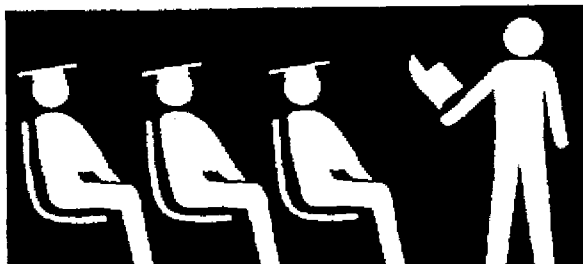


RECOMENDACIONES SUGERIDAS AL EDUCADOR DURANTE LA INTERVENCION EN CRISIS.

El educador debe tener siempre presente que está tratando con personas normales, que cualquier conducta manifestada es producto de una respuesta normal ante una crisis, por esta razón se recomienda no etiquetarlos como enfermedades mentales y considerar las siguientes características al momento de la intervención en crisis:

- ❶ Limitado en el tiempo.
- ❷ Se enfoca en el aquí y en el ahora.
- ❸ No se investiga sobre el pasado remoto de la persona.
- ❹ No se manejan aspectos psico- dinámicos.
- ❺ No se hacen interpretaciones.
- ❻ Se hacen confrontaciones del sujeto con la realidad.
- ❼ Se deben reforzar algunos mecanismos de defensa para fortalecer el yo.
- ❽ El objetivo es la resolución de la crisis.
- ❾ Se debe promover alianza terapéutica



Pasos para la intervención en crisis

a. Evaluación del sujeto y su problema.

- Es importante que el educador en su intervención requiera de técnicas activas para obtener datos sobre el evento y crisis que vivió el alumno o su hijo.
- Debe evaluar, si es un alumno de alto riesgo y que está en peligro él y otros, y debe canalizarlos. En caso necesario remitirlo a un profesional en salud.

b. Planear la intervención en ésta fase debe tomar en cuenta:

b.1 Determinar que tanto ha afectado la vida del estudiante.

- Desde cuando se inició la crisis.
- Investigar si sigue haciendo sus actividades normales.
- Averiguar como afecta a las personas que lo rodean.

b.2 Planear alternativas de solución.

- Determinar los factores internos y externos que pueden favorecer o bloquear las posibles soluciones.

c. Intervención.

La técnica de intervención dependerá en gran medida de la creatividad y flexibilidad del educador.

Las siguientes recomendaciones pueden ser útiles.

- Ayudar a que el alumno exprese sus sentimientos.
- Se le presentará el caso que el alumno no va a querer reconocer que están presentes.
- El educador debe ayudar al alumno a reconocer sus sentimientos y a expresarlos.

c.1 Debe definir el problema.

- Buscar puntos claves.
- Investigar sobre el tema.
- Se usan técnicas de entrevista y observaciones.
- Enfoque sobre el problema específico.
- No se debe entrar a la historia pasada.

c.2 Definir ¿Cómo el alumno percibió el evento?

- Investigar el significado que tiene para él.
- Cómo le afecta en su vida futura.
- La percepción real o irreal del problema.
- El grado de tensión que causa.

c.3 Investigar sobre los apoyos que tiene.

- Investigar que personas pueden ayudarlo.

- Con quien vive.
- Qué amigos tiene.
- En quien confía.
- Que familiares tiene.

c.4 Qué hace la persona cuando tiene algún problema.

- Investigar mecanismos de enfrentamiento.
- Como maneja estas situaciones.
- Cómo enfrenta la depresión, tensión, ansiedad.

c.5 Definir si hay peligro para el alumno o para los demás.

- Se debe preguntar específicamente si ha pensado o planeado matarse o matar a alguien.
- Algunas veces es necesario propiciar la catarsis emocional y reducir la tensión de esta manera se evita la actitud de "no pasa nada".
- Auxiliar al estudiante a buscar alternativas para enfrentar la situación, ya sea reciente o pasada, pero si les ayudará a disminuir la tensión.
- Cuando el alumno ha perdido un ser querido se deben buscar personas y relaciones significativas, las cuales puedan ayudarlo a superar la crisis.

d. Planeación anticipada.

- En la medida que el educador refuerza los mecanismos de enfrentamiento del alumno y éste mejora se le debe hacer notar la mejoría que ha experimentado.

- ❑ Se le debe auxiliar a hacer planes para el futuro y la forma como la crisis ocasionada por el huracán u otros desastres puede ayudarlo a enfrentar futuras crisis.
- ❑ De presentarse un alumno en una situación que usted no puede controlar debe remitirlo al profesional de salud.

Procedimientos de aplicación de la intervención

OBJETIVOS:

- 1.- Conocer sobre el desarrollo y resultado de la conducta que el alumno presenta como consecuencia de un desastre y/o emergencia.
- 2.- Disminuir el estrés al expresar sus sentimientos, respecto a lo vivido o experimentado por el huracán u otro desastre.
- 3.- Conocer sobre el desarrollo y resultado de la conducta que el niño presenta como consecuencia de un desastre, y/o emergencia.

La intervención consta de 8 fases:

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. Preparación | 2. Introducción |
| 3. Hechos | 4. Ideas |
| 5. Reacciones | 6. Síntomas |
| 7. Enseñanza | 8. Final |

Fase# 1: PREPARACION

1. Para la primera fase preparación, el maestro (a) u otra persona adulta deberá:
 - a. Comentar sobre el evento antes de la sesión de intervención.
 - b. Formar un círculo.
 - c. Tener listo los materiales que se utilizarán en las dinámicas.

Fase #2: INTRODUCCION

1. Explicar lo que va a realizar con el grupo de alumnos u otras personas:
 - a. ¿Qué haremos?
 - b. Porqué lo haremos
 - c. Cómo lo haremos.
2. Incentivar a los miembros del grupo a participar y que al expresarse lo hagan de acuerdo con sus vivencias propias y no la de los demás (cada quién habla por sí mismo).

Se explica el propósito de la sesión o reunión, ejemplo: Estamos aquí para hablar de las cosas que pasaron en nuestro país, en nuestras familias, amigos y nuestros compatriotas.

Hablando de estas cosas nos damos cuenta que es como una medicina que nos ayuda a que se sepa lo que pensamos y sentimos es normal.

En esta fase se dan las reglas de la sesión.

Ejemplo: Vamos a preguntarle cosas al grupo, no se les obliga a hablar, sin embargo quisiéramos que todos participen, deben estar seguros que las cosas que se digan no serán repetidas fuera del salón, donde se desarrolle la intervención y si alguien desea ir al servicio mientras se realiza la actividad puede hacerlo, pero debe asegurarse de que regrese al grupo.

Pregunte si alguien tiene alguna pregunta si no hay ninguna, pase a la Fase #3.

Fase #3: HECHOS

1. En esta fase se pretende que cada uno de los miembros de grupo tenga la oportunidad de compartir sus experiencias sobre el evento extraordinario.

2. Pida que cada uno diga su nombre, donde vive y que describa verbalmente o a través de un dibujo (caso especial niños) sobre lo que sucedió personalmente en el momento del evento.

En caso de que un miembro del grupo no participe voluntariamente, la persona que dirige la intervención deberá hacer preguntas concretas como:

¿A usted que le pasó? ¿Están bien en su casa?

¿Cómo está su familia? ¿Dónde están viviendo en este momento?

Si un miembro del grupo empieza a llorar pida a uno de sus compañeros que se le acerque más (a la persona que llora) que le ponga la mano en el hombro, que le acaricie la cabeza y decirle que luego regresarán con él o ella.

3. Con la información dada por los miembros del grupo el que dirige la intervención deberá reconstruir los hechos en forma cronológica y breve que permitan una estructuración cognoscitiva en cada uno de los miembros que participa.

NOTA: Se recomienda que esta fase tome el tiempo necesario, ya que los hechos que cada miembro del grupo exprese, servirá al instructor para que clarifique las dudas que puedan tener sobre el evento.

Fase #4: IDEAS O PENSAMIENTOS

El propósito de esta fase es personalizar el evento y cambiar el enfoque, pasar de los conocimientos (hechos) generales a los pensamientos personales.

Ejemplo ¿cuáles fueron los primeros pensamientos que se presentaron en mente cuando supo lo que había pasado?

La persona que dirige la intervención puede preguntar ejemplo: *¿Qué es lo peor, de todo lo que ha pasado para ti María?* Y si María no contesta pedir que otra persona pueda dar respuesta en su lugar o en su efecto la persona que dirige; si se trata de un niño podrá responder una persona adulta. Esto le dará al niño una idea de lo que debe responder y se le debe animar para que hable.

Es más fácil discutir los pensamientos que los sentimientos.

Esta fase permitirá que cada uno de los miembros del grupo se sientan seguros de lo que están sintiendo en esta situación.

Cuando los niños comienzan a hablar de reacciones emocionales en lugar de pensamientos, será el momento propicio para que la persona que dirige la intervención pase a la fase No. 5.

Fase #5: REACCIONES (Sentimientos)

En esta fase se anima a cada uno de los miembros del grupo a que hablen sobre sus propios problemas y no sobre los problemas y sentimientos de otras personas.

Es la fase más intensa y contiene muchas emociones.

Para dirigir esta fase se puede hacer la siguiente pregunta:

¿Se siente triste por todo lo ocurrido?

¿Está preocupado?

¿Siente algo más?

En esta fase se le da rienda suelta a las relaciones y sentimientos, se puede orientar con otras preguntas como:

¿Cómo te sentiste cuando pasó?

¿Cómo te sientes ahora?

¿Has sentido algo similar en tu vida? (Coraje, culpa, frustración, tristeza, miedo y otros sentimientos que serán comunes en el grupo)

Se sugiere utilizar una de las dinámicas del material de apoyo. Cuando los miembros del grupo paren de hablar empiece con la fase #6.

Fase #6: SÍNTOMAS

En esta fase se deja que los miembros del grupo describan sus reacciones físicas, la persona que dirige esta intervención, guía esta fase con preguntas como ésta:

¿Ha notado algunos cambios en su cuerpo?

Por ejemplo:

¿Duerme mucho?

¿Duerme menos?

¿Está comiendo mucho?

¿Está comiendo menos?

¿Se siente muy cansado?

Se deja que cada participante responda.

Es importante que tanto los padres de familia como los maestros estén alerta en relación a los síntomas que pueden presentar los niños después de un desastre.



Fase #7: ENSEÑANZA

Lo más importante en esta fase es actuar o decir que todas las reacciones que han experimentado (llanto, tristeza, soledad, abandono y otros) son reacciones normales de personas normales que han vivido un evento anormal o terrible.

Es importante que la persona que dirige la intervención detecte reacciones muy fuera de control en las personas que participan (en estos casos se requiere del apoyo de un profesional de la salud).

Fase #8: FINAL

En este momento la atmósfera del grupo regresa a lo normal. La persona que dirige la intervención debe responder a todas las preguntas que no han sido contestadas y debe brindar sentimientos de apoyo y a los niños, niñas y adolescentes sentimientos de seguridad.

Si usted encontró niños, niñas o personas adultas con ideas suicidas, sentimientos de culpa, muy impulsivos y agresivos o que cuando hable del evento se obsesionan con la muerte recomiende en estos casos: Si se trata de un niño, niña o un adolescente que los padres y maestros observen su conducta y al igual que los adultos, si estas reacciones no disminuyen en un par de meses se busque apoyo de un profesional de la salud.