



NASP

Como conversar com as crianças sobre violência: dicas para pais e professores

NATIONAL ASSOCIATION OF School Psychologists

Atos de violência de grande repercussão, principalmente nas escolas, podem confundir e assustar as crianças, que podem se sentir em perigo ou se preocupar com a possibilidade de seus amigos ou entes queridos estarem em risco. Elas procurarão os adultos para obter informações e orientações sobre como reagir. Os pais e os funcionários da escola podem ajudá-las a se sentirem seguras estabelecendo um senso de normalidade e segurança e conversando com elas sobre seus medos.

1. **Assegure às crianças que elas estão seguras.** Enfatize que as escolas são muito seguras. Valide seus sentimentos. Explique que todos os sentimentos são aceitáveis quando ocorre uma tragédia. Permita que as crianças falem sobre seus sentimentos, ajude-as a colocá-los em perspectiva e ajude-as a expressá-los adequadamente.
2. **Reserve um tempo para conversar.** Deixe que as perguntas delas o(a) oriente para determinar a quantidade de informações a serem fornecidas. Seja paciente; as crianças e os jovens nem sempre falam prontamente sobre seus sentimentos. Observe se há indícios de que eles podem querer conversar, como ficar por perto enquanto lava a louça ou trabalha no jardim. Algumas crianças preferem escrever, tocar música ou fazer um projeto de arte como forma de escape. As crianças pequenas podem precisar de atividades concretas (como desenhar, ver livros ilustrados ou brincadeiras de faz de conta) para ajudá-las a identificar e expressar seus sentimentos.
3. **Mantenha suas explicações adequadas ao desenvolvimento.**
 - **No início do Ensino Fundamental I** as crianças precisam de informações breves e simples, que devem ser equilibradas com garantias de que sua escola e suas casas são seguras e que os adultos estão lá para protegê-las. Dê exemplos simples de segurança escolar, como lembrar as crianças de que as portas externas estão trancadas, há esforços de monitoramento de crianças no parque infantil e exercícios de emergência praticados durante o dia letivo.
 - **Os alunos do final do Ensino Fundamental I e Ensino Fundamental II** geralmente perguntarão mais sobre se realmente estão seguros e o que está sendo feito na escola. Eles podem precisar de ajuda para separar a realidade da fantasia. Fale sobre os esforços dos líderes da escola e da comunidade para oferecer escolas seguras.
 - **Os alunos do final do Ensino Fundamental II e do Ensino Médio** terão opiniões fortes e variadas sobre as causas da violência nas escolas e na sociedade. Eles compartilharão sugestões concretas sobre como tornar a escola mais segura e como evitar tragédias na sociedade. Enfatize o papel que os alunos têm na manutenção de escolas seguras ao seguir as diretrizes de segurança da escola (por exemplo, não fornecer acesso ao prédio a estranhos, denunciar estranhos no campus, relatar ameaças à segurança da escola feitas por alunos ou membros da comunidade, etc.), comunicar qualquer preocupação com a segurança pessoal aos administradores da escola e ter acesso a apoio para necessidades emocionais.
4. **Revise os procedimentos de segurança.** Isso deve incluir procedimentos e proteções na escola e em casa. Ajude as crianças a identificar pelo menos um adulto na escola e na comunidade a quem possam recorrer caso se sintam ameaçadas ou em risco.
5. **Observe o estado emocional das crianças.** Algumas crianças podem não expressar suas preocupações verbalmente. Mudanças no comportamento, no apetite e nos padrões de sono também podem indicar o nível de ansiedade ou desconforto delas. Na maioria dos casos, esses

sintomas diminuem com o reconforto e o tempo.

Entretanto, algumas crianças podem ter reações mais intensas. As crianças que passaram por uma experiência traumática ou perda pessoal, que sofrem de depressão ou outra doença mental ou que têm necessidades especiais podem ter um risco maior de reações graves do que as outras. Procure a ajuda de um profissional de saúde mental se estiver preocupado(a).

6. **Limite a exibição desses eventos na televisão.** Limite a exibição de televisão e fique atento(a) se a televisão estiver ligada em áreas comuns. Informações inadequadas para o desenvolvimento podem causar ansiedade ou confusão, principalmente em crianças pequenas. Os adultos também precisam estar atentos ao conteúdo das conversas que têm na frente das crianças, até mesmo dos adolescentes, e limitar sua exposição a comentários vingativos, de ódio e raiva que possam ser mal interpretados.
7. **Mantenha uma rotina normal.** Manter uma programação regular pode ser reconfortante e promover a saúde física. Certifique-se de que as crianças durmam bastante, façam refeições regulares e se exercitem. Incentive-as a acompanhar os trabalhos escolares e as atividades extracurriculares, mas não as pressione se parecerem estar sobrecarregadas.

Sugestões de pontos a serem enfatizados ao falar com as crianças

- As escolas são locais seguros. A equipe da escola trabalha com os pais e os provedores de segurança pública (polícia e bombeiros locais, equipes de emergência, hospitais, etc.) para manter todos seguros.
- O prédio da escola é seguro porque...(cite procedimentos específicos da escola).
- Todos nós desempenhamos um papel na segurança da escola. Seja observador(a) e informe a um adulto se vir ou ouvir algo que o(a) deixe desconfortável, nervoso(a) ou assustado(a).
- Há uma diferença entre denunciar, falar ou fazer fofoca. Você pode fornecer informações importantes que podem evitar danos, seja direta ou anonimamente, contando a um adulto de confiança o que sabe ou o que ouviu.
- Embora não haja garantia absoluta de que algo ruim nunca acontecerá, é importante entender a diferença entre a **possibilidade** de algo acontecer e a **probabilidade** de que isso o afetará (nossa comunidade escolar).
- A violência sem sentido é difícil de ser compreendida por todos. Fazer coisas de que gostamos, manter uma rotina normal e estar com amigos e familiares ajuda a nos sentirmos melhor e a não nos preocuparmos com isso.
- Às vezes, as pessoas fazem coisas ruins que prejudicam os outros. Elas podem ser incapazes de controlar sua raiva, estar sob a influência de drogas ou álcool ou sofrer de alguma doença mental. Os adultos (pais, professores, policiais, médicos, líderes religiosos) trabalham arduamente para conseguir ajuda para essas pessoas e evitar que elas machuquem outras. É importante que todos nós saibamos como obter ajuda se nos sentirmos realmente chateados ou com raiva e que fiquemos longe das drogas e do álcool.
- Fique longe de revólveres e de outras armas. Informe a um adulto se souber que alguém tem uma arma. O acesso a armas é um dos principais fatores de risco à violência mortal.
- A violência nunca é uma solução para problemas pessoais. Os alunos podem fazer parte da solução participando de programas contra a violência na escola, aprendendo habilidades de mediação de conflitos e buscando ajuda de um adulto se eles ou um colega estiver com dificuldades para lidar com a raiva, a depressão ou outras emoções que não conseguem controlar.

A NASP tem informações adicionais para pais e educadores sobre segurança escolar, prevenção da violência, reações traumáticas das crianças e resposta a crises no site: www.nasponline.org.

©2016, Associação Nacional de Psicólogos Escolares, 4340 East West Highway 402, Bethesda, MD 20814