

Conflicto Social Actual

Intervención desde el entorno escolar

Informamos a todos nuestros apoderados que, en el marco de los acontecimientos recientes en nuestro país, respecto del conflicto social y político que hemos vivenciado las últimas semanas, donde los ciudadanos chilenos han manifestado el descontento por situaciones de desigualdad persistentes durante años, y donde toda la comunidad ha estado expuesta a situaciones de violencia y conflicto, es que se hace necesario generar espacios de contención, reflexión y aprendizajes en torno a diferentes temáticas asociadas a la sana convivencia y la participación ciudadana. Para ello, el equipo psicosocial de nuestra institución educativa ha generado una serie de actividades para trabajar con nuestros alumnos, en consideración a que se han retomado las actividades académicas.



A continuación, informamos las temáticas a trabajar:

Lunes 04 de noviembre: Contextualizar y explicar a los niño/as lo que está sucediendo en el país, con palabras sencillas de acuerdo a su edad, otorgando un espacio para compartir sus vivencias personales y sentimientos asociados a lo ocurrido.

Martes 05 de noviembre: Promover la tolerancia, empatía y respeto entre los compañeros, independiente de las formas de pensar de cada uno de ellos o de sus vivencias personales.

Miércoles 06 de noviembre: Promover la importancia de los derechos humanos, favoreciendo su expresión mediante formas positivas.

Jueves 07 de noviembre: Reflexionar acerca de cómo las situaciones de crisis o conflictos pueden ser buenos si logramos resolverlos adecuadamente.

Viernes 07 de noviembre: Generar conciencia y compromiso del rol que todos tenemos como ciudadanos en el aporte a la construcción de una mejor sociedad.

Las actividades serán desarrolladas en el primer bloque de la mañana (40 minutos).

Orientaciones para padres

Para el abordaje de niños y niñas en situaciones de crisis, violencia y conflicto social



Es importante saber, que no todos los niños, niñas y/o adolescentes reaccionan del mismo modo, por lo que es necesario estar atentos a las necesidades y emociones individuales de cada uno de ellos/as. Los niños más pequeños pueden no entender bien lo que está pasando a su alrededor, pero perciben y absorben la angustia y ansiedad que los adultos tenemos, sienten o saben que algo está sucediendo, aunque no entiendan claramente qué y el por qué. Además, las reacciones de los niños pueden ser inmediatas o aparecer mucho tiempo después.

¿Qué conductas pueden presentar sus hijos/as?

- A nivel físico: indiquen quejas de dolor corporal, dolor de cabeza, estómago o dolores vagos (sin causa alguna).
- A nivel emocional: pueden presentar irritabilidad, ansiedad, rabia, tristeza o culpabilidad (pensar que lo que sucede es responsabilidad de ellos).
- A nivel conductual: mostrar comportamientos agresivos o bien temerosos, se retraigan o aislen. Dificultades para dormir, pesadillas o presentar sueño durante el día. Podrían perder el seguimiento de rutinas diarias.
- A nivel social: cuestionen la autoridad; se vuelvan reservados, aun entre amigos, familiares o conocidos. Conversen o repitan cosas que escuchan en su hogar o que ven en las noticias.
- En relación con los adultos de cuidado: se aferren, busquen protección y cariño de forma más reiterada.
- En la escuela o a la hora de hacer tareas: no deseen ir a la escuela, dificultad para concentrarse y poner atención, comentan mayor cantidad de errores en sus tareas o su rendimiento escolar disminuya.
- Otros: recreen a través del juego situaciones de violencia, que tiene como función dar sentido a lo que está sucediendo, intentando tener control sobre la situación.



Recomendaciones generales para el hogar



Antes que todo, debemos considerar que el tiempo que demoran las personas en retomar su normalidad es variable. Es esperable que síntomas emocionales como la ansiedad, el estrés y la irritabilidad vayan disminuyendo alrededor de 01 y 03 meses, esto dependerá de muchos factores, entre ellos de si se reactivan o no las situaciones de conflicto y violencia.

Una de las acciones más importantes es normalizar los síntomas que eventualmente podrían presentar los niños/as y también nosotros los adultos.

Respecto a los niños, es importante:

- ✓ Transmitir sensación de seguridad y tranquilidad, que se sientan protegidos y queridos. Indicar que esta es una situación TRANSITORIA y EXCEPCIONAL, y que los adultos y gobernantes del país son los encargados de resolverla.
- ✓ Los adultos deben mantener la calma, pues los niños captan nuestra angustia, estrés o preocupaciones. Pero, no hacer como si nada estuviese pasando, ni evitar hablar del tema. Los niños saben que algo sucede, evitar la conversación puede aumentar la sensación de incertidumbre en ellos, sin embargo, es importante ser mesurado en las palabras que se dicen al niño/a.
- ✓ Explicar en palabras simples de acuerdo a su edad lo que está sucediendo en el país, aclarar dudas, pero evitar detalles innecesarios que puedan angustiarlos más.
- ✓ Mantener rutinas y normas lo más normales posibles, pero evitar ser inflexible cuando no se ajusten a éstas. La rutina otorga orden y seguridad.
- ✓ Abordarlos de forma afectiva, cariñosa, cálida. Nuestro contacto físico los reconforma y les da seguridad.
- ✓ Permitirles expresar sus emociones, a través de la conversación o actividades de juegos, cuentos, dibujos, pintura, etc. Normalizar que a veces podemos sentirnos enojados, tristes o nerviosos. Poner sus miedos en perspectiva, es decir, “aterrizarlos”.
- ✓ Si el niño manifiesta miedo o ansiedad, conténgalo, abrácelo y cuénteles que Ud. se ha sentido de igual forma. Realizar ejercicios de respiración (respirar en 3 o 4 tiempos, retener 3 o 4 tiempos, botar en 3 o 4 tiempos, pausa de 4 tiempos. Volver a inspirar - Repetir este ciclo 4 veces).
- ✓ Realicen actividades positivas y placenteras (juegos, ejercicios físicos, cuentos, cantos, bailes, etc.).
- ✓ Frente a juego violento o agresivo, no interrumpir con comentarios negativos (“eso está mal”, “no seas agresivo/peleador”, “así no se juega”, “no peles”, etc.). Enseñar la adecuada resolución de los conflictos.