

Esquina de Consejería

10 Años Aniversario 9/11

Genevieve Lundberg, Nicole Vitto y Lori Woodley

Estimado Padre:

Mientras que celebramos el comienzo del nuevo año escolar, también celebramos los 10 años del aniversario de Septiembre 11, 2001. Ningún otro evento en la historia de los Estados Unidos traumatizó tanto a nuestros ciudadanos o cambió alguna parte de nuestras vidas. Nuestro sentido de seguridad fue sacudido. Nosotros reconocemos que tanto los adultos como los niños fueron impactados por los eventos de 9/11 en varios niveles. Al acercarse el día, empezaremos a tener muchas noticias sobre el evento, incluyendo películas de la caída de las torres y otras escenas desagradables. Los eventos nos proporcionarán "momentos de lecciones." Ya sea que tomemos ventaja de ello o no, nosotros seguimos enseñando por nuestras acciones o falta de ellas. Cuando nos tomamos el tiempo de hablar sobre eventos y damos oportunidad a los niños de procesarlos y les explicamos el significado, los niños aprenden muchas cosas positivas. Ellos aprenden que nosotros estamos interesados en su bienestar y que no solo atraemos la atención de su cerebro, pero también de sus corazones. 9/11 no fue solamente un tiempo de tristeza pero un tiempo de honrar a multitudes de nuevos héroes. Todos nosotros podremos ver algunas de las lecciones positivas aprendidas a través de este evento.

Los profesionales de salud mental que trabajan con niños y jóvenes nos han advertido sobre que tanto les puede afectar a los niños al ver los eventos que fueron aterradores para las víctimas. Nosotros les recomendamos que monitoreen detenidamente a los niños durante la cobertura, quizás consideren otras alternativas para ayudarlos a darle sentido a esta fecha 9/11.

Nosotros esperamos animadamente de ser parte del equipo educativo de su hijo para respaldar todas sus necesidades sociales y académicas durante el año escolar.

Actividades Familiares

Estas actividades no son para una edad específica, y todas pueden ser adaptadas a un niño más maduro o pequeño según se necesite. Cuando se indique escritura, trate de dibujar para los niños pequeños. ¡Actualmente cuando los niños más grandes dibujan revelan más de lo que ellos piensan! Podemos esconder mucho cuando escogemos las palabras cuidadosamente, pero algunas veces se revela mucho más en el arte. **Empiecen cada vez que estén juntos con un chequeo.** Un ejemplo de esto puede ser que cada persona diga lo que le molesta a el o ella y otra que le de esperanzas a el o ella.

Círculos de soporte: Cada persona tiene un pedazo de papel que tenga cuatro círculos uno dentro del siguiente, todos con espacio por igual de un pequeño círculo de una pulgada en el centro a uno que está dentro del margen de una pulgada de los bordes del papel. En el centro del círculo, cada persona escribe su nombre. Después en el espacio entre las siguientes líneas, escriba el nombre de la persona de la que usted más depende en momentos difíciles. ¿Con quién puede hablar usted? ¿De quién depende siempre? Y el siguiente círculo están gente que le dan apoyo, pero que no están tan cerca de usted y así con cada círculo. Cuando terminen con los nombres, tomen turnos para hablar sobre porqué algunas personas están más cerca que las otras.

Libro de Gratitud: Un libro es solo una manera, pero busque maneras de que cada persona escriba algo de lo que están agradecidos cada día. O puede ser un collage de gratitud si usted puede colgar un pedazo de papel en la pared por algún tiempo. La finalidad es de que la gente esté en contacto todos los días con actitud agradecida.

Ayude a su niño a escribir una nota de agradecimiento a su bombero o policía local. Usted puede tomar esta oportunidad para ayudar a los pequeños a realizar que hay mucha gente que ayuda a que estemos seguros, o que nos ayudarán cuando lo necesitemos. Usted puede elegir otra gente que apoya a la comunidad en lugar del bombero o policía, pero la conexión que se debe de hacer es como la gente se ayuda una a la otra.

Algo que podemos hacer: Este es el tiempo de empezar a ver lo que está hacia afuera. En cualquier circunstancia en que se encuentre, es probable que nosotros veamos a alguien cuya vida tiene retos que no queremos encarar. Como familia, comprométase a hacer algo juntos por alguien o un grupo u organización que necesite ayuda. Use esto como un tiempo para cimentar el sentido del carácter, como un tiempo de acercarse a la comunidad, como tiempo de reafirmar que "Todos vivimos bajo el amparo del uno al otro."