

15 Consejos para hablar con los niños sobre la violencia escolar

Escrito por Lydia Breiseth

Directora, Colorín Colorado

A medida que las familias y los educadores comienzan a responder a las preguntas de los niños acerca del tiroteo en la escuela de Connecticut, muchos adultos se preguntan cómo pueden ayudar a los niños a enfrentar la tragedia. Algunos adultos pueden cuestionarse respecto a qué tanta información debe dársele a los niños, o bien sobre lo qué pueden decir para tranquilizar a sus hijos acerca de su seguridad. Otros tal vez busquen ideas sobre qué decir cuando los niños pregunten por qué ocurrió esta tragedia o cómo pueden ayudar a las personas que han sido afectadas.

Múltiples organizaciones del país están reuniendo sus recursos para ofrecer alguna orientación y muchas de estas organizaciones están publicando material en varios idiomas. He aquí algunos consejos para empezar, así como algunos recursos adicionales recomendados.

Nota: Muchas de estas sugerencias han sido publicadas originalmente en [Fred Rogers Talks About Tragic Events in the News](#) (también disponible [en español](#)).

Cómo hablar con los niños sobre las tragedias en las noticias

- **En primer lugar, averigüen lo que su niño o alumno sabe acerca del evento.** Incluso si aún no lo han comentado juntos, el niño ha escuchado las noticias de los medios de comunicación o de sus compañeros de clase. La percepción del niño de lo que ha sucedido puede ser muy diferente de la realidad.
- **Asegúrenle al niño de que está bien hablar acerca de eventos tristes o que dan miedo.** También está bien admitir que uno se siente triste, asustado o enojado, y también reconocer que se tienen esos sentimientos. En una entrevista con *Good Morning America*, la experta Willow Bay aconseja que conviene: "Establecer que por mucho miedo que dé algo no hay ninguna pregunta que su hijo no pueda hacer". Asimismo, el Sr. Rogers escribe: "Si no le dejamos saber a los niños que está bien sentirse triste o asustado, ellos pueden pensar que algo está mal con ellos mismos cuando se sienten así".

- **Fomenten preguntas, tanto ahora como en el futuro.** El Dr. David Schonfeld escribe: "Al igual que los adultos, los niños pueden afrontar mejor una crisis si sienten que la entienden. El intercambio de preguntas y respuestas brinda la oportunidad de ofrecerle apoyo a medida que su niño comienza a entender la crisis y responde a ésta".
- **Asegúrenle al niño que está seguro.** Cuando un niño tiene preguntas como: "¿Por qué ocurrió esto?" o "¿Estoy seguro yo?", explíquele que este tipo de eventos son muy raros. La Sra. Bay también anima a los padres a que hablen de las múltiples personas que a diario trabajan para mantener seguros a los niños, como son los policías, los maestros o la directora de la escuela.
- **Al compartir información, sean honestos, pero tomen en cuenta la edad del niño.** La Asociación Nacional de Psicólogos Escolares ofrece las siguientes directrices útiles en sus consejos para [hablar con los niños acerca de la violencia](#) (disponible en varios idiomas a continuación):
 - Los niños de los **primeros años de primaria** necesitan información breve y sencilla que debe equilibrarse con la reafirmación de que su escuela y hogares son lugares seguros y que los adultos están allí para protegerlos. Den ejemplos de la seguridad en la escuela como el hecho de recordarle a los niños que las puertas de la calle están bloqueadas, la supervisión que se da a los niños en el patio de recreo y los simulacros de emergencia que practican durante el día escolar.
 - Los niños en los **años superiores de la primaria e inicio de la secundaria** verbalizan más y hacen preguntas sobre si realmente están seguros y qué se está haciendo en su escuela. Puede ser que necesiten ayuda para separar la realidad de la fantasía. Hablen del trabajo que realizan los directores de la escuela y la comunidad para ofrecer escuelas seguras.
 - Los **alumnos de secundaria y preparatoria** tendrán fuertes opiniones y ofrecerán comentarios sobre las causas de la violencia en las escuelas y la sociedad. Compartirán sugerencias concretas sobre cómo hacer más segura la escuela y cómo prevenir tragedias en la sociedad. Destaquen el papel que los propios estudiantes juegan para mantener las escuelas seguras al seguir los lineamientos de seguridad de la escuela (por ejemplo, no permitirle a extraños el acceso a la escuela, reportar la presencia de extraños en el campus, reportar las amenazas a la seguridad de la escuela hechas por estudiantes o miembros de la comunidad, etc.), y al comunicarse con el personal de seguridad.
- **Recuerden que está bien admitir que uno no tiene todas las respuestas.** El Sr. Rogers ofrece lo siguiente: "Si la respuesta es 'no sé', entonces, la respuesta más simple podría ser algo como, 'Me entristece la noticia y me preocupa. Pero te quiero mucho y aquí estoy para cuidarte'."

- **Sean pacientes.** Si el niño no tiene mucho que decir todavía, dele tiempo y hágale saber que está bien volver después con más preguntas o para hablar de los acontecimientos cuando él esté listo. Si muestra signos de depresión y ansiedad con el tiempo, hable con el pediatra del niño o con un consejero para obtener su orientación.

Otros pasos importantes

- **Apaguen las noticias.** Las imágenes de los medios pueden aumentar el trauma de una tragedia, especialmente en los niños pequeños. Las imágenes en la televisión, en video y en Internet pueden ser confusas y desconcertantes ya que las imágenes dramáticas las repiten una y otra vez. El Sr. Rogers señala que es como que: "Alguien que ha muerto aparece vivo y luego muere una y otra vez", mientras que la Dra. Elaine Ducharme explica que esto puede llevar a los niños a creer que la tragedia ha ocurrido muchas veces. Además, la cobertura en directo y la cercanía de las imágenes de la televisión pueden aumentar la sensación de peligro. Si el niño ve estas imágenes, ayúdele a entender que él está muy lejos de donde ha ocurrido la noticia.
- **Busquen fuentes de información adecuadas para niños.** Estas pueden incluir libros infantiles, revistas y sitios Web para los niños que quieren saber más. Para obtener más información acerca del uso de la literatura infantil, consulte [*After the Crisis: Using Storybooks to Help Children Cope*](#). Algunos sitios Web con noticias para los niños se enumeran a continuación.
- **Estimulen al niño para que exprese sus sentimientos e ideas por medio de actividades familiares.** La profesora Bonnie Rubenstein recomienda la escritura, la pintura y el canto. Los juegos también pueden ser útiles, pero el Sr. Rogers alienta a los adultos a que ayuden a que los niños imaginen situaciones "seguras" como sería el ayudar a alguien en un hospital en vez de recrear la tragedia.
- **Hablen sobre las personas que están ayudando.** El Sr. Rogers señala que cuando su familia se enteraba de malas noticias, su madre le animaba a "buscar a los ayudantes". Estos pueden incluir a los socorristas, voluntarios, médicos o miembros de la comunidad. Hágale saber a su hijo que aunque suceden cosas malas, el mundo tiene muchas buenas personas que quieren ayudar.
- **Pídale al niño que le dé ideas sobre cómo ayudar.** Esto podría incluir actividades como la recaudación de fondos, la recaudación de donaciones o ser amigos por carta, así como identificar algunas maneras para marcar una diferencia más cerca de casa mediante un proyecto comunitario. El Sr. Rogers sugiere también que hablen de la manera cómo los adultos pueden ayudar, por ejemplo, haciendo una donación o al escribir una carta.

- **Mantengan su rutina.** La normalidad ayudará al niño a lidiar con los sentimientos difíciles, así como también el hecho de hacer cosas divertidas que ambos disfruten. ¡Recuerden que los niños aún necesitan ser niños!
- **Mantengan la calma.** El sitio *OneToughJob.com* subraya la importancia que tiene para los adultos el que manejen su propio estrés para que a su vez puedan ser los mejores cuidadores posibles – y también que recuerden que los niños pueden escuchar conversaciones de los adultos.
- **¡Únanse más!** Un consejo final del Sr. Rogers: "Dele a su hijo mayor confort y afecto físico, por ejemplo, con abrazos o acurrucándose para leer juntos un libro favorito. El confort físico contribuye bastante a fomentar la seguridad interna. Esa cercanía también puede animarlo a usted".

Recursos recomendados en español

- [Cómo Hablar con los Niños acerca del Tiroteo en la Escuela de Connecticut](#) (American Federation of Teachers)
- [Cómo ayudar a sus hijos tras los tiroteos en los centros de educación](#) (American Psychologists Association)
- [Cómo Ayudar a los Niños a Enfrentar Traumas](#) (Cruz Roja)
- [Conversando con Niños Sobre la Violencia: Sugerencias para Padres y Maestros](#) (National Association of School Psychologists)
- [El apoyo es crucial para los niños después de una tragedia](#) (CNN Mexico)

Recursos en otros idiomas

- [Cómo Ayudar a los Niños a Enfrentar Traumas – Versiones multilingües](#) (Cruz Roja)
- [Conversando con Niños Sobre la Violencia: Sugerencias para Padres y Maestros – Versiones multilingües](#) (National Association of School Psychologists)

Sobre la escritora

[Lydia Breiseth](#) es la Directora de Colorín Colorado, un proyecto basado en WETA en Washington, DC.

Agradecimientos

Este artículo y su traducción fueron auspiciados por la Federación Nacional de Maestros (American Federation of Teachers). La versión electrónica está disponible en Colorín Colorado:

<http://www.colorincolorado.org/articulo/55324/>

Referencias

Bay, Willow. Interview on Good Morning America. "How to Talk to Your Kids about the Connecticut Shooting." Retrieved 12/17/12 from <http://abcnews.go.com/blogs/headlines/2012/12/willow-bay-talking-to-your-kids-connecticut-shootin/>

Fassler, David. "Tips for Talking to Children about the Connecticut School Shooting." As posted on the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry website. Retrived 12/17/12 <http://www.aacap.org/galleries/default-file/TipsforTalkingtoChildrenabouttheSchoolShooting.pdf>

Ducharme, Dr. Elaine. Interview on Weekend Edition Saturday. "To Recover From Trauma, Kids Follow Lead of Adults." December 15, 2012. Retrieved from <http://www.npr.org/2012/12/15/167321218/to-recover-from-trauma-kids-follow-lead-of-adults>

National Association of School Psychologists. "Talking to Children About Violence: Tips for Parents and Teachers." Retrieved 12/17/12 from http://www.nasponline.org/resources/crisis_safety/talkingviolence.pdf

OneToughJob.com. "Talking About Tragic Events." Retrieved 12/17/12 from <http://www.onetoughjob.org/your-family/transitions/talking-about-tragic-events>

Rogers, Fred. The Fred Rogers Company. "Fred Rogers Talks About Tragic Events in the News." Retrieved 12/17/12 from <http://www.fredrogers.org/new-site/par-tragic-events.html>

Rubenstein, Bonnie. Education Week. "In the Wake of Newtown, Helping Children Cope." Retrieved 12/17/12 <http://www.edweek.org/ew/articles/2012/12/17/15rubenstein.h32.html?tkn=YVTF05XC51nONaV7awauQw%2F4AEYJMyLg99xq&cmp=clp-edweek>

Schonfeld, David. "Doctor Advises Adults on How to Talk with Children about Connecticut School Shooting." Published by American Federation of Teachers. Retrieved 12/17/12 from http://www.colorincolorado.org/pdfs/articles/Talking%20to%20Students%20about%20Connecticut%20School%20Shooting_Bilin.pdf