

Estimada comunidad de Howell

Hoy, nuestros corazones sufren y nuestros pensamientos y más profundas condolencias están con toda la comunidad de Uvalde, Texas debido al inimaginable horror de lo que sucedió en la Escuela Primaria Robb esta tarde.

Éstos son intensos momentos de aflicción y ansiedad para todas las comunidades escolares, por lo que sentimos que es importante compartir con ustedes cierta información sobre los procedimientos de seguridad de nuestras escuelas y algunos consejos generales sobre cómo cuidar a nuestros niños y ayudarlos a enfrentar el dolor e impacto ocasionados por las situaciones trágicas, como el tiroteo que tuvo lugar hoy, en Tejas.

El Departamento de Seguridad y Protección de DPS trabaja estrechamente con el Departamento de Policía de Denver y varios organismos de seguridad del área metropolitana, a fin de ayudar a garantizar que nuestras escuelas sean lugares seguros para nuestros estudiantes, nuestro personal y nuestra comunidad. El Departamento de Seguridad y Protección también trabaja con los dirigentes de cada una de nuestras escuelas en los planes y procedimientos que mantienen nuestros campus seguros. Las escuelas restringen el acceso a una sola puerta de entrada, que debe vigilarse en todo momento durante el día de clases. También contamos con equipos de seguridad que patrullan las escuelas y vecindarios. Durante los próximos días, trabajaremos con todas las escuelas a fin de enfatizar la importancia de la vigilancia con respecto a todos los asuntos de seguridad, y de repasar regularmente todos los planes de seguridad con el personal.

También queremos proveer a los padres una información que los ayudará a hablar con sus hijos sobre lo que pasó hoy. Lo más importante que los padres pueden hacer es recordarles a sus hijos que están seguros y que se les quiere y se les apoya. Los niños, como muchos de nosotros, instintivamente preguntarán "¿por qué?" Es muy importante que no nos enfoquemos en tratar de responder esa pregunta sino en escucharlos, en tratar de que compartan lo que sienten y en lo que podemos hacer para hacerlos sentir mejor.

Al hablar con sus hijos sobre la muerte, es muy importante ser sinceros. Es importante que los niños más pequeños entiendan el concepto de la muerte y que los padres utilicen un lenguaje honesto y directo para explicar el significado de la muerte. Por último, es importante dejar que los niños expresen lo que sienten de forma abierta y honesta, mientras se le recuerda que están seguros y que los niños que murieron NO hicieron nada malo.

Los padres también deben asumir sus propios sentimientos. En situaciones como ésta, es natural actuar de manera sumamente cautelosa. Sin embargo si, como padres, sienten que están a un nivel extremo de cautela, puede que sea conveniente que busquen apoyo terapéutico profesional.

Según la Asociación Nacional de Psicólogos Escolares, los padres pueden usar los siguientes consejos para hablar con sus hijos sobre los eventos trágicos.

- Infunda confianza.
- Sea buen oyente y observador.
- Supervise el acceso de su hijo a los informes de los noticieros.
- Haga énfasis en la resistencia y fortaleza de la gente.
- Destaque la compasión y humanidad de las personas.
- Mantenga la mayor continuidad y normalidad posible.
- Pase tiempo con su familia.
- Haga algo positivo con sus hijos que ayude a las personas con necesidades.
- Solicite ayuda si usted o su hijo la necesita.

Por favor, comuníquese con el profesional de salud mental de su escuela si siente que su hijo necesita asistencia adicional o si desea una lista de recursos adicionales de salud mental de la comunidad. Las siguientes conductas podrían indicar que su hijo está teniendo dificultades, pero con el tiempo, los indicios de estrés deberían disminuir. Es conveniente que esté pendiente de ciertos indicios de estrés en su hijo, tales como:

- Cambios en los hábitos de sueño o de alimentación
- Cambios notables en la personalidad y conductas inusuales, incluyendo la disminución de la productividad en la escuela y cambios de humor
- Desorganización
- Retraimiento
- Síntomas físicos
- Tristeza/llanto

Para recibir consejos adicionales sobre cómo ayudar a sus hijos en momentos de dolor y ansiedad, vea el siguiente artículo: http://www.nasponline.org/resources/crisis_safety/deathgrief.pdf

Sé que todos mantendremos a las familias de Uvalde, Tejas en nuestros pensamientos y oraciones durante los próximos días y semanas.

Atentamente.

Rachel Massey