



APOYO PSICOSOCIAL
A NIÑOS
EN SITUACIONES
DE EMERGENCIA

ORIENTACIONES PARA PADRES,

MAESTROS Y OTROS ADULTOS CERCANOS

Mireya Lozada

Maritza Montero

Isabel Rodríguez Mora

Ana Lisett Rangel

Indice

Presentación **PROYECTO REUNIFICACION FAMILIAR**

APOYO PSICOSOCIAL A NIÑOS EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

ORIENTACIONES PARA PADRES, MAESTROS Y OTROS ADULTOS CERCANOS

¿Por qué una intervención psicosocial? 10

Algunos principios del apoyo psicosocial 10

Cómo apoyar a los niños 10

Actividades para apoyar a los niños 10

La escuela: espacio para la reconstrucción y la prevención. 24

Bibliografía consultada 25

Mireya Lozada
Maritza Montero
Isabel Rodríguez Mora
Ana Lisett Rangel



Caracas, 2000

AVEPSO



Save the Children UK



Instituto de Psicología - UCV



Diseño gráfico: Carlos Silva

Dirección: AVEPSO. Apartado Postal 47101. Caracas 1041-A, Venezuela.

e-mail: aveps@reacciun.ve

© AVEPSO

Depósito legal: If252200015079

ISBN: 980-07-6374-0

Este manual no tiene valor comercial y su distribución es gratuita.
Posteriormente reediciones requieren el consentimiento de las autoras.

Indice

Presentación	1
¿Qué es una emergencia?	3
¿Cómo nos afecta una emergencia?	4
¿Cómo reaccionamos ante una emergencia?	6
¿Cuándo buscar ayuda profesional?	9
¿Por qué una intervención psicosocial?	10
Algunos principios del apoyo psicosocial	11
Cómo ayudar a los niños	15
Actividades para apoyar a los niños	18
La escuela: espacio para la reconstrucción y la prevención.	24
Bibliografía consultada	25



Presentación

LAS INTENSAS LLUVIAS DEL MES DE DICIEMBRE DE 1999, provocaron en Venezuela el desastre natural de mayores proporciones en su historia. Diversas zonas del país fueron devastadas, produciéndose miles de damnificados y muertos, el desarraigo de las comunidades de origen; la fragmentación o desaparición de redes de apoyo familiares, laborales y comunitarias; la destrucción masiva de comunidades, de servicios públicos, infraestructura y vialidad.

La magnitud de la emergencia generó en los sectores afectados, directa e indirectamente, importantísimas pérdidas y un profundo sufrimiento que asume diversas manifestaciones. Desde el inicio de la emergencia, los niños han sido una preocupación central: su vulnerabilidad, durante y después de la catástrofe, los colocó como sector prioritario en el diseño de programas y políticas para garantizar y promover su atención.

En respuesta a las demandas de organizaciones gubernamentales y no gubernamentales vinculadas a la atención de la población infantil, este manual presenta algunos criterios para la ayuda psicosocial a los niños afectados por la emergencia. Propone una serie de orientaciones, ejercicios y actividades que inicialmente están dirigidas a la recuperación de los adultos, facilitando así la de los niños.

El manual está orientado a padres, docentes, cuidadores, facilitadores y voluntarios, que esperamos faciliten los procesos de reconstrucción de la vida familiar y comunitaria y contribuyan con el diseño de programas de prevención y capa-

Índice

1	Presentación
3	¿Qué es una emergencia?
4	¿Cómo nos afecta una emergencia?
6	¿Cómo reaccionamos ante una emergencia?
9	¿Cuándo buscar ayuda profesional?
10	¿Por qué una intervención psicosocial?
11	Algunos principios del apoyo psicosocial
12	Cómo ayudar a los niños
18	Actividades para apoyar a los niños
24	La escuela: espacio para la reconstrucción y la prevención
25	Bibliografía consultada

Diseño gráfico: Carlos Silva

Dirección: AVPSO, Apartado Postal 47750, Caracas 1047-A, Venezuela.

e-mail: avpsos@netcom.ve

© AVPSO

Registro legal: #252206015079

ISBN: 980-07-4874-6

Este manual se vende solo comercial y su distribución es gratuita.
 Prohibida la explotación económica de los contenidos.



citación sobre estos temas.

Proponemos una perspectiva integradora desde la cual sujeto y sociedad se abordan como expresiones de un mismo proceso, como realidades integradas y mutuamente constitutivas. Consideramos que la ayuda psicosocial no es un asunto técnico que puede llevarse a cabo al margen de la reconstrucción de espacios familiares, comunitarios y de una concepción de país. Ignorar las complejas redes de relación en las que se insertan el niño y la familia contribuiría a hacer de la experiencia un suceso privado y a interpretar las reacciones normales como síntomas patológicos.

Este manual contempla principios y estrategias útiles para abordar los procesos de reconstrucción de la vida de las personas, a partir del ejercicio de sus capacidades y recursos. Ha sido producido en el marco del Proyecto de Reunificación Familiar, desarrollado bajo los auspicios de la Asociación Venezolana de Psicología Social (AVEPSO), la ONG internacional Save the Children (Reino Unido) y el Instituto de Psicología de la Universidad Central de Venezuela. Asimismo, hemos integrado algunos aspectos de la experiencia obtenida en la labor de apoyo psicosocial que viene desarrollando el proyecto "La escuela como espacio para la reconstrucción", en las escuelas adscritas a la Dirección de Educación del Estado Vargas. Agradecemos a Elsa Ritter, miembro del equipo coordinador de este proyecto, y a María Elena Ramos, sus valiosos aportes.



¿Qué es una emergencia?

UNA EMERGENCIA ES UNA SITUACIÓN INESPERADA que rompe de manera violenta el curso normal de nuestras vidas. La emergencia afecta de manera integral nuestra existencia como personas, como comunidad y como país, obligándonos a redefinir nuestros proyectos de vida.

La emergencia provoca pérdidas muy significativas, tales como:

- Muerte y lesiones de seres queridos, familiares, amigos, conocidos y miembros de la comunidad.
- Separación de familiares, amigos y personas conocidas.
- Destrucción de casas, escuelas, calles, iglesias y demás lugares donde se desarrollaba la vida cotidiana.
- Pérdida de pertenencias de valor material y afectivo (como mascotas y objetos).

El carácter imprevisto, violento y masivo de la emergencia desborda la capacidad de los individuos y grupos para responder de una manera efectiva, generando miedo, angustia y diversas reacciones.



¿Cómo nos afecta una emergencia?



LA EMERGENCIA PROVOCA RUPTURAS EN EL CURSO DE LA VIDA de las personas; fragmenta los vínculos sociales y altera de manera radical la existencia. En ocasiones, la pérdida de seres queridos, de vivienda, de empleo y de todas las condiciones que hacían posible la vida en la comunidad, obliga a desplazarse hacia otros lugares y a convivir con personas a veces desconocidas. De este modo, a las pérdidas directamente producidas por la emergencia, se suma el desarraigo de la comunidad de origen. Se produce también una ruptura en las redes de apoyo mutuo, es decir, ya no se cuenta con el grupo de vecinos, familiares y amigos, que apoyaban cotidianamente.

Por otra parte, en el plano social, la emergencia genera graves daños económicos y empobrece a ciertos sectores de la sociedad.

La magnitud de las pérdidas humanas, materiales, afectivas y sociales, el carácter impuesto de los cambios, así como la vivencia cercana del dolor, la destrucción y la muerte, provoca sufrimiento en los individuos y los obliga a redefinir sus proyectos y a asimilar lo ocurrido.

Sin embargo, el desastre no afecta a todos de igual manera. Su impacto varía según:

- El tipo de pérdidas sufridas a raíz de la emergencia (seres queridos, bienes, comunidad, etc.)
- El momento de la vida en el cual ocurrió la emergencia.

- Las redes sociales de apoyo activadas durante y después de la emergencia.
- Los recursos materiales disponibles para hacer frente a la emergencia.
- Los recursos psicológicos y afectivos de que disponen las personas.
- La existencia de limitaciones físicas y psicológicas previas.
- La información preventiva de la cual se dispone acerca de los riesgos y de las acciones a tomar en caso de una emergencia.
- La experiencia en la confrontación de situaciones similares en el pasado.
- El tipo y la calidad de ayuda recibida durante y después de la emergencia.



¿Cómo reaccionamos ante una emergencia?



DURANTE Y DESPUÉS DE UNA EMERGENCIA, las personas y los grupos reaccionan de modo activo para apoyarse mutuamente, para salvar sus vidas y bienes. No permanecen como víctimas pasivas. Sin embargo, el carácter inesperado, violento y masivo de los sucesos desborda la capacidad de respuesta de la gente y hace difícil una coordinación efectiva de los esfuerzos por responder a la emergencia.

En el plano emocional, las emergencias provocan una serie de reacciones que son normales, ante la situación anormal que viven las personas. Entre estas reacciones, generalmente pasajeras, se cuentan:

- Tristeza.
- Llanto frecuente.
- Dificultad para conciliar y mantener el sueño.
- Sueños desagradables y pesadillas.
- Irritabilidad o ira.
- Miedo a estar solo.
- Dificultad para mantener la atención y la concentración.
- Cambio en los hábitos alimentarios.
- Temores ante objetos o situaciones específicas: la lluvia, a la oscuridad, al agua, los ruidos fuertes.



- Malestares físicos, tales como dolores estomacales o de cabeza, náuseas, mareos, sin causa aparente.
- Aislamiento de la familia o amigos, o retraimiento.
- Falta de motivación.
- Fatiga continua.
- Permanecer en silencio o rehusar hablar sobre el evento ocurrido.
- Negación de lo sucedido.

En el caso de los niños, además de las reacciones anteriores, es normal que se presenten manifestaciones como:

- Mojar la cama.
- Disminución del interés en el juego.
- Comportamiento propio de un niño menor (tales como chuparse el dedo, hablar como bebé o, en general, como si tuviese menor edad).
- Negativa a volver a la escuela y a separarse de la madre, el padre u otros adultos cercanos.
- Comportamientos inusuales en la escuela o el hogar.

Ante la muerte o la desaparición de un ser querido, los niños más pequeños pueden creer que la muerte tiene carácter tem-



poral y reversible. Durante las semanas siguientes al fallecimiento, es frecuente observar algunas de las reacciones que se indican a continuación:

- Profunda tristeza
- Creer que el ser querido aún continúa vivo.
- Reacciones de ira, expresadas a través de juegos violentos, irritabilidad, enojo hacia otros miembros supervivientes de la familia y comportamientos similares.
- Sentimientos de culpa ante el hecho, si alguna vez fantasearon con la muerte de sus familiares.

Estas reacciones normales pueden ser orientadas y canalizadas adecuadamente por los padres, maestros u otros adultos significativos para el niño, sin necesidad de hacer intervenir al psicólogo o cualquier otro especialista. La orientación que se proporcione debe contribuir a reconocer que estas reacciones son naturales luego de una situación de emergencia.

¿Cuándo buscar ayuda profesional?


LOS PADRES, MAESTROS Y OTROS ADULTOS CERCANOS AL NIÑO deben estar atentos a algunas señales que, de persistir en el tiempo y ganar intensidad, pueden indicar la necesidad de buscar ayuda profesional, por parte de un psicólogo, orientador, médico o maestro especialista. Entre estas señales, se incluyen:

- Períodos prolongados de profunda tristeza durante el cual el niño pierde interés en sus actividades diarias.
- Insomnio prolongado.
- Pérdida del apetito.
- Miedo agudo a estar solo.
- Comportamientos regresivos a una edad más temprana, mostrados durante largos períodos.
- Imitación exagerada de la persona muerta o desaparecida.
- Expresión frecuente de su deseo de "irse" con la persona fallecida.
- Aislamiento de sus amigos o personas cercanas.
- Deterioro pronunciado de su rendimiento escolar o rechazo a la escuela.


Usualmente, la intervención clínica e individual se requiere en pocos casos.

¿Por qué una intervención psicosocial?

Las estrategias de apoyo a la población afectada deben orientarse por principios psicosociales que reconozcan, tanto el carácter profundamente íntimo del sufrimiento de la persona, como los significados, las dinámicas sociales y procesos colectivos implicados.



Este tipo de apoyo, debe considerar a la persona como totalidad dentro de un mundo social, integrada a la vida cotidiana, marcada por referentes materiales, sociales, económicos, culturales y políticos. No constituye un asunto técnico que pueda llevarse a cabo al margen de los procesos familiares, comunitarios y sociales y de las complejas redes de relación en las que se insertan las personas afectadas.




El apoyo psicosocial promueve la reconstrucción del tejido social que ha sido alterado, y con ello, la recuperación de la capacidad tradicional de las redes sociales de apoyo (tales como la familia, la comunidad y la escuela) de servir como fuente de ayuda para las personas, tanto cotidianamente como en situaciones de crisis.

Algunos principios del apoyo psicosocial


Es frecuente que familiares, voluntarios, maestros y otros adultos que apoyan a personas afectadas por una emergencia, sientan inseguridad en relación con las capacidades y herramientas que poseen para brindar apoyo. Es importante que reconozcan y valoren su experiencia y conocimientos obtenidos al enfrentar otras situaciones de crisis en el pasado.

LA PERSONA QUE BRINDA APOYO DEBE RECONOCER SUS PROPIOS RECURSOS Y CAPACIDADES.



Es importante atender a la capacidad demostrada por la gente para enfrentar el desastre y apoyar a otros. La labor de apoyo parte del reconocimiento de los recursos y potencialidades de las propias personas y grupos afectados para enfrentar y superar las situaciones de emergencia y reconstruir sus vidas. No se trata de personas enfermas ni minusválidas.

ES FUNDAMENTAL RECONOCER LAS PROPIAS CAPACIDADES DE LOS AFECTADOS PARA SUPERAR LA SITUACIÓN, FAVORECER LA AUTONOMÍA E INCENTIVAR LA PARTICIPACIÓN.



La vulnerabilidad de los niños y otros miembros de la familia. La relación de ayuda debe sustentarse en el respeto por el otro, en el diálogo y la comunicación. Debe fortalecer la autonomía de las personas y grupos, la cooperación y el apoyo mutuo, sin promover la dependencia. Las actividades que se programen deben estimular la iniciativa individual, el intercambio grupal y los procesos participativos.

Es esencial reconocer la importancia y significación particular que la emergencia tiene para cada persona. Aunque se promueva el relato, evítase forzar la expresión de sentimientos y fomentar el silencio en torno a lo vivido.

ES IMPORTANTE COMPRENDER LA SIGNIFICACIÓN QUE LOS AFECTADOS ATRIBUYEN A LA EXPERIENCIA VIVIDA.



Las reacciones y sentimientos de las personas que han sufrido una situación de desastre tienen que entenderse en el marco de la experiencia colectiva. Es fundamental reconocer las relaciones que los vinculan, su espacio social y su vida cotidiana, definiendo estrategias de intervención que promuevan un abordaje integral y que consideren todos aquellos aspectos de la vida de la persona (familiares, comunitarios, escolares) que favorezcan la reconstrucción.

EL APOYO PSICOSOCIAL NO DEBE CONSIDERARSE COMO UNA FORMA DE TERAPIA PSICOLÓGICA DIRIGIDA A PERSONAS ENFERMAS.



La intervención psicosocial no es una acción clínica o terapéutica dirigida a personas consideradas como enfermos pasivos. Esta forma de intervención está dirigida a restaurar la confianza y la seguridad en las personas, promoviendo y fortaleciendo sus capacidades para la reconstrucción de sus vidas.

Cómo ayudar a los niños

CADA PERSONA SE AFECTA Y EVOLUCIONA DE UNA MANERA PARTICULAR.

Las personas presentan diferentes formas de reacción ante la crisis: algunos la superan con mayor facilidad que otros. Entender esta diferencia contribuye a moderar las expectativas que pueden tenerse sobre las demás personas, en relación con sus procesos de adaptación y recuperación.



LA LABOR DE APOYO DEBE IR ACOMPAÑADA DE UNA ACCIÓN PREVENTIVA.

El apoyo psicosocial comprende, desde la detección e intervención temprana en situaciones particulares, hasta la información y promoción de comportamientos preventivos y de formas de reacción adecuadas ante nuevas emergencias. E incluye el fortalecimiento de las personas afectadas o susceptibles de serlo.



RECONOCER LA CAPACIDAD DE LA FAMILIA PARA FACILITAR EL RESTABLECIMIENTO DE LA SEGURIDAD DEL NIÑO.

La vulnerabilidad de los niños y otros miembros de la familia, se reduce considerablemente si cuenta con una estructura familiar que le ofrezca seguridad y confianza. En la mayoría de los casos, las familias tienen capacidad para solucionar sus propios problemas o buscar alternativas. Se recomienda propiciar y fortalecer la comunicación entre los miembros del grupo familiar. Los padres pueden aportar información útil que el maestro puede emplear para facilitar procesos o situaciones que favorezcan la adaptación del niño a la nueva condición de vida.



CREAR REDES DE APOYO ENTRE LA FAMILIA, LA COMUNIDAD Y LOS ORGANISMOS QUE BRINDAN AYUDA.



Una cooperación efectiva entre familia, escuela, comunidad e instituciones que brindan ayuda, puede facilitar las acciones de apoyo y los procesos de recuperación. Por este motivo, establecer redes de cooperación debe ser objetivo prioritario en circunstancias de emergencia, lo cual redundará en economía de esfuerzo y recursos.

CONSIDERAR EL VALOR AFECTIVO DEL INTERCAMBIO CON LOS NIÑOS EN EL PROCESO.



La comunicación afectiva con los individuos luego de una catástrofe es parte fundamental de su recuperación. No se debe olvidar que los facilitadores son parte activa en esa relación y que admitirse como parte de ella no debe impedir la adopción de decisiones o acciones objetivas que favorezcan el bienestar del grupo a su cargo.

GENERAR ESPACIOS PARA EL INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS ENTRE LAS PERSONAS QUE BRINDAN AYUDA.



Es necesario que las personas que trabajan en labores de ayuda intercambien regularmente experiencias y cuenten con las orientaciones y el apoyo de individuos e instituciones que faciliten su labor. Asimismo, es importante abrir espacios para la expresión de sus emociones y sentimientos respecto a la situación confrontada en su tarea.

Cómo ayudar a los niños

El bienestar del niño depende del bienestar de su grupo familiar y de los adultos que lo rodean. El apoyo psicosocial, dirigido a las personas adultas de su entorno más cercano y de su comunidad, redundará favorablemente en el restablecimiento del niño. Las estrategias de apoyo orientadas hacia esta finalidad tienen como propósito:

- Proporcionar una estructura diaria, restableciendo las rutinas familiares y escolares.
- Identificar a los niños más vulnerables, para brindar apoyo específico.
- Favorecer el reconocimiento de las reacciones y sentimientos del niño.
- Facilitar la expresión o contención de las emociones dolorosas asociadas a la emergencia.
- Identificar las reacciones que persisten en el tiempo y recomendar la atención de especialistas.
- Promover la formulación de proyectos familiares y comunitarios con reconocimiento del valor y participación del niño.
- Ayudar al niño a elaborar el significado de la situación de emergencia.
- Facilitar su adaptación a las nuevas circunstancias.
- Apoyar las capacidades del niño y la familia para recons-



truir sus vidas.

- Favorecer la creación de redes de apoyo mutuo.
- Desarrollar estrategias preventivas que restituyan el control sobre el medio ambiente y la posibilidad de acción por parte de la familia y el niño.
- Generar espacios que permitan a los niños compartir la experiencia del desastre, aceptar las pérdidas y el dolor.
- Favorecer la autonomía y el funcionamiento normal de los niños.
- Promover la organización de los niños para su participación en espacios comunitarios y familiares.
- Promover la reunificación familiar.
- Fortalecer la función integradora de la familia y la escuela.

En el proceso de ayuda a niños afectados por una emergencia, es importante tener en cuenta algunos principios que se mencionan a continuación.



- Ser verbal y físicamente cariñoso y reafirmante.
- No separar al niño que está en proceso de duelo para brindarle un trato especial. Sus compañeros podrían resentirse y rechazarlo y el apoyo del grupo es muy importante para el niño afectado.

- Evitar la separación del niño de su grupo familiar.

- Explicar a los niños mayores de manera sencilla lo ocurrido, incluyendo detalles veraces sobre la muerte.

- Mantener una comunicación directa con la familia, para comentar los avances o dificultades del niño.

- Apoyar a los padres o familiares en sus preocupaciones respecto al niño, indicar lo natural de las reacciones que presenta y recomendarles compartir con él sus propios sentimientos y temores, acompañando la conversación con comentarios que le proporcionen seguridad y confianza.

- Promover el fortalecimiento y la creación de redes de apoyo que contribuyan a la solución de los problemas concretos que afectan a la familia, tales como: falta de agua, poca comodidad y privacidad en los albergues o pérdida del trabajo. Ayudar a identificar aquellas personas y grupos con los que tradicionalmente han compartido recursos y conocimientos para lograr objetivos comunes.

- Si es necesario, poner en contacto a la familia con un especialista, ya que, por ejemplo, un padre fuera de control dificulta el restablecimiento del bienestar de su hijo y de su grupo familiar.



Actividades para apoyar a los niños

Debido a que cada persona y cada grupo reacciona de modo diferente ante situaciones de desastre, no es posible diseñar a priori una estrategia de intervención que sea válida para todos los casos. Sin embargo, mencionamos algunas sugerencias de actividades que podrían ser desarrolladas, previa evaluación de las particularidades de cada situación.

Organizar actividades en las cuales los niños tengan oportunidad de comentar lo ocurrido, narrar cómo fueron afectados y cómo se sienten ante la situación vivida. Complementarlas con el desarrollo de sesiones en las cuales se informe sobre las causas del desastre y se conozcan y practiquen acciones orientadas a la prevención y establecimiento de normas de seguridad:

- Planifique una sesión con los niños, inicialmente sin la presencia de adultos, para compartir experiencias en forma abierta. Trate de contar con un compañero o ayudante para esta actividad. Coloque a los niños en una posición cómoda que facilite el intercambio y permita que se relajen (en el suelo, sentados en círculo, por ejemplo). Explique el propósito de la actividad: *hablaremos sobre lo que pasó en nuestro país, a nosotros, a nuestras familias y compañeros. Vamos a tratar de contar cómo nos sentimos en esa situación, y qué cosas vivimos. Nadie está obligado a hablar si no lo desea.*

- Haga que los niños se presenten si no se conocen. Si no inician espontáneamente sus relatos, haga preguntas dirigidas al grupo que induzcan la participación y, si ello no funciona,

comience contando Ud. mismo dónde estaba, cómo se enteró de lo que sucedía, qué vio de lo que pasó, qué o a quiénes perdió, cómo están sus amigos o algún otro comentario que pueda dar ejemplo de lo que pide.

- Pregunte: *¿Cómo se sintieron ante esas cosas?* Si ante estas expresiones surge la tristeza, no impida el llanto, ni desaprobe expresiones de enojo, no discuta sus respuestas ni trate de explicárselas. Puede también preguntar respecto a cómo se sienten físicamente, si tienen energía o si están cansados. Concluya ofreciéndose para escucharlos si tienen necesidad de conversar con un adulto.

- Elabore con los niños un cuento sobre lo sucedido. Si son muy pequeños, registre la narración por escrito o en una grabación. Los mayores pueden escribir sus relatos y leerlos ante el grupo. Otra modalidad es narrarles un cuento que en sentido figurado pueda referir un hecho que afectó a una comunidad. Puede preguntar, luego de la narración: *¿Qué creen ustedes que hizo la gente?* Construya un final para el cuento con las respuestas esperanzadoras de los niños, léalo nuevamente y pida comentarios al respecto.

- Puede, además solicitar que los niños dramatizen o dibujen los cuentos creados sugiriendo que incorporen acciones de defensa y protección. Concluya la actividad con un comentario que sintetice los aportes de los niños.

- Recopile material que le permita describir y comentar con los



niños lo sucedido. Puede usar reportajes de prensa, videos, fotografías o cualquier material que haga posible tratar objetivamente las razones que produjeron la catástrofe natural.

- Haga contacto con organizaciones de apoyo que puedan encargarse de conducir una práctica o simulacro de emergencia y conversar con el grupo sobre las medidas de seguridad recomendables en situaciones similares.



Para favorecer el retorno a la normalidad, organizar actividades que favorezcan el desarrollo integral del niño en lo físico, social y psicológico:



- Los ejercicios físicos y la práctica de algún deporte deben ser promovidos como actividad esencial dentro de la programación de actividades en la escuela, la familia y los centros de atención. Pueden alternarse con algunas sesiones de relajación.

- Promueva actividades de expresión creativa y recreación con los niños: cantar, escribir, dibujar, bailar, jugar o narrar cuentos.

- Organice juegos que estimulen la cooperación y el reconocimiento de sus compañeros. Por ejemplo: ubique al grupo en un lugar amplio y dibuje en el suelo dos líneas separadas por unos 6 ó 10 metros. Coloque a los niños en parejas -tratando que los niños sean de igual tamaño-, sobre una de las líneas, una al lado de otra. Explíqueles: *Esta es una competencia, una carrera. Se colocarán de espaldas, uno contra otro, se agarrarán de los brazos y cuando diga ¡ya! uno*

cargará al otro hasta la otra línea. En el regreso se invierten y el otro niño cargará a su compañero hasta la primera línea. Ganará la pareja que llegue primero y le daremos un fuerte aplauso. Pregunte al final sobre cómo se sintieron y si el juego fue de su agrado.



Luego de una situación de emergencia, cuidar especialmente lo que se dice a los niños y cómo se dice. No debe mezclarse la religión con las causas objetivas del desastre o la muerte:



- Dios no fue el causante del desastre o las muertes. No fue el resultado de un castigo o de la furia de Dios.



- Las intensas lluvias provocaron inundaciones y derrumbes, destruyendo casas, escuelas, plazas y los demás espacios de la comunidad.

- La persona murió porque, a raíz del desastre o un accidente, su cuerpo dejó de funcionar.




- Ayúdeles a hablar e identificar sus sentimientos y a tener recuerdos positivos de la persona fallecida.

- Evite usar un lenguaje o expresiones que puedan confundir a los niños:


- *El abuelo está dormido* es una frase que podría inducir miedo a dormir en el niño, si piensa que también él podría morir.


- *Mamá está cuidándote desde el cielo*, podría generar en el niño la sensación de estar constantemente

 vigilado por una persona que no puede ver, además de aumentar la ansiedad en torno a la separación.


- *Dios amaba tanto a tu papá que se lo llevó al cielo*, es una expresión que podría generar en el niño resentimiento por haber perdido algo tan importante en su vida y, además, podría provocarle miedo de acercarse a Dios por el temor de morir él también.

- No trate de contestar preguntas a las cuales no tiene respuesta. Sea honesto y no tenga temor en decir que no lo sabe.

 Es importante que los padres, maestros y otros adultos cercanos puedan responder efectivamente ante algunas situaciones específicas que pueden presentar niños que han vivido una emergencia. Entre estas situaciones, se encuentran las siguientes:

 - **Llanto:** Si en alguna situación de trabajo en grupo un niño empieza a llorar o a sentirse abrumado por las emociones, tranquilícelo colocándole la mano en el hombro y diciéndole que está bien que llore. Si el grado de perturbación es mayor, debe salir con él a un área donde no inquiete a los demás. Es importante llevarlo de vuelta a la actividad lo antes posible, y si lo desea, debe tener una segunda oportunidad para hablar.

- **Mojar la cama:** Hacerse pipí en la cama o comportarse como un niño más pequeño son conductas que pueden presentarse luego de una experiencia traumática y que por lo general tienen una corta duración. Estas manifestaciones deben aceptarse en el niño como expresiones de su angustia, sin reac-

 cionar con preocupación ni castigarlo, pues con ello éstas podrían persistir por mucho más tiempo. Los padres o facilitadores no deben insistir en reclamar este comportamiento inmaduro de los niños. Al contrario, los padres pueden emplear alabanzas de conductas apropiadas a las cuales los niños responden positivamente. Extienda a estas recomendaciones al resto de la familia.

- **Miedo:** Los temores a situaciones u objetos que evoquen la experiencia vivida deben ser atendidos procurando evitar que el niño se exponga a ellos. Hábleles mucho para darles seguridad, comente las diferencias entre fantasía y realidad y escuche lo que digan acerca de sus temores. Aun si rechazan ir a la escuela, lo más recomendable es que vaya. Si el niño no quiere dormir solo, dependiendo del caso, podría recomendarse a los padres que permanezcan un poco más de tiempo con él antes de dormir. En los días más cercanos a la tragedia pueden organizarse para dormir cerca del niño o garantizarles compañía, mas ello debe retornar a la normalidad en pocos días.

La escuela: espacio para la reconstrucción y la prevención

LUEGO DE CATÁSTROFES QUE HAN DESTRUIDO GRANDES SECTORES de una población, las escuelas se convierten en espacios privilegiados para el encuentro y la reconstrucción de la vida de los afectados.

Durante y después de una emergencia, la escuela cumple diferentes e importantes funciones: como refugio, como centro de acopio y como eje integrador de la organización y participación comunitaria. Se constituye, ocasionalmente, en el lugar de encuentro de familias, organizaciones voluntarias de ayuda; atiende demandas, brinda atención y servicios a la comunidad en la que se ubica. Ella ofrece espacios para el desarrollo e implementación de programas que pueden extenderse hacia la comunidad.

Tradicionalmente, la escuela y el maestro constituyen referencias de estabilidad y normalidad para los niños. Luego de una situación de desastre, la escuela debe ofrecer a los niños apoyo personal y emocional, además de restablecer su función educativa habitual. Esto será posible sólo si los propios maestros han tenido oportunidad de asimilar sus propias experiencias y sentimientos en relación con la situación vivida.

Y si algún aprendizaje resalta entre los muchos aspectos que una situación de emergencia genera, es la necesidad de desarrollar una labor de prevención que provea la información y herramientas básicas para enfrentar los imprevistos originados por desastres naturales y sociales. La escuela es el lugar social privilegiado para proporcionar esa preparación.



Bibliografía consultada

Cohen, R. (1999). Salud Mental para Víctimas de Desastres. Guía para Instructores. Organización Panamericana de la Salud. México.

Michell, J.T. y Everly, G.S. (1995). El alivio del estrés en casos de desastre MECD (Critical incident in stress management CISM).

Rodríguez, J., Meneses, G., Argueta, D. (1997). Recuperación Psicosocial Mediante Expresiones Dinámico Creativas. Módulo para trabajar con niños en edad escolar. Editado por el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala.

Roysden, E., Deinard, J. y Steffian, G. (1998). Manejo de las situaciones de estrés en emergencias. La intervención con niños. Trabajo desarrollado durante la Operación de Ayuda en América Central (Huracán Mitch), en la Base Aérea Soto Cano, Honduras.

Tolfree, D. (1996). Restoring Playfulness. Different Approaches to Assisting Children Who are Psychologically Affected by War or Displacement. Sweden: Radda Barnen.



Bibliografía consultada

Este libro se imprimió
durante el año 2000
en los Talleres Gráficos
de FEPUVA - UCV
Caracas - Venezuela