

# THE PARENT LETTER



About Our Kids:  
A Letter for Parents by the  
NYU Child Study Center

VOLUMEN 1, NUMERO 2

MARZO 2003

## HABLANDO CON LOS NIÑOS ACERCA DEL TERRORISMO Y LA GUERRA EN IRAK

La decisión reciente del Departamento de Seguridad Nacional de poner al país en “alerta anaranjada” y la guerra potencial en Irak son temas difíciles para los padres de discutir con sus niños. Sugerimos que los padres tengan en mente que las reacciones de sus niños pueden ser afectadas por lo siguiente:

- **La edad de los niños.** *Los niños pre-escolares* confunden los hechos con sus fantasías y el temor al peligro. Ellos todavía no tienen la habilidad de mantener los eventos en perspectiva y pueden ser incapaces de bloquear pensamientos perturbantes. Ellos no pueden darse cuenta que un solo incidente es re-transmitido y por eso pueden pensar que está ocurriendo repetidamente y muchas más personas están involucradas de lo que realmente es el caso. *Los niños de la edad escolar* pueden entender la diferencia entre la fantasía y la realidad pero pueden tener problemas en mantenerlos separados durante los tiempos de estrés e incertidumbre. Ellos pueden estar también susceptibles a rumores. Ellos pueden igualar una escena de una película espantosa con las imágenes de las noticias y pensar que los acontecimientos de las noticias son peores de lo que realmente son. Además, las gráficas noticiosas y la naturaleza inmediata de las mismas lo hacen parecer como si el conflicto fuera muy cerca de casa – quizás a la vuelta de la esquina. *Los niños de la escuela intermedia o de la escuela superior* pueden estar interesados e intrigados por la política de una situación y sentirse con la necesidad de tomar una postura o acción. Ellos pueden mostrar un deseo de involucrarse en actividades políticas o de caridad relacionadas con actos violentos.
- **El estilo de personalidad y temperamento de los niños.** Algunos niños son naturalmente más propensos a ser temerosos, y las noticias de una situación peligrosa pueden elevar sus sentimientos de ansiedad. En el otro extremo, algunos niños pueden llegar a ser inmunes a, o ignorar la violencia y el sufrimiento representados en las noticias. Ellos pueden llegar a sobrecargarse y llegar a insensibilizarse debido a la naturaleza repetitiva de los reportes.
- **La etapa de desarrollo de los niños.** Los niños relacionan las noticias a los acontecimientos o asuntos en sus propias vidas. Los niños pequeños se preocupan usualmente acerca de la separación de sus padres, lo bueno y malo, y los temores al castigo. Ellos pueden hacer preguntas acerca de los niños vistos solos en las noticias y pueden presentar asuntos acerca de sus propias conductas buenas y malas. Debido a que *los niños de la escuela intermedia* están en el medio de luchas con sus compañeros y desarrollando sus propios puntos de vista, ellos estarán preocupados por la justicia y el castigo. *Los adolescentes* consideran los asuntos más grandes relacionados a la ética, la política, e incluso sus propios involucramientos como una respuesta potencial. Los adolescentes, como los adultos, pueden llegar a ser reflexivos acerca de la vida y re-examinar sus propias prioridades e intereses.

Como en toda discusión importante, la meta es el mantener las líneas de comunicación abiertas. Los padres deben equilibrar la honestidad con la ratificación, manteniendo las siguientes pautas en mente.

- ❑ Diga la verdad. El hablar sobre actos violentos no aumentará los temores de su niño(a); el permitir que su niño(a) mantenga callados sus sentimientos es más dañino. Aunque los padres y los maestros puedan ser tentados a proteger a los niños de realidades desagradables, no es útil dar información falsa ni evitar la discusión. Use un lenguaje y discusión de conceptos apropiados a la edad e interés del niño(a). Por ejemplo, use los conceptos sencillos y concretos acerca de sentimientos de enojo y desobediencia de leyes con niños pequeños. La historia y la política pueden ser temas útiles para discutir con los niños más grandes.

- ❑ Respete el deseo de un niño(a) de no hablar acerca de asuntos particulares hasta que él/ella esté preparado(a) para hacerlo. Algunos niños no saben cómo hablar acerca de sus preocupaciones, y es por eso que a menudo es útil que los padres inicien el diálogo
- ❑ Esté disponible y busque oportunidades para hablar a medida que surjan; por ejemplo, cuando miren las noticias juntos.
- ❑ Pregúntele a los niños lo que ellos han oído o piensan cuando comiencen una discusión. Refrene el dar una charla o enseñar acerca de los asuntos hasta que usted explore lo que es importante, confuso o preocupante para el niño(a).
- ❑ Esté alerta a las reacciones no verbales, tal como la expresión facial, postura o conducta al jugar.
- ❑ Nunca rechace los temores de un niño(a). Los niños pueden sentirse avergonzados o criticados cuando sus temores son minimizados. Confirmeles que sus sentimientos son normales.
- ❑ Ayude a los niños a dominar sus temores y ansiedades explorando los asuntos y buscando formas positivas de enfrentar los problemas.
- ❑ Reafirme a los niños con datos de cómo la gente es protegida. Por ejemplo, describa la rutina y la acción especial tomada por la policía en la comunidad, o la reunión presidencial con los líderes mundiales. Refuerce las medidas de seguridad individuales que se puedan tomar. Por ejemplo, la importancia de hablarle a un adulto cuando se sienta asustado(a) o conocer el número telefónico de sus padres.
- ❑ Evite los temores de 'y si' (suposiciones) y despida rumores ofreciendo información segura y honesta. Permita que los niños sepan que muchas personas están trabajando juntas para prevenir que los acontecimientos violentos ocurran una y otra vez.
- ❑ Mantenga las rutinas y la estructura, que ayudan a normalizar un evento, y restaure un sentido de seguridad.
- ❑ Continúe estando atento a las preocupaciones de los niños. El contestar preguntas y el enfocar temas de temores no ocurren necesariamente en una sola sesión o lección de historia. Nuevos asuntos surgen y llegan a ser aparentes con el tiempo. De esta manera, la discusión acerca del terrorismo y la guerra deberían de tomar lugar continuamente y según las necesidades del momento.

**Escrito y desarrollado por Robin Goodman, Ph.D., Anita Gurian, Ph.D. y el personal del NYU Child Study Center**

### **ACERCA DEL CENTRO DEL ESTUDIO DEL NIÑO DE NYU**

El NYU Child Study Center es dedicado a la comprensión, la prevención y el tratamiento de los problemas de la salud mental de los niños y los adolescentes. El centro ofrece evaluación y tratamiento para niños y adolescentes con problemas de salud mental como la ansiedad, la depresión, dificultades de aprendizaje o atención, trauma y síntomas relacionados al estrés.

Para más información acerca de los servicios de evaluación y tratamiento, así también como los servicios de salud mental ofrecidos sin costo alguno a través de los estudios clínicos, llame al (212) 263-6622. Los ejemplos de los estudios clínicos en el NYU Child Study Center incluyen una evaluación y programa de entrenamiento para mejorar las habilidades inter-personales y el manejo-emocional de los adolescentes perturbados después de un evento traumático.

El NYU Child Study Center también ofrece talleres y conferencias para padres, educadores y profesionales de la salud mental sobre varios temas de la salud mental y la crianza de los niños. Para aprender más o solicitar a un orador, llame al (212) 263-2479.

Para información adicional, pautas y sugerencias prácticas sobre varios temas de la salud mental de los niños y asuntos de su crianza, por favor visítenos al website del NYU Child Study Center, [AboutOurKids.org](http://AboutOurKids.org).



**Cambiando la Apariencia de la Salud Mental de Los Niños  
NYU Child Study Center**

**577 First Avenue  
New York, NY 10016  
(212) 263-6622**

**1981 Marcus Avenue, Suite C10  
Lake Success, NY 11042  
(516) 358-1808**