

TRAUMA EN LOS PADRES/CUIDADORES

Información Sobre Trauma y Cómo Ayudar a los Cuidadores en PDI

Piense en cómo el trauma puede influenciar la manera en la cual el cuidador se ve a sí mismo, a otros, y al mundo. Utilice su conocimiento sobre las habilidades de PCIT para guiar al cuidador a entender el mensaje que la disciplina consistente y predecible puede ser efectiva y que puede confiar en su capacidad para criar a sus hijos a pesar de sus síntomas relacionados al trauma.

NEGATIVA, ADVERSA, o ABUSIVA NIÑEZ

- Si le gritaron cuando usted era un niño, esto puede ser un hábito difícil de romper con sus propios hijos. Cuando usted usa un tono de voz neutral al dar órdenes, le dice al niño que usted está hablando en serio y en control total de sus emociones.
- Usted ha compartido conmigo que no se sentía bien dándole golpes a sus hijos porque a menudo resultaba en abuso físico en su hogar. Recuerde que la disciplina es como un entrenamiento. Cuando usted le da tiempo fuera, lo está entrenando a seguir las reglas y a ser respetuoso.

EVADIR

- Puede parecer más fácil evitar la secuencia del tiempo fuera, pero queremos que su niño aprenda a seguir las reglas cuando las consecuencias son mínimas en vez de mucho más graves.

TEMOR O ANSIEDAD

- Demuéstrele con sus dedos que tan ansioso se encuentra ahora mismo del 1 al 10. Se siente ansioso como un 9. Tome varios respiros profundos y dígame, “Estoy siendo un buen padre al establecer los límites” y “la amo demasiado como para que crezca sin ningún entrenamiento.”

DISOCIACIÓN

- Usted parece estar paralizado ahora mismo porque su niño está gritando. Esto puede ser común en personas como usted que han tenido una experiencia con violencia doméstica. Estoy aquí con usted. Nombre tres objetos en este cuarto en voz baja. Tome un respiro largo y profundo y luego dígame la advertencia a su hijo.

RE-EXPERIENCIA

- Sé que su niño puede recordarle al [padre, ofensor] cuando está así de enojado. Dígame a usted mismo, “él es solo un niño que ha aprendido malos hábitos. Le estoy enseñando como manejar situaciones difíciles sin ser agresivo.”