

Nota informativa:

De manera una mica inesperada, un nombre significatiu de nens i nenes catalans, i molt especialment joves amb edats compreses entre els 12 i els 16 anys, han manifestat importants temences i certa ansietat durant la setmana iniciada el passat 2 de maig, nit en la que Bin Laden va ser assassinat. Refereixen a un temor important a que AlQaeda perpetri una gran atemptat en el nostre país, i enumeren pautes per a l'autoprotecció, com no utilitzar el transport públic, no anar a indrets on hi hagi aglomeració de persones, etc. En el següent document s'ofereix un marc conceptual per entendre aquestes pors i s'hi inclouen pautes concretes sobre com abordar aquest tema amb nens i adolescents.

Pautes per al maneig saludable i educatiu de la situació d'amenaça terrorista generada després de l'assassinat de Bin Laden

Autora: Ingeborg Porcar Becker, directora de la UTCCB, Barcelona, Catalunya, Espanya.

Traduït per: Jordi Garcia Sicard / Document original: <http://bit.ly/g9YDzk>

Diferents escoles de Barcelona, i de Catalunya en general, han consultat amb la UTCCB al llarg de la setmana posterior a l'assassinat de Bin Laden la nit del 2 de maig d'enguany. Els professionals d'alguns centres i les famílies havien detectat en els nens i nenes, però sobretot en els adolescents que cursen actualment l'Educació Secundària Obligatoria (ESO) una important inquietud respecte a la possibilitat que AlQaeda planegés una massacre terrorista en el nostre país.

En concret, comentaven la por a agafar el metro i, havent-se de jugar el dimarts dia 3 de maig a Barcelona la semifinal de la Champions League entre el Barça i el Madrid, els joves estaven molt preocupats per si algú posaria explosius en l'estadi del FC Barcelona.

Inicialment, des de la UTCCB ens van sorprendre aquestes pors. No érem conscients que s'hagués generat un especial alarmisme davant la possible amenaça d'un atemptat com a represàlia a la mort del líder d'AlQaeda, i en els mitjans de comunicació el debat s'estava centrant, més que en les mesures d'autoprotecció, bàsicament sobre la veracitat de la notícia i els aspectes ètics de la mateixa. Ens vàrem posar en contacte aleshores amb els nostres companys d'altres centres de referència europeus i vam saber que en els seus països no havien detectat, almenys fins el dijous dia 5 de maig, un increment de les pors i de l'ansietat en la població infantil i juvenil.

Deduïrem aleshores que els nostres nens i joves espanyols potser estan més alerta davant les notícies referents al terrorisme que altres nens i joves del centre o nord d'Europa.

Aquesta idea va suscitar immediatament la pregunta sobre el per què d'aquesta sensibilitat o fins i tot hiperalerta.

Vam plantejar dues hipòtesis:

- a) Espanya ha viscut en els últims 40 anys la realitat reiterada de diversos atemptats terroristes perpetrats per ETA. Per això, la possibilitat que es cometin atemptats i, sobretot, les pautes suposada autoprotecció com la d'evitar riscos entrant en grans magatzems, als estadis de futbol i estadis d'altres esports, etc. poden formar del record col·lectiu de la societat, de manera que els nens i els adolescents han sentit parlar d'aquests consells de seguretat i els extrapolen a la situació actual.
- b) Espanya i, en concret la seva capital Madrid, va ser l'objectiu directe d'una de la majors massacres terroristes ocorregudes a Europa amb els atemptats del dia 11 de març de 2004, en els trens de rodalies a les estacions d'Atocha, del Pozo del Tío Raimundo i de Santa Eugenia. Aquests atemptats van donar lloc no només a la consternació absoluta de tot el país, sinó també a una gran quantitat d'imatges cruentes sobre l'estat en què varen quedar els trens i, fins i tot en algun cas, algun dels cossos de les víctimes. Les imatges van ser mostrades una i altra vegada en tots els mitjans de comunicació, des de les primeres pàgines de la premsa escrita així com la televisió i retransmeses per la ràdio. Precisament els joves que avui tenen entre 12 i 16 anys tenien aleshores entre 5 i 9 anys, una edat encara precoç per a ser confrontats amb la informació i les imatges d'aquest atemptat.

L'any 2004, quan es van produir els atemptats de l'11-M, els professionals especialitzats no érem tan conscients com ho som avui de l'efecte traumatitzant que la contínua sobreexposició a la informació –en concret les imatges i els sons relatius a una catàstrofes– pot tenir justament en la població infantil d'edats compreses entre els 4 i els 10 anys. A aquestes edats, el nostre nen tenen encara dificultats per entendre que el que ha passat, tot i ser terrible, no posa en risc ni la seva pròpia seguretat ni la de les seves famílies. Per això, i trobant-se en aquells moments l'assistència psicològica al nostre país encara els seus inicis, molts de nosaltres vàrem posar poca atenció en valorar la informació a la qual havien estat exposats els nostres menors i oferir-los un marc conceptual mitjançant el qual poder entendre les imatges de l'horror procedents dels atemptats en els trens a Madrid.

Amb la prudència necessària que requereix el no haver realitzat cap investigació conclouent sobre l'objecte que ens ocupa, des de la UTCCB considerem que alguns de les pors que en aquests dies estan demostrant els nostres nens i joves poden estar relacionades amb els records traumàtics de l'11-M.

Per aquest motiu ens sembla interessant d'oferir un excel·lent article redactat per **Dra. Robin F. Goodman**, de l'**AHURI RMIT Research Centre** de Melbourne, Austràlia, publicat en anglès i castellà en la pàgina del **NYU Child Study Center** (http://www.aboutourkids.org/articles/como_hablar_con_los_ninos_sobre_el_terrorismo_y_lo_s_actos_de_guerra), que reproduïm a continuació. Aquest article proposa pautes concretes per abordar el tema del terrorisme amb nens de diferents edats, des de la pre-escolar fins a l'adolescència, i planteja igualment la interessant tasca educativa sobre com enfocar el tema del terrorisme des d'una perspectiva ètica i educativa alhora.

Los informes sobre ataques en diferentes lugares del mundo pueden provocar entre los niños preguntas sobre la guerra y el terrorismo. En los diversos artículos que se presentan a continuación se analizan muchas preguntas que los padres tienen sobre el terrorismo, que incluyen cómo explicarles a los niños qué es el terrorismo, cuánta información se les debe dar, cómo evaluar las reacciones emocionales de los niños y cómo brindarles comodidad y sensación de seguridad.

Introducción

Los niños hacen muchas preguntas complicadas; sin embargo, las preguntas sobre los actos de terrorismo o guerra son algunas de las más difíciles de responder. Especialmente cuando las noticias proporcionan detalles gráficos e inmediatos, los padres se preguntan si deben proteger a sus niños de la realidad atroz, analizar el tema o compartir sus creencias personales. Los profesionales pueden preguntarse cuánta información deben brindar o cómo deben ayudar a los niños si se sienten confundidos o preocupados. Y todos los adultos deben conciliar con el dilema de apoyar la no violencia mientras que a la vez deben explicar qué es el terrorismo y por qué las naciones tienen ejércitos y van a la guerra. Esta guía ayuda a responder a algunas de las preguntas e inquietudes comunes que los padres y profesionales tienen sobre cómo hablar con los niños sobre el terrorismo y la guerra.

¿Cómo reaccionan los niños frente a las noticias sobre la guerra y el terrorismo?

La edad y la personalidad individual de los niños influyen en la forma en que reaccionan frente a las historias que escuchan o las imágenes que ven sobre los actos de violencia en los periódicos y la televisión. Con respecto a la edad, los niños en edad preescolar pueden ser los más afectados por las imágenes que ven y los sonidos que escuchan. Los niños de esta edad confunden los hechos con las fantasías y el miedo al peligro. Pueden abrumarse fácilmente. Todavía no tienen la capacidad de mantener una perspectiva sobre las cosas y quizás no puedan bloquear los pensamientos perturbadores. Los niños en edad escolar definitivamente pueden comprender la diferencia entre la fantasía y la realidad, pero pueden tener problemas para mantenerlas separadas en ciertos momentos. Por lo tanto, pueden relacionar una escena de una película de miedo con las imágenes de las noticias y pensar que los hechos de las noticias son peores de que lo realmente son. También pueden no darse cuenta de que un mismo incidente se publica reiteradamente y pueden pensar que hay más gente afectada que la que hay en realidad. Además, la naturaleza gráfica e inmediata de las noticias da la impresión de que el conflicto se desarrolla cerca de nuestro hogar, quizás a la vuelta de la esquina. Los niños de la escuela intermedia y secundaria pueden interesarse o intrigarse por la política de una situación y pueden sentir la necesidad de adoptar una postura o hacer algo. Pueden mostrar un deseo de involucrarse en actividades políticas o benéficas relacionadas con los actos de violencia.

Además de la edad y madurez, el estilo de personalidad y temperamento de [los niños](#) pueden influir en su respuesta. Algunos niños son naturalmente más propensos a tener miedo y, por ende, las noticias sobre una situación peligrosa pueden intensificar sus sentimientos de ansiedad. Algunos niños o adolescentes pueden ser más sensibles a la situación, o conocer más sobre ella si son de la misma nacionalidad que quienes están combatiendo. Los niños que conocen a alguien involucrado en el área de los actos pueden verse especialmente afectados por los hechos.

Los niños y adolescentes también personalizarán las noticias que escuchan, relacionándolas con los hechos o problemas que acontecen en sus propias vidas. Los niños pequeños en general se preocupan más por la separación de sus padres, sobre lo bueno y lo malo, y el miedo de recibir un castigo. Pueden hacer preguntas sobre los niños que ven en las noticias que están solos o plantear temas relacionados con su propia conducta correcta o incorrecta. Los jóvenes que asisten a la escuela intermedia se encuentran en medio de la lucha o competencia entre compañeros y desarrollan una actitud moral madura. Las preocupaciones sobre la equidad y el castigo prevalecerán más entre este grupo. Los adolescentes consideran temas más amplios relacionados con la ética, la política e incluso con su propia participación en una posible respuesta a través de las fuerzas militares. Los adolescentes, al igual que los adultos, pueden reflexionar más sobre la vida y pueden hacer un análisis de sus prioridades e intereses.

Por otro lado, algunos niños pueden tornarse inmunes al sufrimiento que ven en las noticias o ignorarlo. Pueden sobrecargarse y tornarse insensibles debido a la naturaleza repetitiva de los informes. La exposición a múltiples formas de violencia, como los videojuegos, dificulta la aceptación y comprensión del verdadero costo humano de las tragedias. Los padres y profesionales deben estar alertas ante las soluciones extremas de los niños a partir de lo que han visto en las películas. Una respuesta impulsiva o arrogante resultaría imprudente y debe situarse en el contexto del conflicto real.

¿Cómo puedo determinar lo que un niño está pensando o sintiendo en relación con el acto terrorista o de guerra?

No siempre es posible juzgar si el niño siente temor o preocupación por las noticias que escucha o cuándo sucede esto. Los niños pueden ser reacios a hablar sobre sus miedos o quizás pueden no darse cuenta de cómo les afectan las noticias. Los padres pueden buscar claves sobre cuál es la reacción de su hijo. Los juegos bélicos no necesariamente indican que hay un problema. Es normal que los niños se involucren en juegos bélicos y esto puede incrementarse en respuesta a los hechos actuales, ya que trabajan activamente con la información, imitan, actúan o resuelven problemas en diferentes situaciones. Las conductas regresivas, cuando los niños se involucran en conductas esperadas de un niño más pequeño, las conductas extremadamente agresivas o retraídas, las pesadillas o una obsesión con la violencia pueden indicar la existencia de reacciones extremas que necesitan mayor atención.

También es necesario abordar los miedos personales y particulares de un niño. Los padres no deben suponer nada acerca de las preocupaciones del niño. Los padres a menudo se sorprenden por las preocupaciones de un niño, por ejemplo, preocupaciones por recibir un disparo en la escuela dominical o la negación a ir a pasear en bote después de ver el ataque a un barco.

¿Cómo debo hablar con los niños sobre un acto terrorista o de guerra?

Contrariamente a lo que los padres temen, hablar sobre actos de violencia no incrementará el miedo de un niño. Dejar que los niños conserven sentimientos de temor es más peligroso que sostener una discusión abierta. Al igual que con otros temas, considere la edad y el nivel de comprensión del niño cuando inicie una discusión. Incluso los niños de tan solo 4 ó 5 años conocen sobre actos de violencia; sin embargo, todos los niños quizás no sepan cómo hablar sobre sus preocupaciones. A menudo resulta necesario que sean los padres quienes inicien el diálogo. Es un buen comienzo preguntarles a los niños qué escucharon o qué piensan. Los padres deben abstenerse de disertar o enseñar sobre esos temas hasta que se haya analizado qué es lo más importante, confuso o problemático para el niño. Los adultos deben buscar las oportunidades a medida que

surgen, por ejemplo, cuando ven las noticias todos juntos. También pueden buscar ocasiones para el diálogo cuando surgen temas importantes relacionados. Por ejemplo, cuando las personas en un programa de televisión están discutiendo. La discusión sobre temas más amplios, como la tolerancia, las diferencias y la resolución de problemas sin violencia también puede estimularse a partir de las noticias. Aprender sobre una cultura o región extranjera también disipa mitos y señala de manera más precisa similitudes y diferencias.

Los hechos violentos lejanos pueden estimular una conversación sobre la resolución de problemas sin violencia que se puede aplicar a los problemas más cercanos al hogar. Por ejemplo, ayudar a los niños a negociar cómo compartir los juguetes o turnarse en la formación de béisbol demuestra estrategias productivas para manejar las diferencias. Los niños más grandes pueden comprender los problemas cuando se relacionan con alguna discusión de la comunidad, por ejemplo, sobre la proposición de abrir un centro comercial. Las formas eficaces de resolver estas situaciones más personales pueden ayudar a explicar y examinar las situaciones violentas remotas.

Los adultos también deben respetar el deseo del niño de no hablar sobre temas particulares hasta que estén preparados. Prestar atención a las reacciones no verbales, como la postura o expresión facial, la conducta de juego, el tono verbal o el contenido de la expresión de un niño ofrece claves importantes de las reacciones de un niño y de la necesidad no manifiesta de hablar.

Responder a preguntas y abordar los miedos son asuntos que no necesariamente suceden al mismo tiempo, en una sola sesión ni en un solo plan de la lección de historia. Los temas de las noticias pueden surgir o tornarse visibles con el transcurso del tiempo, por lo que la discusión sobre la guerra debe realizarse de manera permanente y según vaya surgiendo.

¿Debo dejar que un niño mire televisión o lea sobre el terrorismo o la guerra?

Los padres y profesionales pueden asumir que la mayoría de los niños tiene acceso a la información o escucha sobre hechos actuales que forman parte de las noticias. No obstante, comprender la edad y el estilo de personalidad del niño determina la cantidad de acceso directo que deben proporcionar los adultos. Mirar, leer o analizar las noticias todos juntos es la mejor forma de medir la reacción de un niño y de ayudar al niño o adolescente a afrontar la información. Al analizar lo que se ve o escucha cuando están juntos, los padres y profesionales se informan más sobre la forma en que los niños procesan el material y cómo se sienten al respecto. También brinda un espacio de discusión preparado para analizar el tema de la guerra y la violencia. De esta forma, resulta más beneficioso corregir la información errónea y analizar los sentimientos personales.

¿Debo darle mi opinión a mi hijo?

El terrorismo y la guerra brindan una oportunidad perfecta para analizar los temas del prejuicio, la estereotipación y la agresión, y las formas no violentas de afrontar determinadas situaciones. Lamentablemente, resulta fácil buscar y delegar la culpa, en parte para lograr comprender una situación y sentir que se podía evitar. Los adultos deben supervisar sus propias comunicaciones y tener cuidado de no generalizar sobre los grupos de personas. Esto deshumaniza la situación. Se recomienda iniciar una discusión abierta y sincera. Sin embargo, los adultos deben estar atentos a no dar sus opiniones como hechos o absolutos. Las discusiones deben dar lugar al desacuerdo y la manifestación de diferentes puntos de vista. Sentir que su opinión es incorrecta o mal entendida puede hacer que los niños se alejen del diálogo o hacerlos sentir que son malos o ineptos. Al analizar cómo la guerra o el terrorismo a menudo derivan de conflictos interpersonales, malentendidos o diferencias de religión o cultura, resulta importante para ejemplificar la

tolerancia. Aceptar y comprender la opinión de los demás es un paso necesario en la resolución de conflictos sin violencia.

La distinción entre patriotismo y opinión puede resultar útil. Se puede estar en desacuerdo con una causa o acción, pero seguir creyendo en el derecho de tener armas o sentir que es importante defender un país. La manera en que se resuelven los problemas debe distanciarse de la lealtad o las creencias personales propias.

¿Qué debo hacer para tranquilizar a un niño?

No rechace los miedos de un niño. Los niños pueden sentirse avergonzados o criticados cuando se minimizan sus miedos. Analizar los temas y utilizar formas positivas de afrontarlas ayuda a los niños a dominar su miedo y ansiedad. Los padres y profesionales pueden tranquilizar al niño proporcionándole hechos sobre cómo se protegen a las personas (por ejemplo, por la acción de la policía de la comunidad o del presidente que se reúne con líderes mundiales) y medidas de seguridad individuales que se pueden tomar (por ejemplo, reforzar la importancia de hablar con un adulto cuando se es víctima de la acción de algún [buscapleitos](#)). Evitar los miedos provocados por el “qué sucedería si” al ofrecer información confiable y sincera es la mejor opción. Mantener rutinas y estructuras también les brinda tranquilidad a los niños y los ayuda a normalizar un hecho y a restaurar el sentido de la seguridad.

¿Qué debo hacer si conocemos a alguien en el área de conflicto o terrorismo?

Tener una relación personal con alguien en el área de conflicto o que sea blanco del terrorismo puede provocar sentimientos adicionales particularmente perturbadores. Cuando un amigo o familiar se ve involucrado en un hecho traumático de interés periodístico, los demás generalmente buscan información. Se recomienda buscar la fuente de información más confiable y filtrar tanto la cantidad como la calidad de las noticias posiblemente imprecisas que se le proporcionan al público en general. Contar con información precisa nos informa sobre la mejor forma de comunicarse con la persona y la posibilidad de enviar ayuda. Hacer las cosas una por vez, siendo realista con respecto a lo que se sabe en vez de prepararse para lo peor, puede resultar difícil pero útil. Imaginarse lo peor no evita que suceda y puede convertir una situación impredecible en una situación innecesariamente sombría. Recibir ayuda de otros que se encuentren en una situación similar compartiendo información o sentimientos ayuda a algunas personas a sentirse menos solas y valida sus sentimientos de preocupación. Los adultos pueden compartir sus miedos pero deben controlar sus propias reacciones de confusión para no asustar a sus hijos o a los estudiantes. Involucrarse en algunas actividades normales de la vida, especialmente comer, dormir, ir a la escuela y al trabajo, brinda estabilidad y previsibilidad en un momento en el que los hechos hacen que la vida parezca confusa.

Entenent que en el nostre cas, en els nens i adolescents que estan reaccionant a dia d'avui a les amenaces proferides per AlQaeda poden quedar records traumàtics de l'11-M no processats de forma correcta en el seu moment, ens permetem suggerir als docents i les famílies que complementin les pautes que ofereix la Dra. Goodman amb una pregunta sobre els atemptats de Madrid.

Per començar a parlar amb els seus fills i filles, poden preguntar si aquests dies han sentit a dir en les notícies alguna cosa sobre la mort de Bin Laden. Si la resposta és afirmativa però els menors no expressen por a l'amenaça terrorista, la xerrada pot versar únicament sobre

què és el terrorisme i, segons l'edat dels nens, la legitimitat o no de matar a altres persones, seguint les opcions indicades l'article esmentat.

En el cas que els nens i els joves expressin temors davant l'amenaça d'atemptats, se'ls pot preguntar sobre si coneixen o recorden algun atemptat ocorregut al món o a Espanya. Si la resposta és negativa, podem descartar records traumàtics i ens limitarem a deixar-los expressar les seves fantasies, a reduir les seves por i transmetre'ls seguretat.

Si en canvi els nens i els adolescents refereixen a imatges o records de l'11-M sabrem que ha arribat el moment d'abordar aquest tema i d'ajudar-los a entendre què va passar, sense generar-los pànic. Citant a la Dra Goodman en una afirmació que compartim plenament, "contràriament a la temença que tenen els pares, parlar sobre actes de violència no incrementarà la por d'un nen".

Per a consultes o altres consideracions que ens vulguin fer arribar, estem a la seva disposició al telèfon gratuït 900 10 15 80 i a l'adreça de correu electrònic info@utccb.net.

Què és la Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona (UTCCB):**Localització:**

Ubicada en campus universitari de la Universitat Autònoma de Barcelona (**UAB**), Facultat de Psicologia, instal·lacions del **SIPEP**, la Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona està formada per la Universitat Autònoma de Barcelona (Facultat de Psicologia), el Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya (**COPC**) i l'Institut de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona (**ITCCB**).

**Perquè una Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes:**

L'estrès posttraumàtic és experimentat pels supervivents de conflictes armats, desastres, catàstrofes, supervivents d'accidents de tot tipus, atemptats... Els traumes psíquics poden ser més profunds i deixar cicatrius més perllongades en el temps, fins i tot de caràcter crònic, com és el cas del Trastorn per Estrès Posttraumàtic.

És en aquest context que neix la Unitat de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona (UTCCB), amb vocació d'oferir un servei assistencial acreditat i de qualitat, així com d'estudi i aprofundiment en l'abordatge del trauma.

Model d'assistència (365 dies l'any / 24 hores al dia):

La UTCCB segueix el següent model d'intervenció psicològica especialitzada per a respondre a les necessitats psicològiques dels individus, grups i organitzacions:

Àrees d'actuació:

- Intervenció directa.
- Docència.
- Investigació.

Intervenció:

- Pre-impacte.
- Durant l'impacte.
- Post-impacte.

Tipus d'assistència:

- Ambulatoria.
- Telèfon 900.
- On-line.

Destinatari:

- Públic en general (nens, adults, col·lectius, etc.).
- Comunitat educativa, alumnes, professors, familiars.
- Institucions i Organitzacions públiques i privades.
- Administració, ONG's i col·lectius professionals.

Professionals experts:

Els professionals de la UTCCB són psicòlegs, experts en trauma, crisis i conflictes, que treballen en l'àmbit de la intervenció en crisi a la província de Barcelona des de gener de 2005. Tots ells acreditats pel Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya (COPC) en Psicologia d'Urgències, Emergències i Catàstrofes.

Per a més informació:

Web UTCCB: <http://www.utccb.net>

Twitter: @utccb

Estel Carbó Vinaixa - Departament de Comunicació i Premsa

Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya (COPC)

C/Rocafort, 129. 08015 Barcelona

Mòb. 682 49 35 67 - Tel. 93 247 86 50

www.copc.cat