

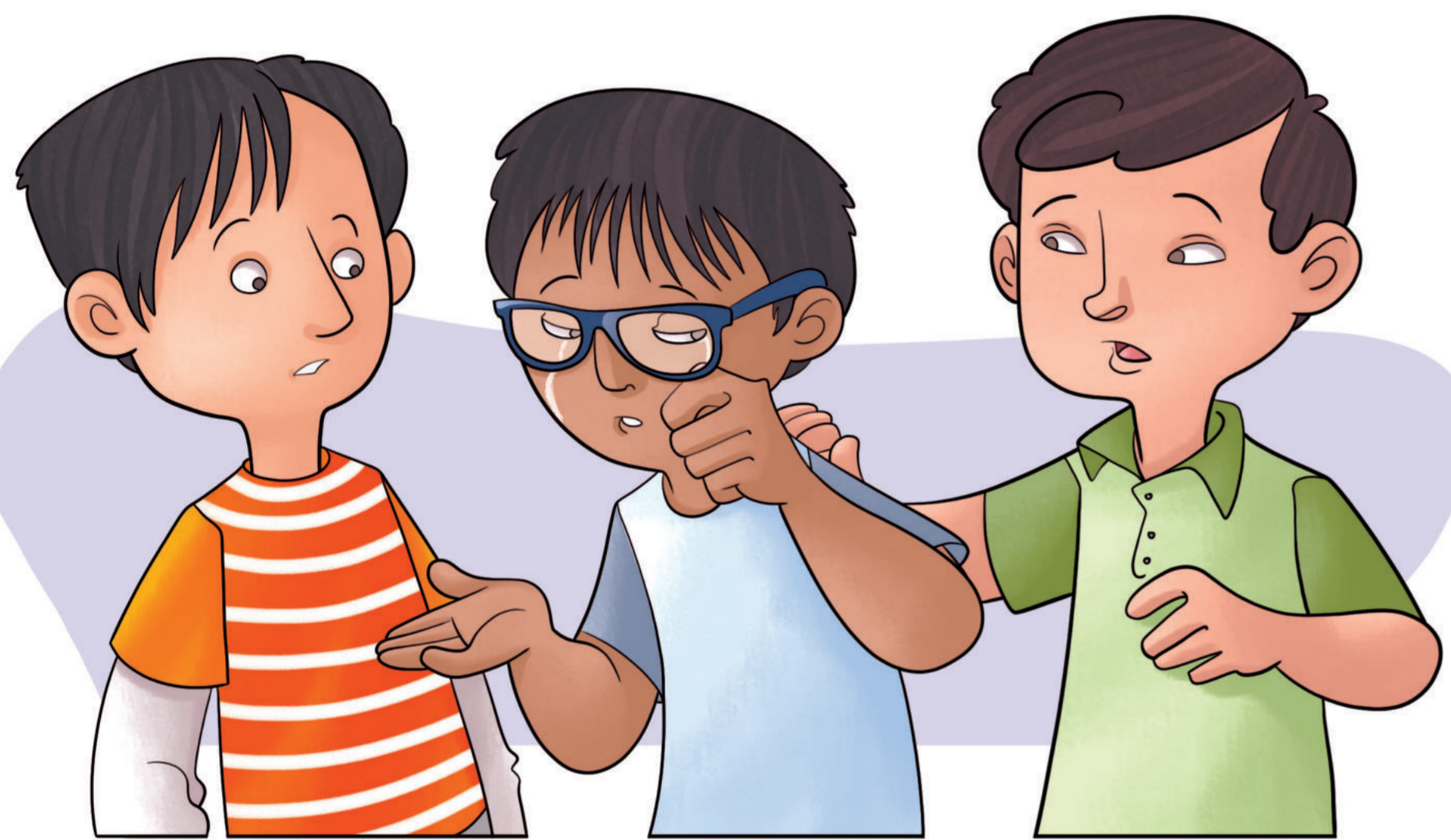
Manejo de crisis y buen trato para la recuperación emocional en contextos de emergencias

Las niñas, niños y adolescentes (NNA) tienen derecho a vivir en un ambiente protector y cálido, en donde puedan expresar sus emociones.



¿Qué podemos hacer en la escuela para la recuperación emocional?

- Conocer medidas básicas de prevención ante diferentes riesgos.
- Desarrollar habilidades emocionales en NNA.
- Enseñar ejercicios de respiración y autocontrol emocional.
- Hacer un inventario de los recursos de la escuela para emergencias.
- Apoyar la recuperación emocional del alumnado.
- Contar con un directorio de instituciones para emergencias.



Para ayudar a NNA a mantener la calma durante una crisis se recomienda:

- Hablar con un tono de voz tranquilo y sereno.
- Mirarlo a los ojos, que se sienta acompañado.
- Pedirle que inhale y exhale profundamente.
- Que se mantenga en un espacio en el que se sienta seguro.

Después del evento de emergencia se sugiere:

Derivar y analizar:

- Localizar a la madre, padre de familia o tutor y brindarle información de las instituciones de apoyo para emergencias.
- Dar seguimiento al caso, hasta su cierre.
- Atender a las NNA después de la crisis con actividades lúdicas.



Es importante:

- No ocultar los hechos.
- No impedir que se hable de lo sucedido.
- No sobrexponer a las NNA a las imágenes del incidente.
- De acuerdo a la edad de las NNA hablar del incidente y explicar lo sucedido de manera clara y sencilla.
- Retomar las rutinas hasta alcanzar la normalidad.
- Buscar ayuda profesional en caso de presentar alteraciones.