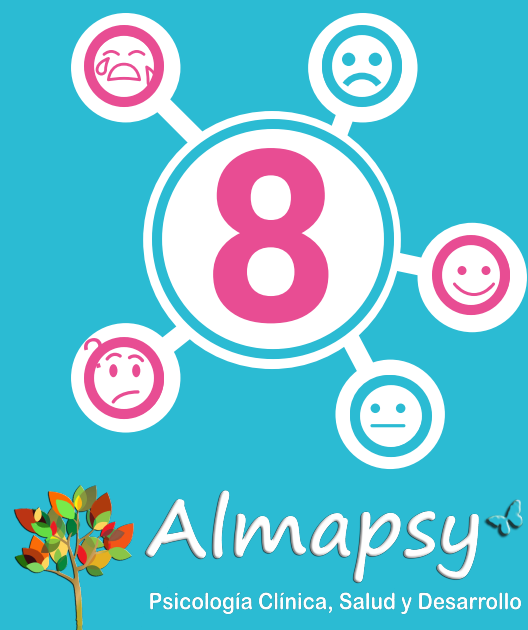




Psicología Clínica, Salud y Desarrollo

# Consejos Psicológicos

Para mitigar los efectos del confinamiento por la pandemia de coronavirus EN LOS NIÑOS

La situación de crisis y confinamiento en casa puede generar mucho malestar psicológico y desbordamiento de emociones intensas

**Afortunadamente hay factores de protección**  
***TAMBIÉN CUANDO HAY NIÑOS, ADOLESCENTES Y JÓVENES***



PRESTA ATENCIÓN A  
SUS PREGUNTAS E  
INQUIETUDES

INFORMACIÓN ADECUADA A SU EDAD



EXPLORA SI ESTÁN  
PREOCUPADOS,  
SI TIENEN MIEDO, ETC.  
Y SÍRVELES DE APOYO

SABER CÓMO SE SIENTE

BUSCA ACTIVIDADES QUE PUEDAN  
HACER SOLOS,   
PERO APROVECHA TAMBIÉN PARA  
JUGAR CON ELLOS 

TIEMPO SOLOS Y TIEMPO JUNTOS

NO SIEMPRE PODRÁS  
CONTENTARLES



TAMBIÉN PUEDEN ABURRIRSE...

SI SON ADOLESCENTES...  
YA NO SON UN NIÑO/A



TEN EN CUENTA LA EDAD



INVOLÚCRALOS/AS  
EN LAS DECISIONES  
QUE LES AFECTEN

TEN EN CUENTA SU OPINIÓN

SOBRE NORMAS Y LÍMITES,  
AUNQUE NO SE  
VAYAN A CAMBIAR



DIÁLOGO

TIENEN DERECHO A SU  
INTIMIDAD



RESPETA SU ESPACIO PERSONAL

**PRESTA ATENCIÓN A TU ESTADO DE ÁNIMO Y ESTRÉS**

Busca ayuda de profesionales que atendemos por teléfono y online