

Hablando a los niños sobre la violencia en las escuelas



Especialistas de la Asociación Nacional de Psicólogos Escolares (NASP) ofrecen consejos para padres y maestros sobre cómo hablarle a los niños.

Por: Redacción
editorial@noticiali.com

Los actos de violencia de alto perfil, particularmente en las escuelas, pueden confundir y asustar a los niños que pueden sentirse en peligro o preocuparse de que sus amigos o seres queridos estén en riesgo. Buscarán en los adultos información y orientación sobre cómo reaccionar. Los padres y el personal de la escuela pueden ayudar a los niños a sentirse seguros estableciendo un sentido de normalidad y seguridad, y hablando con ellos sobre sus miedos.

Especialistas de la Asociación Nacional de Psicólogos Escolares (NASP) ofrecen estos consejos para padres y maestros sobre cómo hablarle a los niños:

1. Asegúrele a los niños que están seguros

Enfatice que las escuelas son muy seguras. Valide sus sentimientos. Explique que todos los sentimientos están bien cuando ocurre una tragedia. Deje que los niños hablen sobre sus sentimientos, ayúdelos a ponerlos en perspectiva y a expresar los sentimientos apropiadamente.

2. Haga un tiempo para hablar

Deje que sus preguntas sean su guía en cuanto a la cantidad de información a proporcionar. Sea paciente; los niños y jóvenes no

siempre hablan fácilmente de sus sentimientos.

Esté atento a las pistas de que es posible que quieran hablar. Algunos niños prefieren escribir, tocar música o hacer un proyecto de arte como una salida. Los niños pequeños pueden necesitar actividades concretas (como dibujar, mirar fotos en libros o juegos imaginativos) para ayudarlos a identificar y expresar sus sentimientos.

3. Mantenga explicaciones apropiadas de acuerdo al desarrollo de cada niño

- Los niños de escuela primaria temprana necesitan información breve y simple que debe ser equilibrada con alivios de que su escuela y sus hogares están seguros y que los adultos están allí para protegerlos. Proporcione ejemplos simples de seguridad escolar, como recordarles sobre las puertas exteriores que se cierran, los esfuerzos de monitoreo infantil en el patio de recreo y los simulacros de emergencia practicados durante el día escolar.

- Los niños de la escuela primaria superior y de la escuela intermedia temprana serán más vocales al hacer preguntas sobre si realmente están seguros y sobre qué se está haciendo en su escuela. Es posible que necesiten ayuda para separar la realidad de la fantasía. Discuta los esfuerzos de la escuela y de líderes de la comunidad para proporcionar seguridad

- Los estudiantes de intermedia y secundaria tendrán opiniones fuertes y variadas sobre las causas de la violencia en las escuelas y la sociedad. Compartirán sugerencias en concreto sobre cómo hacer para que la escuela sea más segura y cómo prevenir tragedias. Enfatice el rol que los estudiantes tienen en mantener sus escuelas seguras al seguir pautas de seguridad, por ejemplo no proporcionar acceso a las escuelas a desconocidos, informar sobre extraños en el campus, reportando amenazas a la seguridad escolar hechas por estudiantes o miembros de la comunidad, etc., comunicando cualquier preocupación de seguridad a los administradores escolares, y acceder al apoyo para necesidades emocionales.

4. Revise los procedimientos de seguridad

Esto debería incluir procedimientos y garantías en la escuela y en casa. Ayude a los niños a identificar al menos un adulto en la escuela y en la comunidad a donde pueden ir si se sienten amenazados o en riesgo.

5. Observar el estado emocional de los niños

Algunos niños pueden no expresar sus preocupaciones verbalmente. Los cambios en el comportamiento, el apetito y los patrones de sueño también pueden indicar el nivel de ansiedad o incomodidad de un niño. En la mayoría

de los casos, estos síntomas se aliviarán con consuelo. Sin embargo, algunos niños pueden estar en riesgo de reacciones más intensas. Niños que hayan tenido una experiencia traumática pasada o pérdida personal, que sufran de depresión u otra enfermedad mental, o con necesidades especiales, pueden estar en mayor riesgo de reacciones severas. Busque ayuda del profesional de salud mental si está preocupado.

6. Limite ver eventos de violencia por TV

Limite la visualización de televisión y tenga en cuenta si la TV está encendida en áreas comunes. La información inapropiada para el desarrollo puede causar ansiedad o confusión, particularmente en niños pequeños. Los adultos también deben ser conscientes del contenido de las conversaciones que tienen entre sí frente a los niños, incluso adolescentes. Limite su exposición a comentarios vengativos, odiosos y enojados que podrían ser incomprensidos.

7. Mantener una rutina normal

Mantener un horario regular puede ser tranquilizador y promover la salud física. Asegúrese de que los niños duerman lo suficiente, coman con regularidad y hagan ejercicio. Anímelos a mantenerse al día con sus tareas escolares y actividades extracurriculares, pero no los presionen si parecen abrumados.