

# Cómo hablar con sus hijos sobre los eventos del miércoles.

Una turba enfurecida irrumpió en el edificio del Capitolio el miércoles, obligando a la evacuación tanto de la Cámara como del Senado, cuando se reunieron para certificar los resultados de las elecciones de noviembre. A medida que se desarrollaba el momento sin precedentes, todas las estaciones de televisión de la nación sintonizaban el caos y la violencia masivos.

Y millones de estadounidenses que trabajaban y aprendían en casa durante la pandemia centraron su atención en la escena. Niños incluidos. Los padres "deben esforzarse por proteger a sus hijos de ver el caos", recomendó el Baylor College of Medicine en un comunicado de prensa enviado el miércoles por la tarde, mientras los funcionarios electos utilizaron Twitter para condenar las acciones de la mafia.

Y la Dra. Laurel Williams, profesora asociada en el Departamento de Psiquiatría y Ciencias del Comportamiento de Menninger en Baylor College of Medicine, ofreció consejos específicos:

- Limita las redes sociales
- Limitar la cobertura de noticias
- Miren las noticias juntos (si un niño está interesado o preocupado). Pregunte qué escucharon y aprendieron, o qué les preocupa. Luego, ayúdeles a proporcionarles datos para responder sus preguntas.
- Realice actividades que reflejen sus valores como familia para ayudar a contrarrestar los sentimientos de impotencia.
- Mantén tu rutina Sea amable y transmita la bondad