

## Talking to Kids about School Safety

*“Parents can help children gain a sense of personal control by talking openly about school violence and personal safety.”*

—Michael Faenza, President and CEO, National Mental Health Association

Recent acts of school violence and the resulting intense media coverage bring school safety issues to the forefront for all of us. However, children, in particular, may experience anxiety, fear, and a sense of personal risk. Knowing how to talk with your child about school safety issues could be critical in recognizing and preventing acts of violence, and will play an important role in easing fear and anxieties about their personal safety.

To guide parents through discussions about school violence, the National Mental Health Association offers the following suggestions:

- Encourage children to talk about their concerns and to express their feelings. Some children may be hesitant to initiate such conversation, so you may want to prompt them by asking if they feel safe at school. When talking with younger children remember to talk on their level. For example, they may not understand the term “violence” but can talk to you about being afraid or a classmate who is mean to them.
- Talk honestly about your own feelings regarding school violence. It is important for children to recognize they are not dealing with their fears alone.
- Validate the child’s feelings. Do not minimize a child’s concerns. Let him/her know that serious school violence is not common, which is why these incidents attract so much media attention.  
Stress that schools are safe places. In fact, recent studies have shown that schools are more secure now than ever before.
- Empower children to take action regarding school safety. Encourage them to report specific incidents (such as bullying, threats or talk of suicide) and to develop problem solving and conflict resolution skills. Encourage older children to actively participate in student-run anti-violence programs.
- Discuss the safety procedures that are in place at your child’s school. Explain why visitors sign in at the principal’s office or certain doors remain locked during the school day. Help your child understand that such precautions are in place to ensure his or her safety and stress the importance of adhering to school rules and policies.
- Create safety plans with your child. Help identify which adults (a friendly secretary, trusted teacher or approachable administrator) your child can talk to if they feel threatened at school. Also ensure that your child knows how to reach you (or another family member or friend) in case of crisis during the school day. Remind your child that they can talk to you anytime they feel threatened.
- Recognize behavior that may indicate your child is concerned about returning to school. Younger children may react to school violence by not wanting to attend school or participate in school-based activities. Teens and adolescents may minimize their concerns outwardly, but may become argumentative, withdrawn, or allow their school performance to decline
- Keep the dialogue going and make school safety a common topic in family discussions rather than just a response to an immediate crisis. Open dialogue will encourage children to share their concerns.

- Seek help when necessary. If you are worried about a child's reaction or have ongoing concerns about his/her behavior or emotions, contact a mental health professional at school or at your community mental health center.

The following behaviors are signs that a child may need help:

- Lack of interest or poor performance in school
- Absence of age-appropriate anger control skills
- Seeing self as always the victim
- Persistent disregard for or refusal to follow rules
- Cruelty to pets or other animals
- Artwork or writing that is bleak or violent or that depicts isolation or anger
- Talking constantly about weapons or violence
- Obsession with violent games and/or TV shows
- Lack of enthusiasm, energy or motivation
- Carrying a weapon to school
- Overreacting to criticism
- Restlessness and agitation
- Bullying
- Misplaced or unwarranted jealousy
- Involvement with or interest in gangs
- Withdrawal from friends and activities

**The more signs you see the greater the chance the child needs help.**

**For More Information:**

For a free and confidential mental health screening, go on-line to [www.mhacolorado.org](http://www.mhacolorado.org).

Hablar con los niños sobre seguridad escolar

"Los padres pueden ayudar a los niños a adquirir un sentido de control personal por hablar abiertamente sobre

la violencia escolar y la seguridad personal. "

-Michael Faenza, presidente y CEO, National Mental Health Association

Actos recientes de violencia escolar y la cobertura de los medios de comunicación resultante intenso integrar los temas de seguridad de la escuela a la vanguardia de todos nosotros. Sin embargo, los niños, en particular, pueden experimentar ansiedad, el miedo y la sensación de riesgo personal. Saber cómo hablar con sus hijos sobre temas de seguridad escolar podría ser crítica para reconocer y prevenir los actos de violencia, y desempeñará un papel importante en el alivio de la ansiedad y el temor por su seguridad personal.

Para guiar a los padres a través de las discusiones sobre la violencia escolar, la Asociación Nacional de Salud Mental ofrece las siguientes sugerencias:

- Anime a los niños a hablar de sus preocupaciones y de expresar sus sentimientos. Algunos niños pueden ser reacios a iniciar tal conversación, por lo que puede querer solicitar al preguntarle si se sienten seguros en la escuela. Al hablar con los niños más pequeños no olvide hablar de su nivel. Por ejemplo, pueden no entender el término "violencia", pero puede hablar con usted acerca de tener miedo o un compañero de clase que los trata mal.
  - Hablar honestamente sobre sus sentimientos con respecto a la violencia escolar. Es importante que los niños reconozcan que no tratan con sus miedos solos.
  - Validar los sentimientos del niño. No minimizar las preocupaciones del niño. Deje que él / ella sepa que la violencia escolar grave no es común, por lo que estos incidentes atraer la atención de los medios de comunicación tanto.
- Haga hincapié en que las escuelas sean lugares seguros. De hecho, estudios recientes han demostrado que las escuelas sean más seguros ahora que nunca antes.
- Empoderar a los niños a tomar medidas con respecto a la seguridad escolar. Anímelos a que informe específico incidentes (tales como la intimidación, amenazas o referencias al suicidio), y para desarrollar la solución de problemas y habilidades de resolución de conflictos. Anime a los niños mayores a participar activamente en la violencia anti-dirigidas por estudiantes programas.
  - Discutir los procedimientos de seguridad que se encuentran en su lugar en la escuela de su hijo. Explique por qué los visitantes registrarse en la oficina del director o en ciertas puertas permanecen cerradas durante el día escolar. Ayude a su hijo a entender que tales precauciones se han establecido para garantizar su seguridad y destacar la importancia de adherirse a las reglas y políticas.
  - Crear planes de seguridad con su hijo. Ayudar a identificar que los adultos (una secretaria amable, profesor de confianza o administrador accesible) que su hijo puede hablar si se sienten amenazados en la escuela. También asegúrese de que su hijo sepa cómo comunicarse con usted (u otro miembro de la familia o amigo) en caso de crisis durante el día escolar. Recuerde a sus hijos que pueden hablar con usted en cualquier momento que sienten amenazados.
  - Reconocer comportamientos que pueden indicar que su hijo está interesado en regresar a la escuela. Los niños menores pueden reaccionar a la violencia escolar por no querer asistir a la escuela o participar en actividades escolares. Los adolescentes pueden minimizar sus preocupaciones hacia el exterior, pero es posible llegar a ser argumentativo, retirados, o permitir que su rendimiento escolar a declinar
  - Mantener vivo el diálogo y hacer de la seguridad escolar un tema común en las discusiones familiares y no sólo una respuesta a una crisis inmediata. Diálogo abierto animará a los niños a compartir sus preocupaciones.

- Busque ayuda cuando sea necesario. Si usted está preocupado por la reacción de un niño o tiene preocupaciones actuales sobre su / su comportamiento o emociones, póngase en contacto con un profesional de salud mental en la escuela o en su centro comunitario de salud mental. Los siguientes

comportamientos son señales de que un niño puede necesitar ayuda:

- Falta de interés o rendimiento escolar
- Ausencia de habilidades apropiadas para su edad control de la ira
- Al ver yo como siempre la víctima
- desconocimiento persistente o el rechazo a seguir las reglas
- Crueldad a los animales domésticos y otros animales
- Obras de arte o escritura que es triste o violento o que representa el aislamiento o la ira
- Hablar constantemente sobre las armas o la violencia
- Obsesión con los juegos violentos y / o programas de televisión
- Falta de entusiasmo, energía o motivación
- Llevar un arma a la escuela
- Reacción exagerada a las críticas
- Inquietud y agitación
- Intimidación
- celos fuera de lugar o injustificado
- Participación con interés o en las pandillas
- Aislamiento de los amigos y las actividades

Los signos que se ven más cuanto mayor es la probabilidad de que el niño necesita ayuda. Para más información:

Para un examen de salud gratuito y confidencial mental, ir en línea para [www.mhacolorado.org](http://www.mhacolorado.org).