

# DISCUSSING DIFFICULT SITUATIONS WITH YOUR CHILDREN

STUDENT  
SUPPORT  
DEPARTMENT

BY: [HTTPS://WWW.PTA.ORG/](https://www.pta.org/)



Los niños son conscientes de lo que sucede en el mundo que los rodea. Los padres y los educadores no pueden asumir que los niños no se ven afectados por los eventos globales. Cuando ocurren incidentes aterradores o violentos, como desastres naturales o provocados por el hombre, tanto los niños como los adultos pueden experimentar una variedad de emociones que incluyen miedo, confusión, tristeza e ira.

Para contrarrestar el miedo y dar tranquilidad, los padres, maestros y cuidadores pueden brindar oportunidades para que los niños expresen cómo se sienten y canalicen sus sentimientos en acciones positivas.

Las discusiones entre adultos y niños en situaciones difíciles pueden ser una oportunidad para reforzar los valores, creencias y tradiciones de la familia y la comunidad.

Para obtener más información, consulte los siguientes consejos.

## Preparar

A fin de brindarles la tranquilidad y la orientación que los niños necesitan, los adultos primero deben aceptar sus propios sentimientos. Explore y analice con otros adultos sus propios sentimientos y percepciones. Reconozca que sus experiencias pasadas pueden influir en cómo ve las situaciones actuales.

## Estar alerta

Esté alerta a los signos de malestar en los niños. Estos signos pueden incluir retraimiento, falta de interés, mal comportamiento, miedo a la escuela u otras actividades, o cualquier cosa que se desvíe de la norma del niño.

## Escucha

Escuche atentamente para saber lo que los niños saben y piensan. Trate todas las preguntas de los niños con respeto y seriedad; no "callar", ignorar o rechazar a los niños. Aclare las preguntas de los niños para que pueda comprender lo que se está preguntando, qué ha llevado a la pregunta y cuánta información desea obtener el niño. A veces, sin repetir las palabras exactas, es útil reflejar lo que cree que siente un niño, como una forma de darle la oportunidad de confirmar que lo ha entendido, o de aclarar. Por ejemplo, puedes decir: "Parece que tienes miedo de que algo así vuelva a suceder".

## Tranquilizar

Repase los hechos de lo que realmente sucedió. Tranquilice a los niños de maneras apropiadas para su edad de que están a salvo. Al hablar con los niños pequeños, las respuestas pueden ser simples y directas: "Te amo y siempre haré todo lo posible para que estés seguro". Hágales saber a los niños que muchas personas y organizaciones están trabajando para que estemos seguros, por ejemplo, la policía, trabajadores de rescate y agencias gubernamentales y privadas. Tranquilice a los niños diciéndoles que, si bien ocurren eventos que son difíciles de entender, vivimos en un país maravilloso y, durante la gran mayoría del tiempo, estamos a salvo.

## Se honesto

Responda las preguntas de la manera más clara y honesta posible, utilizando un lenguaje y definiciones apropiadas para el desarrollo. Si no sabe la respuesta a la pregunta de un niño, dígalos y haga un plan para intentar averiguarlo. Corrija usted mismo si proporciona información incompleta o inexacta. No tenga miedo de cometer un error; cuando admitimos nuestros errores, los adultos modelan a los niños cómo admitir sus propios errores. Sea directo al reconocer los errores y evite la defensiva; es mejor decir: "Cometí un error".

## Comparta sus percepciones

Comparta sus percepciones y sentimientos, pero trate de evitar transmitir desesperanza. Sin disminuir la gravedad de una situación, es importante mantener la perspectiva y transmitirla a los niños. Evite dar a los niños pequeños detalles más específicos de los necesarios. Tenga cuidado de no asustar a los niños. Limite la exposición de los niños a las noticias.

## Tomar acción

Los niños necesitan saber que las personas no son impotentes ante desastres naturales o provocados por el hombre; Hay muchas cosas que los niños y los adultos pueden hacer. Tener discusiones regulares sobre las formas en que las personas pueden abordar estos eventos y los pasos específicos para que sucedan. Involúcrese, retribuya y tome medidas para ayudar a los niños a verse a sí mismos como personas que pueden contribuir a crear un mundo mejor.

There is no such thing  
as a perfect parent,  
so just be a real one

See Article

