

# VIOLENCIA Y SOCIEDAD

Psic. Juan Manuel Rodríguez V.



**¿Qué Podemos hacer con toda la ola de violencia que sucede a nuestro alrededor?**

Los tiempos que está viviendo esta generación tienen como todas las épocas sus particularidades, son distintos, tantos avances en la tecnología, modas, corrientes de pensamientos, un mundo de información, etc., sin embargo algo que considero que caracteriza esta generación es la gran cantidad de violencia a la cual está expuesta, esto tanto a través

de las noticias, de los periódicos, de las series televisivas, programas de entretenimientos y demás.

Como ninguna otra generación en la actualidad estamos expuestos a numerosas escenas de violencias, muerte, delincuencias, lo más peligroso de esto creo es, que al estar tan expuestos a todo esto, poco a poco nos vamos desensibilizando y lo empezamos a ver como algo normal, como algo cotidiano “¿cuantos murieron el día de hoy?, otra ejecución, robos, violencia,” así mismo los niños y adolescentes están creciendo en este entorno, el cual es sumamente hostil y contaminante, y no solo eso sino a su vez, llega a generar mucha curiosidad y morbo, lo cual nos pone en riesgo.

Como la pregunta que me planteo al iniciar este escrito ¿Qué podemos hacer con toda la ola de violencia? No podemos por más que lo intentemos encerrarnos en una burbuja y pretender que no pasa nada, tarde o temprano esto afectará ya sea a nosotros o a nuestros seres queridos, por lo que es importante tomar una actitud más activa ante esto.

Para lo cual doy algunas acciones prácticas que podemos tomar:

1. **Informar de manera responsable a nuestros seres queridos** (ya sea hijos o personas que dependan de nosotros) de lo que está pasando, aquí es fundamental el no quedarnos solo con lo que nos dan los medios de comunicación ya que muchas veces esta información es tendenciosa y amarillista, buscando agrandar la nota y hacerla más llamativa.
2. **Hablar de los riesgos y de la manera de cuidarnos.** Como lo dijimos no es posible encerrarnos en una burbuja donde no pasa nada, ya que la violencia es una realidad, por lo que el hablar de cómo cuidarnos nos da la facultad de identificar el peligro y huir de él. Esto es de mucha ayuda con los hijos. Que



amistades son positivas y cuáles no, que conductas le traerán problemas (consumo de drogas, participar en actos de vandalismo o abuso a los demás etc.)

3. **Estar pendientes de la información a la que están en contacto sus hijos**, así como las amistades. En la mayoría de los casos el consumo de drogas y el inicio de prácticas antisociales y delictivas, los últimos en percatarse de esto son los padres, ya que los hijos tienen acceso a un mundo de opiniones y de influencias tanto de amigos como por los medios de comunicación y esto sin la supervisión y opinión de los padres o de adultos responsables.
4. **Generar un ambiente de confianza en casa**, en donde se puedan hablar de estas dudas en relación con lo que está pasando afuera, toda esta violencia, todo lo que nos traen las noticias y se meten a nuestras casas, ya que si no se habla de estos temas de una manera responsable y buscando cuidar a los miembros de la familia, se buscaran respuestas afuera, las cuales en la mayoría de los casos generan mas confusión y dudas.



Mientras más cercanía exista en la familia, mientras más sepamos por lo que está pasando cada uno de los miembros de nuestra familia, tendremos mayores posibilidades de estar cerca cuando se presenten momentos de crisis y dudas, los cuales generan mucha confusión, y si estamos lejos de la información y las personas correctas, es común que tomemos malas decisiones.

Psic. Juan Manuel Rodríguez.