

Comentario:

Seguimos con el reactivo de vinculación, ¿qué podemos hacer como familia?. Muchas cosas, como siempre. Esta pagina que muestro me resultó conmovedora, es la terapia del cariño, del juego y de la familia. Nada que no sepamos, pero siempre es alentador leerla.

Comentario y traducción de Alberto Núñez
De www.olderchildadoption.com/

ACTIVIDADES PARA BEBÉS Y NIÑOS CON RIESGO DE REACTIVO DE VINCULACIÓN.

Beth McCann y Dr. Dan Hughes, especialista en trastornos del vinculo

Si bien estas actividades se han escrito para bebés y niños, las mismas o una variación sobre ellas deben ser puesta en práctica para niños más mayores para resurgir la vinculación.

¿Su bebé no mira su cara, aun estando de pie a la altura de su cabeza?

¿Mirará su boca o nariz, y no sus ojos, sobre todo cuándo Ud. le sostiene?

¿El bebé no se acurruca profundamente en sus brazos?.

¿El bebé no se siente cuidado cuando Ud. está alrededor?

¿Parece preocuparse cuando Ud. lo recoge?.

¿No grita o gorjea? ¿Lloriquea mucho? ¿Siempre es pasivo?

¿Tiene bajo tono muscular? ¿Se arrastra lentamente?

¿No le nota alegre? ¿Tiene un pasado de múltiples cuidadores o de negligencia en su crianza?

Si es así, su bebé o niño muy probablemente tiene signos de desorden del vinculo, si no es ayudado, existe un grave riesgo para su salud emocional y para la del resto de la familia.

Se debe comenzar a actuar ahora, la recuperación total puede tardar años, pero si no se hace nada, más daño aparecerá. ¡El amor solo con bebés con síntomas de trastorno de vinculación no es bastante!.

¿QUÉ PUEDE HACER?.

1) ¡UD, Y SÓLO UD, LLEVARÁ A SU BEBÉ!

Llévelo con Ud. a cualquier parte donde Ud. vaya y haga. (A no ser que sea peligroso). Le atará a su cuerpo, lo ideal es entrar en contacto físico piel sobre piel. Lleve al bebé sobre su cadera; ate su cuerpo bajo la camiseta o en sus brazos, cuanto más contacto y más tiempo mejor. Estos bebés no han sido sostenidos bastante. Sosténgalos **TODO EL TIEMPO POSIBLE**. Para las veces en que el bebé no está en sus brazos, tenerlos en el mismo cuarto en que Ud. Está.

2) ¡UD ES LA ÚNICA CUIDADORA!

Ud. siempre le alimenta, le baña, le pone el vestido, le cambia y la mayor parte del tiempo juega con él. Si la familia quiere ayudar los deja sacar el perro o limpiar su casa, lavar platos o hacer la lavandería, traer la comida o hacer el té. Ninguna niñera o “canguro” es posible. Antes de que su bebé logre una firmeza emocional NADIE que el bebé no vea diariamente debería sostenerle o tocarle, y hasta las personas que el bebé ve diariamente debería hacerlo en un mínimo de ocasiones.

3)¡SOSTENGA EL BIBERON TANTO TIEMPO COMO SEA POSIBLE! Ud., no el bebé, es el que sostiene la botella. Sostenga la botella con una mano o con la barbilla para tener dos manos para acurrucar al bebé. Acerque su pecho a su piel tanto como sea posible. ¡¡Siempre busque con sus ojos la mirada de bebé en sus ojos y sobre todo cuando ellos se sientan reconfortados!! Siga mirando sus ojos para cuando estén listos para mirarla directamente. Frótele con cuidado, cántele.

4) **EL BAÑO CON SU BEBÉ**, así se favorece al contacto de la piel en un ambiente de relajación agradable, con diversión en agua caliente.

5) ¡¡**MUCHOS CARA CON CARA!!** Juegos de bebé, caras graciosas y toneladas de risas y besos!! Pinte círculos brillantes alrededor de sus ojos. Cierre un ojo, entonces el otro, rápidamente parpadee, luego cambie velocidades, todo el tiempo con ruidos graciosos. Cubra ambos ojos, etc... Haga al bebé sentarse sobre su regazo y si es demasiado difícil para ellos al principio, ponerlos sobre una cama para hacerlo. ¡¡Entonces mas diversión todavía...!!.

6) **CUANDO HAY MUCHA CÓLERA O NEGATIVIDAD.**

El bebé le necesita para sostenerse, aunque ellos no quieren ser sostenidos. Ellos se sienten todavía lejos de Ud. y tienen que ser traídos más cerca para curarse. Sostenga el bebé en sus brazos. Inicie una conversación con dulzura, y le pide mirar a los ojos de la mamá. Ellos muy probablemente no van a hacerlo y seguirán muy enfadados mucho, (en realidad ellos eran desde hace tiempo muy enfadados, solamente permiten a la cólera salir en ocasiones. **En su vida anterior ellos no fueron capaces de conseguir sus necesidades; el enfado y la negación salieron de todo esto.** A menudo eran golpeados o gritados. Es por eso que es tan importante que todo sea dado de una forma extremadamente amorosa.

Nunca le hable severamente, pierda su paciencia u olvide por qué esta haciendo esto. Si Ud. Responde con su cólera, inmediatamente perderá su apoyo. Ud. es su apoyo. A menudo ellos intentarán golpearle, rasguñarle, morderle, gritarán y conseguirán cualquier otra manera de expresar su cólera. Su rabia intensa está dentro, hasta en los pequeños bebés. Él continuar aceptando cueste lo que cueste, por lograr su cariño es el objetivo aquí.

Ellos se han cerrado a la gente, ahora la necesitan para curarse. Denle un masaje, cálmelo en cantando, y con palabras suaves y diga que Ud. lo ama. Manténgase hasta ellos se calmen y le mirarán a sus ojos y se conectarán con Ud. De vez en cuando ellos se dormirán gritando. Si es así, y si es posible, siga sosteniéndole antes de que se despierten, luego sigan otra vez. Si Ud. tiene que dejarlos, que alguien vigile cuando se despierta para recogerle. ¡Cuando se crucen las miradas, manténgalas con todo su cariño. **Recuerde, Ud. no creó esta cólera en su bebé.**

7) SIEMPRE, ES EL MEJOR MOMENTO Y EL MÁS FÁCIL PARA TRABAJAR CON SU BEBÉ.

8) **APRENDER A DAR MASAJES A SU BEBÉ.** Dos veces al día serían lo mínimo. ¡¡Todo el tiempo hablándole, cante y exprese a aquel bebé lo especial que es!! ¡¡La mayor parte de los bebés parecen realmente disfrutar!!.

9)¡ROCK PARA EL BEBÉ! Disfrute con Ud. el paseo y el baile con el en sus brazos. Recuerde, el contacto cara con cara durante mucho tiempo, los movimientos apacibles y meciéndose.

10) **DORMIR CON EL BEBÉ.** Si Ud. puede, tenga al bebé en su cama cerca de Ud. La segunda opción, tener al bebé en su cuna directamente a su lado de la cama, lo mas cerca posible de Ud. Él le necesita, que oiga su respiración y sepa que Ud. esta cerca.

Aun recuerdo (*relata la autora de estas paginas*) como colocaba a mi hija en su cuna muy cerca de mi cama, y como siempre ella colocaba su cuerpo lo mas lejos posible de mí y volvía su rostro para no mirarme. La noche que no lo hizo, ¡que gran triunfo conseguí!. ¡Ellos tienen que acostumbrarse al sentimiento de ser amados!.

11)¡¡CANTE, CANTE, CANTE!! Esto aligera la carga, y ayuda al bebé a sentir la felicidad la que ellos no tuvieron. Las voces alegres son muy importantes para el bebé.

12) **¡¡ANIMAR EL CONTACTO OCULAR ALIMENTANDO, HABLANDO O JUGANDO!!** Soborne con caramelos, juguetes especiales, cosquillas. Ellos pueden vivir con dientes careados, pero no pueden vivir sin vínculos!!.

13) UNA CASA DESORDENADA no es importante.

La sopa de sobre y sándwich para la cena y montones de lavandería. Sepa que Ud. no es la mamá súper y que el bebé no puede esperar a que todos sigamos nuestras vidas. ¡Deje que trabajen el resto de la familia y amigos!.

14) **ESPERAR SER CRITICADA.** Como una madre posesiva que estropea al bebé, se lo dirán amigos, vecinos, parientes, médicos no expertos y trabajadores sociales. Aténgase a lo que UD SABE de las necesidades de su bebé y la lucha para conseguir su vínculo. Recuerde que UD. conoce que al bebé más que nadie.

15) CONSULTE Y DEJESE GUIAR POR ESPECIALISTAS en trastornos del reactivo del vínculo. No dude en hacer una consulta a un psiquiatra infantil –paidopsiquiatría- ante cualquier duda. Seguimos siendo seres humanos con límites.

Beth McCann y Dr. Dan Hughes, especialista en trastornos del vínculo

Traducido de www.olderchildadoption.com/rad

Consultar también: www.attachmentdisorder.net/ y www.attachmenttherapy.com/