

# EL CASO DE ALBERTO

## CASOS DE NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS

*Álberto es un niño de once años de edad cuyos padres estaban muy preocupados por los miedos que manifestaba.*

*Cuando acudieron a la consulta nos contaron que desde siempre había sido un niño muy miedoso, que pedía que le acompañaran a su habitación, que no quería ir solo por la casa, y le daba miedo en especial el pasillo: pedía que sus padres le encendieran la luz y aún así lo atravesaba corriendo. No le gustaba quedarse solo en su habitación y buscaba excusas para estar en el salón con sus padres.*

*Sus miedos iban cambiando por temporadas y estaban muy influenciados por lo que podía haber visto en la televisión; en el momento en el que acudieron a consulta, a raíz de los atentados de Francia, estaba muy preocupado por los ataques terroristas, y temía que pudieran morir él o sus padres en un ataque perpetrado en España.*

*En el contexto escolar, sus profesoras lo definían como un niño muy responsable, tranquilo, con buenas notas, pero muy tímido. Tenía un grupo de amigos, reducido pero muy fiel, y se llevaba especialmente bien con tres niños que lo invitaban a sus casas y a sus cumpleaños.*

En estos casos en los que los niños presentan estos miedos, es fundamental trabajar tanto con ellos como con los padres.

Al observar cuál era la reacción de los padres de Alberto ante sus miedos, pudimos comprobar como sin querer estaban reforzando sus miedos.

Cuando Alberto les explicaba sus temores, ellos se ponían muy nerviosos y lo pasaban muy mal, porque veían que el niño estaba sufriendo y no sabían bien cómo ayudarle. Así, Alberto interpretaba su cara de angustia como que la posibilidad de un atentado en España era real y que su temor estaba justificado.

Por eso, a la par de trabajar en las sesiones con el niño, desmontado sus miedos, enseñándole técnicas de autocontrol, de relajación, y convenciéndole que las probabilidades de que eso ocurriese eran tan remotas que no merecía la pena preocuparse, tu-

vimos que entrenar a los padres para que le transmitieran tranquilidad y aprendieran a utilizar el sentido del humor para desbloquear estas situaciones.