



Proporcionamos terapia individual y de grupo gratuitamente para los niños que exhiben cualquiera de las **SIGNOS DE TRAUMA** (enumeradas adentro de este folleto).

Consejeras de la agencia evaluarán a su hijo/a por síntomas de estrés traumático, depresión o ansiedad, e identificarán creencias/ideas poco realistas (conocidas como distorsiones cognitivas) que pueden causar problemas en la vida.



RECURSOS DE TRAUMA

**National Child Traumatic
Stress Network**
www.NCTSN.org

Recognize Trauma Symptoms
www.recognizetrauma.org

**National Center for Disaster
Preparedness**
www.ncdp.columbia.edu



WILL COUNTY
Children's
ADVOCACY CENTER
HOPE, HEALING, AND JUSTICE FOR ABUSED CHILDREN.

501(c)3 Charitable Organization · Established 1995

JAMES W. GLASGOW
WILL COUNTY STATE'S ATTORNEY

304 N. Scott Street
Joliet, IL 60432
(815)774-4565

www.willcountycac.org

Enfrentando

TRAUMA

en su Familia



WILL COUNTY
Children's
ADVOCACY CENTER

HOPE, HEALING, AND JUSTICE FOR ABUSED CHILDREN.



JAMES W. GLASGOW
WILL COUNTY STATE'S ATTORNEY
Founder/Chair, Will County CAC

¿QUÉ ES EL TRAUMA?

El trauma puede ser muchas cosas, violentas o peligrosas, que le suceden a uno o muchos miembros de la familia. Algunos ejemplos de eventos traumáticos son:

- Abuso sexual y asalto
- Abuso físico
- Violencia dentro la familia
- Accidentes y lesiones
- Incendios
- Crímenes
- Violencia en la comunidad o en la escuela
- Pérdida inesperada o muerte de un ser querido
- Negligencia
- Sin hogar
- Desastres naturales
- Actos de terrorismo
- Viviendo o escapando de una zona de guerra

El estrés traumático infantil ocurre cuando niños y adolescentes están expuestos a eventos traumáticos o situaciones traumáticas, y cuando esta exposición sobrepasa su capacidad para enfrentar lo que han experimentado.

Dependiendo de su edad, los niños responden al estrés traumático de diferentes maneras. Muchos niños muestran signos de angustia intensa - sueño perturbado, dificultad para prestar atención y concentración, enojo e irritabilidad, retraimiento, pensamientos repetidos e intrusivos y angustia extrema - cuando se enfrentan con cualquier cosa que les recuerde de sus experiencias traumáticas.

Algunos niños desarrollan condiciones psiquiátricas tales como trastorno de estrés postraumático, depresión, ansiedad y una variedad de trastornos del comportamiento.

SIGNOS DE TRAUMA

Mientras que algunos niños "rebotan" después de la adversidad, las experiencias traumáticas pueden resultar en una interrupción significativa del desarrollo infantil o adolescente. Los signos incluyen:

Mojando la cama	Miedo de extraños
Fácilmente asustado	Alto nivel de coraje
Irritabilidad	Pesadillas
Imitando el evento	Evitar el contacto visual
Abuso verbal hacia otros	Problemas en la sala de clase
Apego	Pesadillas e insomnio
Dolor de cabeza	Pérdida de apetito
Aumento de competencia	Comportamiento antisocial
Dolor de estomago	Soledad o alienación
Bajo autoestima	Huyendo de casa
Pobres límites físicos y emocionales	Pensamientos o acciones de suicidio *
Hacerse daño a uno mismo *	Conductas sexualmente problemáticas *

** si usted o su hijo/a experimentan cualquiera de estos, busque ayuda profesional.*

La exposición repetida a eventos traumáticos aumenta el riesgo de bajo rendimiento académico, participación en comportamientos de alto riesgo y dificultades en relaciones.

COMO AYUDAR

- Dar tranquilidad verbalmente
- Crear comodidad y rutinas de la hora de dormir
- Permita que el niño/a duerma temporalmente en la habitación de sus padres o guardianes
- Motive la expresión de las emociones a través de actividades, como dibujar y contar historias sobre la experiencia
- Regrese a su rutina diaria normal lo más pronto posible
- Dar atención adicional
- Proporcionar alabanza y refuerzo positivo para los comportamientos apropiados
- Disminuir temporalmente los estándares para actividades escolares y hogareñas
- Proporcionar estructuras de responsabilidades
- Motive la actividad física y la expresión emocional
- Ensayar medidas de seguridad
- Motive actividades sociales y deportivas
- Motive la participación en consejería

Los adultos sobrevivientes de eventos traumáticos pueden tener dificultades para establecer relaciones satisfactorias, mantener un empleo estable y convertirse en miembros productivos de nuestra sociedad. Afortunadamente, existen tratamientos efectivos para el estrés traumático infantil.

PARA SERVICIOS GRATIS DE CONSEJERÍA,
CONTACTA:

Will County Children's Advocacy Center
(815) 774-4565
cac@willcountyillinois.com