



**Oficina para la
Integración de
la Familia y la
Comunidad**

Prevención de la Violencia: Háblale a tus Hijos

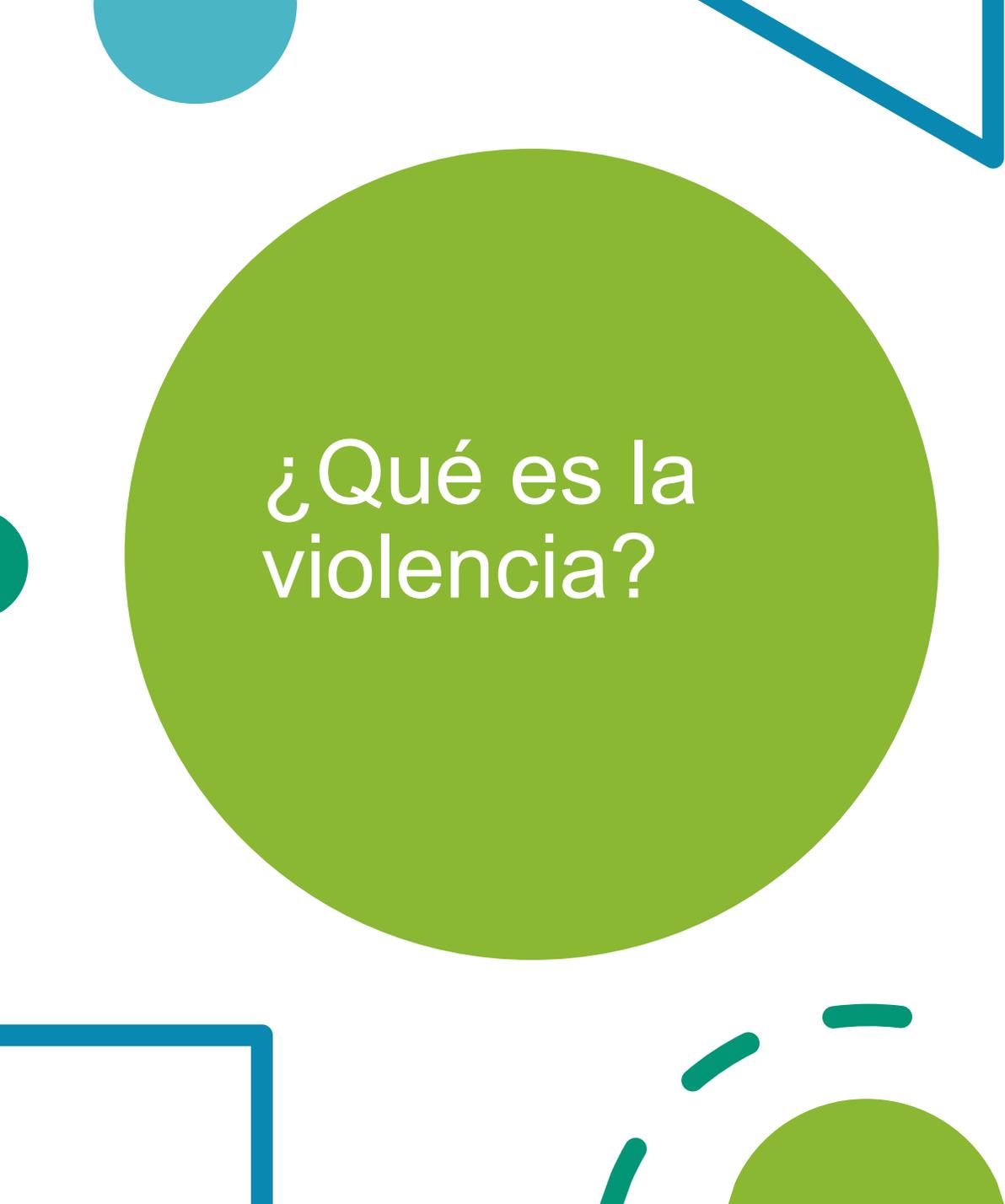


**Noviembre:
"Mes del Compromiso y Participación
Familiar en el Proceso Educativo"**

DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN



DRA. YANIRA I. RAÍCES VEGA
Secretaria

A decorative graphic featuring a large green circle on the left containing the text. To the right, there are teal geometric shapes: a triangle at the top, a square at the bottom left, and a semi-circle at the bottom right. The background is white.

¿Qué es la
violencia?

La violencia es el "uso intencional de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra uno mismo, una persona, grupo o comunidad que tiene como resultado la probabilidad de daño psicológico, lesiones, la muerte, privación o mal desarrollo.

¿Cuáles son
las
consecuencias
de la violencia
en niños y
adolescentes?

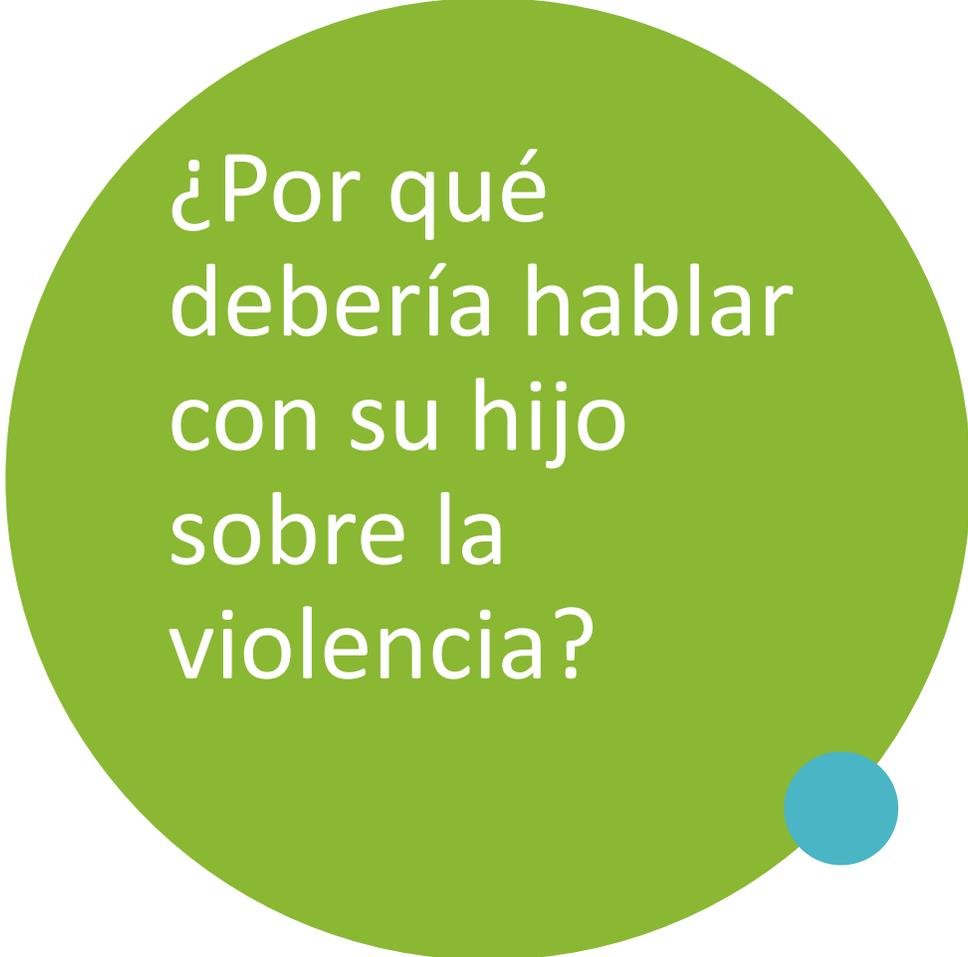
La exposición a la violencia a una edad temprana puede perjudicar el desarrollo del cerebro y dañar otras partes del sistema nervioso, así como los sistemas endocrino, circulatorio, musculoesquelético, reproductivo, respiratorio e inmunológico, con consecuencias para toda la vida.





Los menores confían en los adultos para sentirse seguros. Cuando nos oyen hablar sobre un acto violento en las noticias, en las películas o de otros menores, necesitan que sus padres los guíen.

Hablar y escuchar a su hijo le ayuda a aclarar sentimientos como el miedo o la tristeza.



¿Por qué debería hablar con su hijo sobre la violencia?

Exposición a la violencia

- La mayoría de los menores están expuestos a la violencia en la televisión, el cine, a través de vídeos, en las redes sociales y en otros medios de comunicación.
- Algunos menores pueden experimentar la violencia directamente.
- Otros menores experimentan la violencia de manera vicarial, o sea, mediante de relatos de sus amigos, vecinos, familiar u otros adultos.



¿Cuándo debo hablar con mis hijos sobre la violencia con las armas de fuego?

Cuando ocurre un hecho de violencia con armas de fuego, tal vez, los niños necesiten algo de tiempo para poder hablar del tema.

Algunos niños quizás quieran hablar pero no saben cómo iniciar una conversación.

Si se quedan cerca, por ejemplo mientras usted hace las tareas del hogar, tal vez sea una señal de que quieren conversar sobre el tema.

Otros menores quizás, no se sientan tan cómodos hablando y se expresen a través de la escritura, la música o el arte.

Pero si su hijo no parece estar interesado o no desea hablar de inmediato, no lo presione. Si cree que su hijo siente curiosidad, puede preguntarle si le gustaría hablar sobre algo.

¿Qué debería decir sobre la violencia con armas de fuego?



Déjese guiar por las preguntas de su hijo para saber cuánta información conviene compartir.



Sea franco y sincero.

Diga la verdad de lo que ocurrió y no le dé más detalles de los que su hijo quiere conocer. Concéntrese en los hechos básicos y diga algo como "hubo un tiroteo y algunas personas resultaron heridas, pero ya pasó todo".

Su objetivo es aquietar todo temor y ayudar a sus hijos a sentirse seguros.



Contenga las emociones de su hijo.

No le reste importancia a los sentimientos de su hijo.

Si le dice que está asustado o angustiado, evite responderle: "No te preocupes. Todo estará bien". Por el contrario, repita sus palabras: "Sí, sé que esto te asusta mucho". De esta forma, sus hijos sabrán que los está escuchando y los comprende.



Adapte sus explicaciones a la edad y la madurez de sus hijos.

Tenga en cuenta cuánta información pueden recibir y manejar sus hijos. Si cree que su hijo quiere hablar, comience diciendo algo como: "¿Qué escuchaste sobre lo que ocurrió?" o "¿Qué dicen tus amigos?".

A continuación, encontrará consejos para niños en los años primarios:

- La información que le dé debe ser breve y sencilla.
- Recuérdeles a sus hijos que cuentan con adultos que los protegen.
- Si el hecho de violencia con armas ocurrió en la escuela, explíqueles cuáles son las cosas que los mantienen a salvo, como mantener las puertas cerradas en las puertas y los simulacros de emergencias.
- Si tiene hijos muy pequeños, puede usar libros con imágenes o dibujos para ayudarlos a expresar lo que están sintiendo.
 - Puede solicitar recomendaciones de libros o cuentos a sus maestros o a la persona encargada de la biblioteca.

Consejos para niños

- Hable de forma más general.
- A esta edad, los niños hablan más y hacen preguntas sobre la violencia y la seguridad.
- Pueden usar más su imaginación. Por lo tanto, pueden necesitar orientación para separar lo que sucedió en realidad y la historia que cuentan.
- Pueden hablar sobre lo mal que está herir o matar a otra persona y sobre el uso inadecuado de las armas de fuego.
- Los niños de esta edad suelen hacer preguntas como las siguientes:
 - “¿Estoy realmente seguro?”
 - “¿De qué manera estoy protegido?”.
- Explíquelo lo que están haciendo la comunidad y la escuela.

Consejos para adolescentes

- Tal vez los adolescentes tengan opiniones formadas sobre la violencia con armas de fuego.
- Por eso, podría preguntar algo como:
 - “¿Qué opinas de lo que ocurrió?”.
- También puede hablar sobre por qué las personas hieren a otros.
- Tal vez, tengan una enfermedad mental o problemas para manejar el enojo, consuman **drogas** o beban **alcohol**.
 - Esta es una buena oportunidad para mencionar los peligros de las drogas y el alcohol.
- Hágale saber a su hijo adolescente que hay personas de la comunidad preparadas para ayudar en estos casos (médicos, profesores, policías, líderes religiosos, etc.).
- Recuérdeles que, si están enojados, deben recurrir a usted o a otro adulto en quien confíen.

Recomendaciones para hablar con sus hijos sobre la violencia

1. Elija el momento adecuado para hablar.

- Ofrezca a los niños una forma de expresarse.
- Dedique tiempo para hablar cuando usted y su hijo se sientan sin prisas y relajados: durante la cena, a la hora de acostarse o de camino a la escuela o de regreso a la casa.
- Evite iniciar una conversación cuando su hijo esté disgustado o muy emocionado por un tema.
- Haga saber a sus hijos que está abierto a hablar con ellos interesándose por lo que ocurre en sus vidas.

¿Cómo dialogar con su hijo?



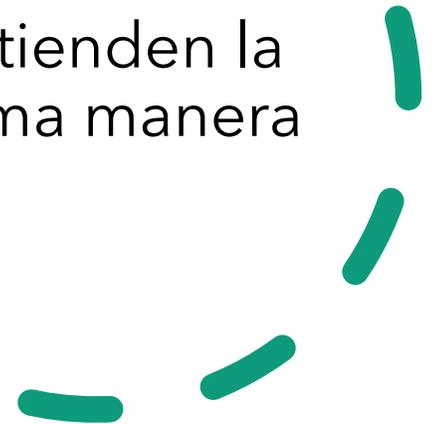
- Haga preguntas para conocer lo que su hijo ya sabe y esté dispuesto a escuchar.
 - Puede que se sorprenda al descubrir cuánto sabe o desconoce su hijo. Puede empezar con:
 - "¿Qué dicen los niños en la escuela sobre lo que ha pasado en las noticias?". O pregunte:
 - "¿Qué te parece el anuncio de seguridad de tu escuela?".

Recomendaciones para hablar con sus hijos sobre la violencia:



2. Deje que le cuenten lo que saben.

- Establezca una conversación en torno a sus preguntas y lo que saben sobre un tema o un evento, no en torno a lo que usted sabe.
- Los menores no entienden la violencia de la misma manera que los adultos.



¿Cómo dialogar con su hijo?

Elija qué compartir con su hijo.

Los niños pequeños necesitan tener la seguridad de que están a salvo.

Mantenga la información simple y breve.

Hable sobre las cosas que la escuela y su familia hacen para protegerlos.

Es importante explicarles que los adultos en sus vidas, como los maestros y los directores de escuela, trabajan arduamente para mantenerles seguros.

Por ejemplo, dígalos que las puertas exteriores de la escuela están cerradas. Hágales saber que los adultos los cuidan cuando juegan afuera.

Recomendaciones para hablar con sus hijos sobre la violencia:

3. Ofrezca seguridad.

Expréseles a sus hijos que están protegidos y a salvo.

Los menores a menudo piensan que la misma cosa terrible sucederá en su ciudad o su escuela o les sucederá a ellos.

Recomendaciones para hablar con su hijo sobre la violencia:



4. Permita que aprendan de la experiencia.



Dele la oportunidad de aprender de lo que le da miedo.



Presente un ejemplo de cómo ellos u otra persona resolvieron un conflicto sin usar la violencia.

**Recomendaciones
para hablar con
sus hijos sobre la
violencia:**

**5. Ayúdeles a usar actividades
para expresar sus
sentimientos.**

Apoye los esfuerzos de los menores para procesar las noticias aterradoras mediante el juego, el dibujo u otras actividades.

Recomendaciones para hablar con sus hijos sobre la violencia:

6. Exprese sus propios sentimientos.



Hable sobre cómo le hace sentir la violencia, incluso si ese sentimiento es miedo.

Esto puede ayudar a los niños a saber que no están solos en lo que sienten.

No se preocupe si no tiene todas las respuestas.

- Por ejemplo, si un niño pregunta: "¿Por qué pasan cosas malas?," está bien decir que no lo sabe.

¿Qué más debería saber?

Esté atento a lo que miran sus hijos. Limite lo que sus hijos ven sobre la violencia con armas de fuego en la televisión, en línea o en las **redes sociales**. Los niños son curiosos, pero hay contenido que podría angustiarlos o causarles ansiedad. Preste atención a la frecuencia con que habla sobre las **noticias** delante de ellos. No deje el canal de noticias encendido todo el día.

Ayude a sus hijos a sentir que tienen el control. Después de un episodio de violencia con armas de fuego, busque formas de ayudar, tal vez, les dé a sus hijos cierta sensación de control. Considere hacer donaciones, ofrecerse como voluntario o escribir cartas. Busque y comparta noticias que resalten lo que otras personas están haciendo.

¿Qué más debería saber?

Explíqueles a sus hijos que prestar atención puede ayudar a prevenir la violencia con armas de fuego.

Si escuchan o leen que alguien está planificando herir a otra persona, deben contárselo inmediatamente a un adulto en quien confíen. También deben decir si alguien parece estar enojado o deprimido.

También puede hablar con sus hijos sobre las armas de fuego y la seguridad.

¿Qué más debería saber?

Sigan una rutina. Esto puede ayudar a los niños a sentirse seguros. Asegúrese de que se mantengan físicamente activos, duerman lo suficiente y coman bien. Verifiquen que completen todas sus tareas y participen, como siempre, en las actividades deportivas y los clubes después de clase. Sin embargo, si parece que están abrumados por la situación, eviten presionarlos.

Esté pendiente del estrés. Si su hijo muestra cambios en el comportamiento (como no dormir o comer, no querer estar cerca de personas o estar preocupado todo el tiempo), llame al médico de su hijo o a un **profesional del cuidado de la salud mental y conductual**. Ellos podrán ayudar a su hijo a manejar la **ansiedad** y afrontar la situación.

En una Escuela Segura, los estudiantes, el personal docente y directivo, así como las familias y la comunidad:

- Aprendemos a convivir y a respetarnos evitando cualquier tipo de violencia.
- Apreciamos las distintas formas de ser, pensar y actuar.
- Respetamos las normas que regulan la convivencia.
- Identificamos situaciones de riesgo y actuamos para prevenirlas.
- Llevamos una vida saludable y evitamos el consumo de drogas.
- Participamos en las acciones promovidas por las autoridades escolares para fortalecer la seguridad escolar.
- Aprendemos a organizarnos para prevenir y atender accidentes.

¡GRACIAS!

- En el Departamento de Educación fomentamos la sana convivencia, el respeto a la dignidad del ser humano y protegemos a nuestros estudiantes y a la comunidad escolar a través de diversas iniciativas y proyectos, simulacros y acuerdos interagenciales. ¡Sé parte de tu escuela, y ayúdanos a mantener siempre a nuestros niños sanos y saludables!

RECUERDA:

"TE ESPERAMOS EN LA ESCUELA"

