

## CONSEJOS PARA MANTENER UN ESPACIO PARA CONVERSACIONES DIFÍCILES EN CASA: UNA GUÍA PARA LAS FAMILIAS

Las escuelas son microcosmos del mundo en general. Con acceso a las redes sociales y las noticias, junto con eventos actuales que cambian rápidamente, los niños pueden sentirse abrumados por los eventos globales y locales. Esta hoja informativa puede ser utilizada para apoyar las discusiones con los niños sobre temas difíciles.

1. Tenga en cuenta sus reacciones: Su hijo/a tomará señales de usted sobre cómo responder.
2. Mantenga la comunicación abierta: Anime a sus hijos/as a expresar sus sentimientos. Prepárese para escuchar activamente y responder a sus preguntas de manera apropiada para su edad.
3. Mantenga la rutina: Intente seguir sus rutinas diarias regulares tanto como sea posible. La consistencia proporciona una sensación de estabilidad y seguridad para los niños.
4. Comunique información apropiada para la edad: Adapte las explicaciones a la edad y nivel de comprensión de su hijo/a. Los niños más pequeños pueden necesitar explicaciones más simples y menos detalladas, mientras que los niños mayores pueden requerir más contexto.
5. Limite la exposición a las noticias: La exposición continua a la cobertura de noticias puede ser abrumadora. Si su hijo/a está citando de un texto que ve en línea, ayúdele a hacer preguntas sobre la fuente.
6. Busque apoyo comunitario: El personal escolar, las organizaciones comunitarias o los consejeros pueden proporcionar orientación y recursos para ayudar a los niños a manejar las emociones.

### Recursos:

[Cómo hablar con sus hijos sobre el conflicto y la guerra](#)

[Explicando las noticias a nuestros hijos](#)

[Teléfono de ayuda para niños: cómo afrontar la tragedia \(inglés\)](#)

