

RESPUESTA AL TIROTEO EN TEXAS  
Y LA TRÁGICA MUERTE DE NIÑOS Y ADULTOS  
24 de mayo de 2022

Todos estamos devastados y alterados por las noticias del trágico tiroteo que ocurrió en Uvalde, Texas. Todos nos unimos en oración por la recuperación de todos aquellos que han sufrido lesiones y el consuelo de las familias de las víctimas en duelo, estos sucesos son más aterradores para nuestros hijos y necesitamos procesarlos con ellos, y con nosotros mismos, de una manera que sea veraz y terapéutica.

¿Hablar con nuestros hijos puede ser el primer paso en nuestra mente? Antes de involucrar a los niños, debemos atender nuestras propias necesidades y reacciones emocionales primero.

- Muchos adultos y niños se sentirán intensos y molestos por ver las fotos en las redes sociales por el hecho que hoy en día estas fotos son tan fácilmente disponibles.
- Esto es muy normal habla de nuestra conexión con los demás.
- A menudo, el antídoto más efectivo para disminuir el miedo es hablar sobre sus pensamientos y sentimientos con los demás.
- El simple hecho de hablar de nuestras emociones y miedos los hace más manejables y contenidas.
- Participar en la oración, si lo eliges, puede disminuir el sentido de impotencia durante períodos de percances y tragedia.
- Ambos adultos como los niños con ansiedad preexistente o afecciones comparables experimenten respuestas más intensas.
- Por el contrario, nadie debe juzgarse a sí mismo o a los demás si sus reacciones son más moderadas o poco emocionales. Así como somos diferentes en nuestra manera, pero algunas personas por naturaleza son más estoicas.

Las siguientes preguntas y respuestas proporcionan un marco básico para analizar y procesar esta tragedia para los niños de todas las edades. Se decir, que no es “igual para todos” cuando se trata situaciones traumáticas y estas recomendaciones deben adaptarse al niño específico y a sus circunstancias. El Centro Nacional de Traumatología de la Familia Zachter de OHEL también está disponible para liderar con inquietudes específicas.

### **Cómo abordar las preguntas comunes de los niños**

*¿Es cierto que alguien disparó y mató a niños en una escuela?*

Es tentador aislar a nuestros hijos de sucesos aterradores. Pero hoy en día, la información nos llega más rápido así que, no tenemos otra opción que ser francos y diga la verdad. Reconozca lo que sucedió y que es muy triste y aterrador.

*¿Podría esa persona venir a mi escuela con un arma?*

Asegúrele a su hijo que el tirador ha sido abatido y que no puede hacer más daño.

*¿Alguien más podría intentar matarnos en la escuela? ¿Estamos seguros?*

Su respuesta debe depender de la edad de su hijo.

**Los niños menores** de 6 años aún no comprenden la amplitud del mundo y su población. Su respuesta debe ser simplemente “no, esto no puede suceder en tu escuela”.

**Los niños en edad escolar** deben estar seguros de que dicha tragedia es algo infrecuente y que la mayoría de las personas tiene buenas intenciones y cumplen con la ley. También recuérdelos que nuestras escuelas tienen seguridad y los adultos responsables que los protegen.

**En edad de escuela media y secundaria**, los padres pueden sugerir que, a pesar de la rareza de dichos eventos, siempre se aconseja estar atento a su entorno e informar cualquier actividad sospechosa. También es aconsejable desalentar el comportamiento audaz y osado por parte del niño. Pero relegar la responsabilidad de la protección a aquellos a quienes se les confía y capacita para hacerlo.

*¿Por qué hizo eso?*

Esta es una pregunta muy difícil de responder.

**A los niños** en edad preescolar solo se les puede decir que está mal y es por eso que la policía le disparó.

**A los niños** en edad escolar puede representárselo como una de esas raras personas malvadas con intención cruel. Es posible que desee destacar la presencia de personal encargado de hacer cumplir la ley que está atento a dichas personas y que intentará neutralizarlas antes de que hagan daño.

**Los adolescentes** pueden abordar más fácilmente el concepto de ideas y actitudes innatas que deben ser identificadas y modificadas. De esta manera, pueden hablar de responsabilidad personal y rendición de cuentas.

*Estoy terriblemente asustado y triste... ¿qué debo hacer?*

Tenga en cuenta que la mera expresión de sus preocupaciones y angustia a menudo puede aliviar estos sentimientos perturbadores. Ofrezcale a su hijo algo para hacer. Una actividad puede servir como manejar el miedo. Esto puede incluir ejercicio, actividades para reducir el estrés (p. ej., yoga), oración o meditación, o actividades benéficas y similares.

Nunca desestime ni descarte los temores de un niño. Si un niño es implacable en su preocupación a pesar de sus garantías, es posible que tenga que decirle nuevamente con más confianza que todo está dispuesto para garantizar su seguridad.

Recuerde, especialmente con niños más pequeños, que su tono de voz y lenguaje corporal son tan importantes como las palabras que usted use. También recuerde que, si usted

mismo está tenso, su hijo lo detectará y permanecerá inconsolable. Como dice en la parábola que a menudo se repite “ponte el oxígeno antes que tu hijo”. Algunos niños corren más riesgo de tener miedo y tristeza que otros. Si su hijo por naturaleza está ansioso, deprimido o impulsivo, estas vulnerabilidades pueden activarse o exacerbarse. En tales casos, comuníquese para obtener asistencia profesional.

*¿Por qué todos los demás están molestos y yo no?*

En las emociones y los miedos, no hay manera correcta o incorrecta sentir. Todos son únicos y algunas personas, adultos y niños, responden más a su entorno que otros.

*Mamá, no puedo sacar esas imágenes de niños heridos y asustados de mi mente. ¿Qué puedo hacer?*

Limite la cantidad de exposición que su hijo puede tener en las redes sociales e Internet. Enséñeles a estar informados de manera responsable. Si ya está expuesto, reemplace las imágenes aterradoras con imágenes más relajantes y alentadoras.

Si tiene más preguntas...

El Centro Nacional de Traumatología de la Familia Zachter de OHEL cuenta con profesionales capacitados que están disponibles para ayudarle; ya sea para responder preguntas, apoyarle a usted o a sus hijos, o para escucharle. No dude en comunicarse con nosotros al 1-800-603-6435. Correo electrónico: [Access@ohelfamily.org](mailto:Access@ohelfamily.org)