

Nota informativa:

De forma algo inesperada, un número significativo de niños y niñas catalanes y, muy especialmente, de jóvenes de edades comprendidas entre los 12 y los 16 años, han manifestado importantes miedos y cierta ansiedad durante la semana transcurrida desde el lunes 2 de mayo, noche en que Bin Laden fue asesinado. Refieren un importante miedo a que AlQaeda perpetúe una masacre en nuestro país y enumeran pautas para la autoprotección, tales como no usar transporte público, no ir a lugar con aglomeración de personas, etc. En el siguiente documento se ofrece un marco conceptual para entender estos miedos y se incluyen pautas concretas sobre cómo abordar este tema con niños y adolescentes.

Pautas para el manejo saludable y educativo de la situación de amenaza terrorista generada tras el asesinato de Bin Laden

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

Diferentes escuelas de Barcelona y de Cataluña en general han consultado a lo largo de la semana posterior al asesinato de Bin Laden en la noche del 2 de mayo con la UTCCB. Los profesionales de algunos centros y las familias han detectado en los niños y niñas, pero sobre todo en los adolescentes que cursan actualmente la Educación Secundaria Obligatoria (ESO), una importante inquietud acerca de la posibilidad de que AlQaeda planeara una masacre terrorista en nuestro país.

En especial, comentaban el miedo a coger el metro y, habiéndose de jugar el martes día 3 de mayo en Barcelona la semifinal de la Champions entre el Barça y el Madrid, los jóvenes estaban muy preocupados por si alguien colocaría explosivos en el estadio del F.C. Barcelona.

Inicialmente, desde la UTCCB nos sorprendieron estos miedos. No éramos conscientes de que se hubiera generado un alarmismo especial ante la posible amenaza de un atentado en represalia por la muerte del líder de AlQaeda y en los medios de comunicación el debate se estaba centrando mucho más acerca de la veracidad de la noticia y los aspectos éticos de la misma, que entorno a medidas de autoprotección. Nos pusimos en contacto entonces con nuestros colegas de otros centros de referencia europeos y supimos que en sus países no se había detectado, al menos hasta el jueves día 5 de mayo, un incremento de los miedos y de la ansiedad en la población infanto-juvenil.

Dedujimos pues que nuestros niños y jóvenes españoles quizá estén más alerta ante las noticias referentes al terrorismo que otros niños y jóvenes del centro o norte de Europa. Esta idea suscitó inmediatamente la pregunta acerca del por qué de esta sensibilidad, que podemos, quizá, calificar incluso de hiperalerta.

Planteamos dos hipótesis:

- a) España ha vivido en los últimos 40 años la realidad reiterada de diversos atentados terroristas perpetrados por ETA. Por ello, la posibilidad de que ocurran atentados y, sobre todo, las pautas de supuesta autoprotección como la de evitar riesgos entrando en grandes almacenes, en estadios de fútbol y de deporte, etc. pueden estar formando parte del recuerdo colectivo de la sociedad, de forma que los niños y los adolescentes han oído hablar de esos consejos de seguridad y los extrapolan a la situación actual.
- b) España y, en concreto su capital Madrid, fue objetivo directo de una de la mayores masacres terroristas ocurridas en Europa con los atentados el día 11 de marzo de 2004 en los trenes de cercanías en las estaciones de Atocha, del Pozo del Tío Raimundo y de Sta. Eugenia. Esos atentados dieron lugar no sólo a la consternación absoluta de todo el país, sino también a una gran cantidad de imágenes cruentas sobre el estado en que quedaron los trenes e, incluso en algún caso alguno de los cuerpos de las víctimas. Las imágenes fueron mostradas una y otra vez en todos los medios de comunicación, tanto en las primeras páginas de la prensa como en la televisión. La radio emitió de forma repetida los sonidos de los atentados. Justo los jóvenes que hoy tienen entre 12 y 16 años tenían entonces entre 5 y 9 años, una edad muy temprana para ser confrontados con la información y las imágenes de dicho atentado.

En el año 2004, cuando se produjeron los atentados del 11-M, los profesionales especializados no éramos tan conscientes como lo somos hoy del efecto traumatizante que la continua sobreexposición a la información, en concreto las imágenes y los sonidos relativos a una catástrofes pueden tener justamente en la población infantil de edades comprendidas entre los 4 y los 10 años. A esa edad, nuestros niños tienen aún dificultades para entender que lo sucedido, aun siendo terrible, no pone en riesgo ni su propia seguridad personal ni la de sus familias. Por ello, y hallándose la asistencia psicológica especializada entonces en sus inicios en nuestro país, poca atención pusimos muchos de nosotros en valorar la información a la que habían sido expuestos nuestros menores y ofrecerles un marco conceptual mediante el que poder entender las imágenes del horror procedentes de los atentados de los trenes en Madrid.

Con la debida prudencia que requiere no haber realizado ninguna investigación sobre el aspecto que nos ocupa, desde la UTCCB consideramos que algunos de los miedos que en estos días están demostrando nuestros niños y jóvenes pueden estar relacionados con los recuerdos traumáticos del 11-M.

Por este motivo, nos parece interesar ofrecer un excelente artículo redactado por **Dra. Robin F. Goodman**, del **AHURI RMIT Research Centre** de Melbourne, Australia, publicado en inglés y castellano en la página del **NYU Child Study Center** (http://www.aboutourkids.org/articles/como_hablar_con_los_ninos_sobre_el_terrorismo_y_los_actos_de_guerra), que reproducimos a continuación. Dicho artículo propone pautas concretas para abordar el tema del terrorismo con niños de diferentes edades, desde la etapa preescolar hasta la adolescencia y plantea también la interesante tarea educativa acerca de cómo enfocar el tema del terrorismo desde una perspectiva ética y educativa a la vez.

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.

Entendiendo que en el caso de España, los niños y adolescentes que están reaccionando a día de hoy a las amenazas proferidas por AlQaeda pueden estar mostrando síntomas de recuerdos traumáticos del 11-M no procesados de forma correcta en su día, nos permitimos sugerirles a los docentes y las familias que complementen las pautas que ofrece la Dra. Goodman con una pregunta acerca de los atentados de Madrid.

Pueden, para empezar a hablar con sus hijos e hijas, preguntarles si estos días han oído algo en las noticias sobre la muerte de Bin Laden. Si la respuesta es afirmativa, pero los menores no expresan temor a la amenaza terrorista, la charla puede versar únicamente sobre qué es el terrorismo y, según la edad de los niños, la legitimidad o no de matar a otras personas, siguiendo las opciones indicadas en el artículo citado.

En el caso de que los niños y jóvenes expresen temores ante la amenaza de atentados, se les puede preguntar sobre si conocen o recuerdan algún atentado ocurrido en el mundo o en España. Si la respuesta es negativa, podemos descartar recuerdos traumáticos y nos limitaremos a dejarles expresar sus fantasías, a reducir sus miedos y a transmitirles seguridad.

Si, por el contrario, los niños y adolescentes refieren imágenes o recuerdos del 11-M sabremos que ha llegado el momento de abordar este tema con ellos y de ayudarles a entender lo que ocurrió, sin generar en ellos el pánico. Citando a la Dra. Goodman en una afirmación que compartimos plenamente, “contrariamente a lo que los padres temen, hablar sobre actos de violencia no incrementará el miedo de un niño”.

Para consultas u otras consideraciones que nos quieran hacer llegar, estamos a su disposición en el teléfono gratuito 900 10 15 80 y en la dirección de correo electrónico info@utccb.net.

Que es la Unidad de Trauma, Crisis y Conflictos de Barcelona (UTCCB):**Localización:**

Ubicada en el campus universitario de la Universidad Autónoma de Barcelona (UAB), Facultad de Psicología, instalaciones del SIPEP, la Unidad de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona está formada por la Universidad Autónoma de Barcelona (Facultad de Psicología), el Colegio Oficial de Psicólogos de Cataluña (COPC) y el Instituto de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona (ITCCB).

**Porque una Unidad de Trauma, Crisis y Conflictos:**

El estrés post-traumático es experimentado por los supervivientes de conflictos armados, desastres, catástrofes, supervivientes de accidentes de todo tipo, atentados... Los traumas psíquicos pueden ser más profundos o dejar cicatrices más largas en el tiempo, incluso de carácter crónico, como es el caso del Trastorno por Estrés Post-traumático.

Es éste el contexto en el que nace la Unidad de Trauma, Crisis i Conflictes de Barcelona (UTCCB), con vocación de ofrecer un servicio asistencial acreditado y de calidad, así como de estudio y profundización en el abordaje del trauma.

Modelo de asistencia (365 días al año / 24 horas al día):

La UTCCB sigue el siguiente modelo de intervención psicológica especializada para responder a las necesidades psicológicas de individuos, grupos y organizaciones:

Áreas de actuación:

- Intervención directa.
- Docencia.
- Investigación.

Intervención:

- Pre-impacto.
- Durante el impacto.
- Post-impacto.

Tipos de asistencia:

- Ambulatoria.
- Teléfono 900.
- On-line.

Destinatarios:

- Público en general (niños, adultos, colectivos, etc.).
- Comunidad educativa, alumnos, profesores, familiares.
- Instituciones y Organizaciones públicas i privadas.
- Administración, ONG's y colectivos profesionales.

Profesionales expertos:

Los profesionales de la UTCCB son psicólogos, expertos en trauma, crisis y conflictos, que trabajan en el ámbito de la intervención en crisis en la provincia de Barcelona desde Enero de 2005. Todos ellos acreditados por Colegio Oficial de Psicólogos de Cataluña (COPC) en Psicología de Urgencias, Emergencias y Catástrofes.

Para más información:

Twitter: @utccb

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