

CÓMO HABLAR CON LOS NIÑOS SOBRE ASUNTOS DIFÍCILES QUE APARECEN EN LAS NOTICIAS

Cuando los momentos de tragedia y dificultad se exponen en las noticias, podemos pensar, o incluso esperar, que los niños no sean conscientes de lo que está sucediendo. Sin embargo, los niños son más conscientes de lo que creemos y son especialmente sensibles al estado de ánimo y las conversaciones de los adultos que los rodean. A continuación, se ofrecen algunas ideas y consideraciones para apoyar a los niños cuando las noticias en el mundo son difíciles:

- Cuando el mundo se siente incierto y las noticias dan miedo, podemos ayudar a los niños a sentirse seguros haciéndoles saber que siempre los cuidaremos y los amaremos, pase lo que pase.

- Hable de manera proactiva con los niños sobre los acontecimientos importantes que espera que puedan escuchar en la escuela, ver en Internet o escuchar en conversaciones de adultos. Dada la rapidez con la que se comparten las noticias, es posible que usted no sea la primera persona en informar a un joven sobre una noticia importante. Aun así, puede compartir lo que cree que es importante que el niño sepa y ayudarle a comprender que las noticias difíciles no son algo que tenga que saber o preguntarse por su cuenta.

- Haga todo lo posible por limitar la exposición de los niños a imágenes y comentarios perturbadores destinados a adultos. Y tenga en cuenta que puede que no sea posible evitar por completo que un niño escuche o vea cosas que no son apropiadas para él. Esta realidad hace que sea aún más importante que los adultos responsables se preocupen por limitar el consumo de medios de comunicación y hablen directamente con los niños sobre los sentimientos y pensamientos que puedan tener acerca de lo que ven y oyen.

> *"Cuando los niños sacan a relucir algo que les da miedo, es útil preguntarles inmediatamente qué saben al respecto. A menudo descubrimos que sus fantasías son muy diferentes de la realidad. Probablemente, lo que más necesitan oír de nosotros, los adultos, es que pueden hablar con nosotros de cualquier cosa y que haremos todo lo posible para mantenerlos a salvo en cualquier momento de temor."*
>
> *~ Fred Rogers, Septiembre de 2001*

- Déjele saber a los niños que siempre está dispuesto a responder sus preguntas. Antes de responder una pregunta, puede ser útil preguntarle al niño: «¿Qué piensas?» o «¿Qué has oído?». A veces, los niños pueden entender más de lo que creemos, pueden haber escuchado información incorrecta o incluso pueden tener una pregunta mucho más sencilla de lo que suponemos. Si usted conoce más acerca de lo que el niño se está preguntando, eso puede ayudarle a responder de manera sencilla y honesta.

- No pasa nada si no sabe la respuesta a la pregunta del niño. Puede decirle: «Yo también me pregunto eso» y que usted compartirá la información a medida que sepa más. Puede ser útil preguntarle al niño más sobre lo que siente. El simple hecho de escuchar los sentimientos del niño con respecto a su incertidumbre le puede ayudar a sentirse seguro.

- Permita que los niños sepan que sus sentimientos siempre están seguros con usted, ya sea que se sientan preocupados, enojados, tristes o cualquier otra cosa. Como nos recuerda Fred Rogers, *«Todo lo que es humano se puede mencionar, y todo lo que se puede mencionar se puede manejar mejor».*

- Las noticias difíciles nos afectan a todos. Para cuidar a los niños que forman parte de nuestras vidas, es importante cuidarnos a nosotros mismos. Establezca límites en cuanto al consumo de noticias, tómese momentos para descansar y busque una red de apoyo para usted.

- Incluso cuando se sienta abrumado, no esté seguro de qué decir o esté pasando por un momento difícil, su presencia y apertura a los pensamientos y preguntas de un niño le permiten al niño saber que no está solo. Como nos recuerda Fred Rogers: *«Cuando soplan vientos fuertes y sacuden nuestras vidas, si sabemos que hay personas que se preocupan por nosotros, podemos doblarnos con el viento... pero no nos romperemos».*

"He estado profundamente preocupado por la exposición gráfica de violencia que los medios de comunicación han estado mostrando recientemente. Les pido su apoyo y protección para sus hijos pequeños. En realidad un niño muy pequeño solamente puede asimilar una cantidad limitada de información sin sentirse abrumado. Francamente, esta situación me ha inquietado mucho, y esa es una de las razones por las cuales quise hablar con ustedes hoy. La mejor cosa en el mundo para sus hijos es ser incluidos en la manera como su familia afronta los problemas que se presentan, especialmente en este momento tan difícil para nuestra nación."

~ Fred Rogers, Junio de 1968

Nuestra Misión

Promover el legado de Fred Rogers invirtiendo en las fortalezas de las familias y de los adultos que apoyan el desarrollo saludable de los niños.

Más información

Para obtener más información sobre el Instituto Fred Rogers, visite nuestro sitio web: **https://www.fredrogersinstitute.org/**

FRED ROGERS INSTITUTE
Saint Vincent College

