- Conocer y utilizar el entorno para prevenir y reducir las crisis es una técnica de apoyo al comportamiento discreto y no molesto.
- Administrar y estructurar el entorno de manera de evitar el establecimiento de condiciones que aumenten la probabilidad de comportamientos desafiantes es una estrategia extremadamente útil.
- EX. Siéntese o párese durante una conversación, siéntese junto a un niño, colóquese entre dos niños impulsivos, aleje a otros jóvenes, baje las luces y baje el volumen del televisor

## Incitación:

- Indicar al joven que comience un comportamiento deseado o que detenga una acción inapropiada
- La incitación es una forma de apoyo y no amenazante para ayudar a los niños a enfocarse y recordar lo que sigue Recordando a los niños cuán exitosos fueron anteriormente
  - EX. Recordatorio: "La cena estará lista en 10 minutos", "Se apaga la luz en 15 minutos", "¿Qué pasa a las 5:00?", "¿Te das cuenta de lo fuerte que es la música?" Podemos pedirle al joven que repita una expectativa o acuerdo "¿Cuál es la expectativa de hacer la tarea?", "¿Recuerdas el acuerdo que hiciste con Karen ayer?"

## **Gesto cariñoso**

- Si los jóvenes tienen dificultades para regular sus emociones, necesitan un adulto tranquilo y afectuoso, no amenazante.
- No depende de que el niño haga algo positivo o correcto
- Es un gesto que comunica: "Me preocupo por ti y tú eres importante para mí (incluso cuando estás siendo difícil)", "Me importa lo que te pase"
- La expresión no verbal puede ser una palmada en el brazo o un abrazo rápido y hacer un regalo especial o compartir un bocadillo con el joven

## **Ayuda obstáculo**

- Brinde ayuda ayudando al niño con la tarea en cuestión, superando el obstáculo en lugar de establecer los límites e insistiendo en la cooperación.
- Los niños no siempre son conscientes de las habilidades y fortalezas que poseen y deben ser informados cuando toman buenas decisiones y ganancias positivas.

## **Redirección y distracciones**

- Implica desviar la atención de un joven de una actividad indeseable o inapropiada a una que sea neutral o más socialmente apropiada
- Es pedirle al niño que vaya a una actividad diferente, no redirigirlo a la actividad que estaba causando el estrés.
- Una persona joven también puede ser redirigida interrumpiendo el comportamiento con una distracción.

## **Proximidad Cercanía:**

- A menudo, el simple hecho de tener un adulto atento y solidario cerca será tranquilizador para una persona joven.
- El uso del tacto requiere el conocimiento de cómo el joven interpretará el tacto.

## **Declaración directa:**

- Cuando el estrés y el malestar aumentan, las respuestas al estrés pueden hacerse cargo, y la capacidad del individuo para tomar decisiones racionales disminuye
- Dígales específicamente a los jóvenes qué se espera de ellos.
- Solicite lo que le gustaría que hiciera el joven en lugar de decirle lo que no debe hacer

- Una declaración de directiva es más efectiva cuando se presenta como una solicitud, no como un comando
  - EX. "Por favor, ve a tu habitación y relájate"
- Una declaración directiva no es una pregunta y no es una conversación
  - EX. "¡Es hora de acostarse!", "Recuerde que la hora de acostarse es a las 9:00. Son las 9:00, las luces apagadas "

### **Tiempo fuera:**

- Enviar un niño a su habitación o área tranquila cuando está molesto es una buena estrategia si el niño tiene buenas habilidades de autorregulación
- Tiempo fuera significa alejarse del estímulo que está provocando el estrés.
- Deberían reincorporarse a las actividades tan pronto como puedan participar en su nivel de referencia
- Si el niño no puede autorregular sus emociones, enviarlo a calmarse solo puede agravar aún más la situación.

### **Primeros auxilios emocionales:**

- Los objetivos para primeros auxilios emocionales
  - Brindar ayuda y apoyo inmediatos para reducir la intensidad emocional.
  - Resolver la crisis inmediata.
  - Mantenga al niño en la actividad.

### **Drene las emociones**

- Tendremos que ayudarlos a calmarse para que puedan pensar racionalmente, brindando un tipo de ayuda emocional.
- Mensajes tranquilizadores: "Está bien enfadarse, las cosas serán mejores", "Eso fue realmente aterrador"

### **Aclarar los acontecimientos**

- Lo más probable es que el niño haya malinterpretado muchas de las declaraciones y acciones durante el incidente.
- Una vez que el niño está tranquilo y racional, podemos ayudar a poner las cosas en perspectiva.
  - EX. "Vi a Ray chocar contigo. Parecía un accidente para mí ... "
  - "Señora. Long levantó la voz para llamar la atención de todos. No creo que ella quisiera gritarte.

### **Mantener la relación y las líneas de comunicación.**

- Al usar habilidades de escucha activa, compartir percepciones y ser solidarios, podemos evitar una interrupción total de la comunicación con el niño

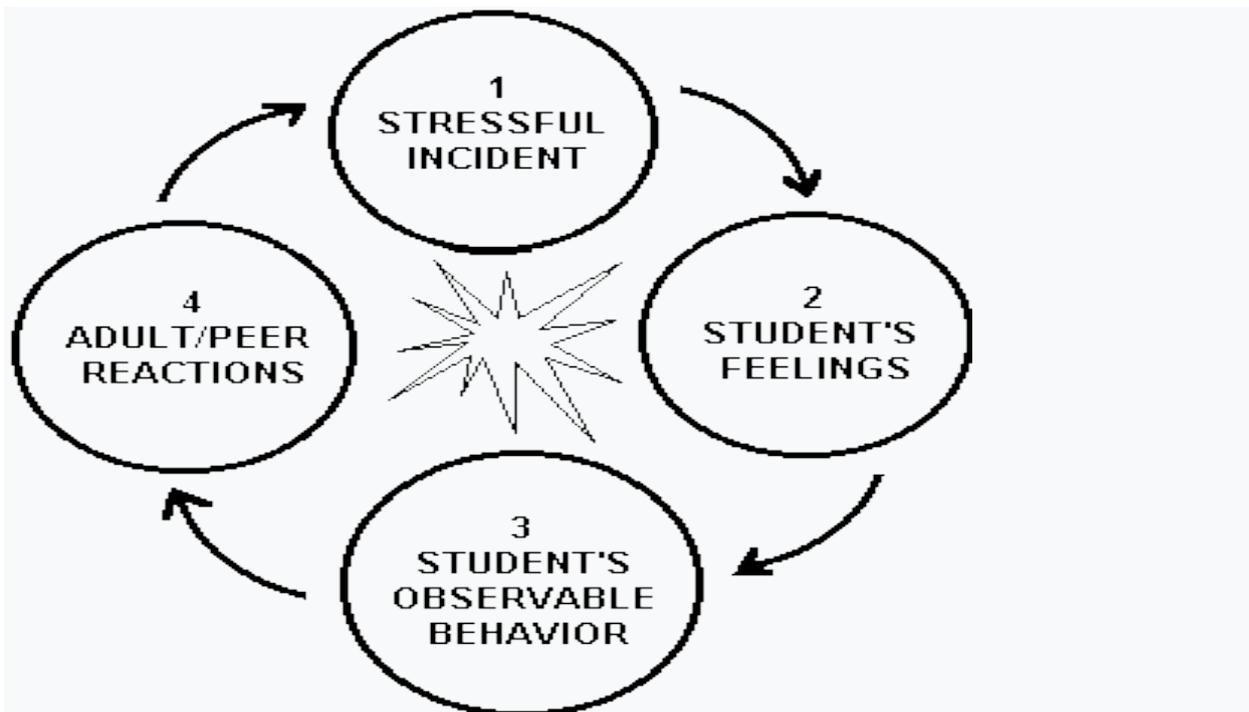
- EX. "Puedo ver lo enojado que estás. Estoy aquí para escuchar tu versión de la historia"
- "También me enojaría si perdiera un juego que había jugado tan duro para ganar".

**Recuérdelo al niño las expectativas y medie la situación si es necesario.**

Cuando el niño recupera el control de sus emociones. Recordatorios de la expectativa o regla para una participación exitosa en la actividad. EX. "Recuerde, tenemos que terminar las tareas antes de salir a jugar". "Cuando estamos en grupo, mantenemos nuestras manos y pies para nosotros mismos".

**El ciclo del conflicto:**

- Cuando las situaciones se vuelven estresantes y los comportamientos comienzan a intensificarse, algunos adultos intentan tomar el control de la situación "corrigiendo" los comportamientos del niño a través de declaraciones de directivas, amenazas, exigiendo cumplimiento o dando consecuencias.
- Las demandas de cumplimiento con frecuencia terminarán en luchas de poder o ciclos de conflicto
- Ciclo de conflictos: el producto del estrés del joven alimentado por las reacciones de los demás.



### **1. Incidente estresante.**

- Algo sucede o el joven se encuentra en una situación estresante.

### **2. Sentimientos del niño**

- Este estrés evoca fuertes sentimientos y ansiedades en la incomodidad.

### **3. Comportamiento del niño**

- Exhibe un comportamiento basado en el dolor para tratar de reducir el estrés y tomar el control de la situación. Autoprotección: una forma de defenderse de los sentimientos hirientes

### **4. Reacción / respuesta Del adulto**

- La forma en que el adulto reacciona o interviene determina si el niño recibe la asistencia que necesita para manejar los sentimientos dolorosos o si el estrés aumenta

## **Romper el ciclo**

- Si podemos evitar el ciclo y centrarnos en los sentimientos dolorosos del niño, en lugar de sus comportamientos, podemos usar técnicas para romper el ciclo.

## **Usa un diálogo interno positivo**

- Díganse afirmaciones positivas de diálogo interno
- Mantente enfocado en lo que el niño siente y necesita

## **Escuchar y validar los sentimientos del niño.**

- Use la escucha activa para comprender los sentimientos del joven y lo que el joven está tratando de expresar.

## **Manejar el medio ambiente.**

- Eliminar toda estimulación adicional

## **Dando opciones y el tiempo para decidir.**

- Recuérdele al joven las elecciones positivas que ha hecho en el pasado.

## **Redirigir al joven a otra actividad positiva**

- Participar en una actividad en la que puedan participar con éxito los ayudará a recuperarse

## **Apele el interés propio del joven.**

- Señale el resultado positivo que ocurrirá si el joven sigue la solicitud

## **Dejar caer o cambiar la expectativa**

- Haga un cambio si no hay un dang inmediato

## **Manejar LA CRISIS:**

### **2 tipos de agresión**

- Agresión reactiva
- Agresión proactiva

## **Agresión reactiva**

- La forma más común de agresión.
- Hay una pérdida de control y las emociones impulsan las acciones del joven en lugar de la razón. Los sentimientos y los comportamientos aumentan al mismo tiempo.
  - EX. Agresión inducida por el miedo: el joven se siente amenazado gravemente y se activa la respuesta de "lucha o huida"
  - EX. Agresión inducida por el miedo: un adulto extraño entra en la habitación, el niño tiene miedo y comienza a gritar y agitar el puño amenazando al adulto

## **Agresión proactiva**

- Se planifica y se utiliza para obtener algo.
- La razón no domina las emociones
- La mayoría de las veces se asocia con delincuentes y comportamientos socialmente inaceptables.
- Han aprendido a protegerse de los sentimientos dolorosos suprimiendo sus emociones y respondiendo a la irritación inicial de manera planificada.

## **Tipos de agresión y manejo de crisis**

### **Agresión reactiva:**

- la primera consideración es reducir o eliminar el estímulo o ayudar a los jóvenes
- persona hacer frente de manera más apropiada
- Drene las emociones fuertes; abordar preocupaciones válidas
- La escucha activa es un enfoque importante para usar con este tipo de agresión

### **Agresión proactiva:**

- la primera consideración es la contención y la negociación
- Debido a que tienen cierto control cognitivo en la situación, el compromiso y el razonamiento pueden ser efectivos

### **Para enseñarles nosotros:**

- Asegúrate de que la agresión no sea recompensada
- Reforzar el comportamiento positivo.
- Ayudar al niño a desarrollar valores socialmente aceptables.
- El enfoque de cualquier proceso terapéutico debe estar en el apoyo y la reeducación en lugar del castigo

### **Manejo de crisis: comunicación no verbal**

- En muchos casos, el joven emocionalmente excitado puede que ni siquiera esté escuchando, sino que está respondiendo a otras señales
- Observar cuidadosamente las señales no verbales del joven nos brinda información valiosa

### **Contacto visual**

- Comunica interés y cuidado Que sea breve y no amenazante En una situación altamente cargada, es importante evitar mirar al joven o exigirlo.

### **Lenguaje corporal:**

- La postura de nuestro cuerpo comunica cuán tranquilos, seguros y controlados nos sentimos.
- Una postura amenazadora o autorizada puede agravar la situación y provocar una respuesta volátil por parte del joven.
  - Cuanto más abierto es el cuerpo = aceptar y no amenazar
  - Cuanto más cerca está el cuerpo = defensivo, amenazante y rechazador

### **Espacio personal:**

- Cada persona tiene una necesidad diferente de espacio personal y público, puede depender de su cultura.
- Evite tocar a alguien que está molesto.

- Normalmente, 3-4 pies es un espacio cómodo entre las personas, si se intensifica, el espacio debe ser más grande

### **Altura y género:**

- Es importante conocer la altura y las diferencias de género entre el adulto y el joven. Comunicarse a la altura de los ojos del joven.
- Invitar al joven a sentarse es a menudo una forma efectiva de igualar una diferencia de altura
- Los niños a menudo pueden reaccionar de manera diferente a las mujeres y los hombres, especialmente cuando se sienten molestos o amenazados.

### **Diferencias culturales:**

- La responsabilidad de estar al tanto de las diferencias culturales entre los grupos étnicos representados por los jóvenes bajo cuidado. Ser instruido en la dinámica de los antecedentes culturales de los jóvenes puede ayudarnos a responder de la manera más oportuna y terapéutica.

### **Elementos de una situación potencialmente violenta**

#### **Desencadenador:**

- este no es el mismo desencadenante que inicia la escalada, sino el desencadenante que desencadena la violencia
  - EX. Invasión del espacio de alguien, amenazar las consecuencias, hacer insultos étnicos o raciales o "presionar los botones"

#### **Objetivo:**

- la dirección de la violencia del joven.
- A veces, los jóvenes muy excitados pueden incluso volverse enojados con ellos mismos.

#### **Un arma:**

- algo que puede causar daño
- Puede ser un objeto, o el puño, los pies o los dientes del joven.

#### **Nivel de estrés:**

- Motivación del joven

## Reduciendo el riesgo de violencia

- Eliminar cualquiera de los cuatro elementos que acabamos de enumerar de la situación inmediata reducirá el riesgo de violencia.

## El desencadenante de la violencia.

- Nunca tocar a una persona enojada y potencialmente violenta
- Evitar movimientos agresivos y declaraciones provocativas.
- Evitar el ciclo del conflicto y contrarrestar la agresión.
- Eliminar a otros que puedan desencadenar la violencia.

## El arma

- Eliminar discretamente objetos Maniobrase lejos de las armas Mantenerse a una distancia segura

## Nivel de estrés o motivación.

- Usando tu relación
- Escuchar activamente para identificar sentimientos
- Eliminar a la audiencia
- Uso de estrategias de correulación (agresión reactiva)
- Ofreciendo formas alternativas y no agresivas para lograr los objetivos (agresión proactiva)

## Intervención de crisis

- Nuestro primer objetivo es reducir el estrés y el riesgo proporcionando apoyo emocional y ambiental.
- Necesitamos tener el control de nuestras propias emociones y acciones.
- Es esencial que mantengamos el control y parezcamos tranquilos.

## Que pensar

- Haznos las 4 preguntas
- Usa un diálogo interno positivo

## Qué hacer

- Tomar una respiración profunda
- Usa una postura protectora
- Paso atrás

- Dale tiempo a la situación
- Siéntate apropiado
- Recuerde la importancia del lenguaje corporal y la expresión facial.

### Qué decir

- Muy poco
- Comprender las respuestas
  - "Puedo ver que estás enojado y frustrado" (Validar sentimientos)
  - "Cuando dejas de tirar piedras podemos hablar o puedes salir a caminar" (Fomentar comportamientos positivos)
  - "Lamento que no puedas volver a casa" (Ofrecer una disculpa)
  - Debemos evitar usar "calmarse" o "pero"

### ENSEÑANZA- SEGUNDO OBJETIVO DE INTERVENCIÓN EN CRISIS

#### Tener una conversación con el joven.

- Conversación uno a uno
- En un espacio privado

#### Explore la percepción del incidente del niño

- Permita que el joven comparta lo que sucedió ("Dime qué pasó ...")
- Usa habilidades de escucha activa ("Te sentías enojado con ese maestro")
- Establecer el orden de los eventos para obtener detalles ("Lo que sucedió primero, y luego ...")
- Ayude al joven a identificar las sensaciones físicas que tiene mientras experimenta diferentes sentimientos.
- Podemos compartir nuestras observaciones sobre cómo ocurrieron los eventos para ayudar a corregir cualquier distorsión o percepción errónea

#### Resumir

- Resuma los sentimientos y el contenido de lo que ha dicho el joven ("Esto es lo que te escucho decir ...")
- Al resumir y acordar lo que se discutió, hay una imagen clara y comprensión

#### Conecta sentimientos con comportamientos

- Debemos reunir lo que el joven ha expresado con observaciones personales para conectar los sentimientos del joven y el evento desencadenante con el comportamiento de los arrebatos ("He notado que cuando te enojas, tú ...")

- Mire las situaciones pasadas en las que el joven ha usado habilidades de afrontamiento más apropiadas

### **Diferentes formas de responder**

- Aliente al joven a considerar formas alternativas de responder a los sentimientos dolorosos y las situaciones difíciles ("Si me enoja con Tina puedo irme a mi habitación y escuchar música")
- Recordarles situaciones en las que tuvieron éxito utilizando las habilidades de afrontamiento apropiadas ("La semana pasada cuando te enojaste con Tine, te vi alejarte y fuiste a tu habitación a calmarte")
- Haga que el joven represente el escenario y use la habilidad de afrontamiento que se le ocurrió o acordó que haría en una situación difícil –
- Es crucial que los jóvenes se sientan esperanzados y tengan confianza en que la próxima vez que se enfrenten a una situación estresante hay una mejor opción para hacer ("Sé que será difícil, sé que puedes hacerlo" o " Creo que puedes irte cuando te enojas con alguien ")

# Actividad de escucha activa

**Escuche el significado:** escuche lo que dice el niño, luego identifique la emoción detrás de lo que dice

## **Ejemplo:**

1. **Niño:** "Odio a esa perra, ¡ella tomó mi lápiz!"

**Respuesta del adulto:** "Parece que estás enojado con ella por tomar tu lápiz"

2. **Niño:** "Tenía muchas ganas de ver a mi madre este fin de semana"

**Respuesta del adulto:**

3. **Niño:** "¡Esto no tiene sentido! Sigo recibiendo la respuesta incorrecta "

**Respuesta del adulto:**

4. **Niño:** "Ella siempre tiene que joderlo todo, ¡ahora no puedo ir a mi visita!"

**Respuesta del adulto:**