

## **HABLANDOLE A NUESTROS HIJOS ACERCA DE TIROTEOS EN LAS ESCUELAS**

Sarah Serrano, LCSW

Guest Blogger, NBA Mental Health Initiative Task Team

May 2018

*Tener y enfrentar el miedo es una parte normal del desarrollo de cada niño. Miedo a la oscuridad, miedo a estar lejos de sus padres y miedo a los peligros ocultos que aguardan debajo de la cama, por nombrar algunos.*

*El 14 de febrero de 2018, una vez más, todos nos enfrentamos al hecho de que nuestros hijos viven una realidad muy aterradora, la posibilidad de tiroteos en las escuelas. Un estudiante sobreviviente del tiroteo de Parkland nos recordó a todos que han crecido en el mundo post Columbine, donde los simulacros acerca de personas armadas en la escuela son parte de sus experiencias de vida escolar.*

*La seguridad escolar está nuevamente a la vanguardia de la mentalidad de la Nación, con cada escuela hablando de eso; Nuestros hijos están escuchando sobre esto por parte de los maestros, consejeros y agentes de la ley; ellos lo escuchan en las noticias, en las ligas menores, en las redes sociales e incluso en la iglesia para niños. Pero, ¿cómo se están llevando acabo las conversaciones de los padres con sus hijos acerca de este tema?*

*La Asociación Americana de Consejeros Escolares recomienda lo siguiente:*

- *Intente y mantener las rutinas lo más normal posible. Los niños obtienen seguridad de la previsibilidad de la rutina, incluida la asistencia a la escuela.*
- *Limite la exposición a la televisión y las noticias.*
- *Sea honesto con los niños y comparta con ellos la mayor cantidad de información que puedan manejar.*
- *Escuche los miedos y preocupaciones de los niños.*
- *Asegúreles a los niños que el mundo es un buen lugar para estar, pero que hay personas que hacen cosas malas.*
- *Los padres y adultos necesitan primero tratar y evaluar sus propias respuestas a la crisis y el estrés.*
- *Reconstruir y reafirmar vínculos y relaciones.*

*Puede encontrar este artículo en (\*en Ingles): <https://www.schoolcounselor.org/school-counselors/professional-development/learn-more/shooting-resources>*

*Es importante tener en cuenta que los niños no tienen que verse directamente afectados por un tiroteo en su escuela para verse profundamente afectados al enterarse de un tiroteo en otra escuela.*

*Un excelente artículo del sitio web: ¡Colorin, Colorado! también brinda a los padres consejos excelentes para tener estas conversaciones importantes. El artículo recomienda lo siguiente entre otros tips:*

- *Comience descubriendo lo que saben*
- *Protéjalos de demasiada información*
- *Enfóquese más en sus sentimientos que en el evento mismo*
- *Comprenda lo que pueden procesar dentro de su etapa de desarrollo*
- *No evite las preguntas difíciles*
- *Busque ayuda profesional si es necesario.*

*Para leer este artículo y obtener otros enlaces y recursos importantes bajo este tema, visite: <http://www.colorincolorado.org/es/articulo/15-consejos-para-hablar-con-los-niños-sobre-la-violencia-escolar>*

*Finalmente, tómese el tiempo para sentarse con su hijo, ya sean niños en edad preescolar, en la escuela intermedia o secundaria, y recuérdelos la siguiente verdad: Dios es nuestro protector. Cuando era niña, siempre encontraba consuelo en las promesas de Dios. Lea el Salmo 91 juntos y recuérdese a sí mismos que, "Aquellos que viven bajo el refugio del Altísimo encontrarán descanso a la sombra del Omnipotente. Esto lo declaro acerca del Señor: Él solo es mi refugio, mi lugar de seguridad; Él es mi Dios, y yo confío en él." Salmos 91: 1-2*



*La "blogger" invitada Sarah Serrano está disfrutando la aventura de su vida en su papel de esposa y educadora en el hogar, madre de dos niños pequeños. Le encanta adorar y servir junto a su comunidad de fe, Iglesia Cristiana Central (Discípulos de Cristo), en Coral Gables, Florida, y como Trabajadora Social Clínica brinda servicios a la comunidad a través de su práctica de consejería de salud mental, Bienestar Counseling and Education. [www.bienestarce.com](http://www.bienestarce.com), [sarah@bienestarce.com](mailto:sarah@bienestarce.com).*

*With hopes to support the prioritization of mental health and wellness in the life of the church, the **NBA Mental Health Initiative** aims to establish the necessary awareness and understanding required to counter stigma and change the landscape of conversation regarding mental illness and disorders within the church. Learn more at [www.nbacares.org/mental-health](http://www.nbacares.org/mental-health).*