

Manual de Intervención Psicosocial

en Situaciones de Desastres 2001

Copyright 2001

Director Ejecutivo:

Felipe Alexander Rivas Villatoro

Investigadores:

Olga Martínez Alvarenga, Doris Escobar,
Jazmín Ramírez, Omar Panameño y
Sandra Estrada Hidalgo.

Corrección de Estilo:

Rosarlin Hernández Lazo

La publicación fue financiada por
Oxfam Internacional

Impresión:

1a. edición de 500 ejemplares, agosto 2001

Derechos reservados.

Puede ser reproducida por organizaciones no
Gubernamentales para fines no comerciales, previo
envío de copia. Cualquier otra forma de reproducción
total o parcial requiere autorización escrita.

El Salvador, agosto 2001

CIDEP. 23 Calle Poniente, pasaje 3 No. 131, Colonia
Layco San Salvador, El Salvador.

E-mail: cidepnet@es.com.sv www.cidep.org.sv

ÍNDICE

Contenido

Página

PRESENTACIÓN

MODULO I “SITUACIÓN DE DESASTRE”

BREVE REFERENCIA SOBRE LA SITUACION DEL PAÍS

SITUACIÓN DE DESASTRE CREADA POR LOS TERREMOTOS
DE ENERO Y FEBRERO

SITUACIONES DE DESASTRE

- A. Los Desastres
- B. Fases del Desastre
- C. Los Terremotos
- D. Referencia Histórica de los terremotos en El Salvador

PREVENCIÓN Y ORGANIZACIÓN ANTE SITUACIONES DE DESASTRE

- A. Plan de Emergencia
- B. Mapa de Riesgos

MODULO II “INTERVENCIÓN EN CRISIS EN MOMENTOS DE DESASTRE”

¿QUÉ ES UNA CRISIS?

¿QUÉ ES UNA INTERVENCIÓN EN CRISIS?

OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN EN CRISIS

REACCIONES INICIALES

RECCIONES SECUNDARIAS

REACCIONES DE LA POBLACIÓN ANTE LOS DESASTRES

- A. Impacto en la Niñez
- B. Impacto en la población adulta.....

MEDIDAS Y RECOMENDACIONES

MODULO III “PROGRAMA DE ATENCION PSICOSOCIAL”

INTRODUCCIÓN

LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA ANTE SITUACIONES DE DESASTRES

- A. La intervención en crisis**
- B. Metodología de la intervención en crisis- breve**

EI FACILITADOR/A DE PROCESOS DE RECONSTRUCCION PSICOSOCIAL

PRIMERA FASE DEL PROGRAMA DE APOYO PSICOSOCIAL PARA JÓVENES Y ADULTOS

- A. Introducción**
- B. Población a quién va dirigida**
- C. Objetivos**
- D. Organización**
- E. Propuesta**
- F. Seguimiento y evaluación**
- G. Sugerencias metodológicas**
- H. Anexos**

SEGUNDA FASE DEL PROGRAMA DE APOYO PSICOSOCIAL PARA JÓVENES Y ADULTOS

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA NIÑOS Y NIÑAS

- A. Anexos**

PRESENTACIÓN

La respuesta social y psicológica de la población ante las situaciones de desastres naturales y las provocadas por el hombre, son diversas. Durante el conflicto armado, las respuestas y conductas de los agrupamientos humanos y de las personas estaban concentradas en una permanente alerta, tensión social y nerviosismo colectivo, se esperaba que en cualquier momento ocurriera un descalabro político y militar en el país. En ese contexto histórico, había dos condiciones básicas para estar “alerta”: por una parte, la población tenía una identificación espacial y temporal de los hechos, en alguna medida, la población tenía localizadas las zonas conflictivas. Por otra, se tenía conocimiento de las causas del conflicto social, por lo tanto, el nivel de participación de las personas permitía disminuir o canalizar la zozobra y el temor provocado por el conflicto armado.

Sin embargo, el estado de alerta generado por los sismos y los terremotos es diferente, en principio no hay una comprensión racional de su fuente y la población adopta una actitud conformista respecto a la fatalidad de los hechos. Por lo general, la interpretación lógica que surge es: la naturaleza como fuente de los sismos no se puede controlar. El temor ante los eventos telúricos es poderoso y crea impotencia y desasosiego, pues cada sismo o su réplica implican un movimiento que en cualquier lugar y hora puede ser fatal, tanto que a veces, no es posible librarse del mismo. La única situación que logra aquietar en parte ese temor y pánico colectivo son los lugares abiertos y despejados, así como el acercamiento y apoyo entre las personas.

Las principales reacciones psicológicas que manifiestan las personas en situaciones de desastres naturales –como los terremotos– son: paralización, pánico y desorientación al momento en que ocurre el fenómeno. Luego de la crisis aparecen estados de alerta, aprehensión, temor de que siga temblando, melancolía, sentimientos de desprotección, inseguridad y vulnerabilidad. En estas condiciones es cuando surge la necesidad de apoyo, de afecto y de solidaridad entre las personas.

En estas condiciones la población desarrolla la capacidad de atender, pensar y comunicarse con los demás sobre situaciones relacionadas con el desastre. En algunos casos, se perturban algunos procesos fisiológicos vinculados a la alimentación, evacuación y hábitos higiénicos. Posteriormente, cuando han pasado varios días o semanas se desencadenan conductas pasivas, de tristeza, algunos episodios de agresividad tácita o expresa, hasta situaciones de depresión, inquietud e incertidumbre sobre el futuro, y una actitud más, la de preservar la vida propia ante todo.

Los efectos provocados por los desastres se perciben a nivel material, social y psicológico. Para atender el plano social, moral, emocional y espiritual es importante promover acciones educativas, organizativas y psicosociales de apoyo a los grupos vulnerables que han sufrido mayormente el impacto.

Por tal razón, CIDEP presenta este manual con el objetivo de compartir los resultados de la experiencia que la institución implementó en las zonas afectadas por los terremotos del 13 de enero y el 13 de febrero de 2001.

El manual está conformado por 3 módulos:

- El módulo uno hace referencia a la situación sociocultural que el país tenía antes y después de los terremotos. Además, define algunos conceptos, fases de los desastres y terremotos, propone algunas acciones de prevención que deberían tomarse en cuenta en caso de cualquier tipo de desastre.
- En el segundo módulo se presenta conceptos sobre crisis e intervención en crisis, reacciones que la población manifestó ante la situación de los desastres naturales y hace referencia a las medidas y recomendaciones que deben de tomarse ante el fenómeno que se presente.
- El módulo tres contempla programas teóricos prácticos dirigido a niñas y niños, personas jóvenes y adultas un instrumento guía cuyos principios y herramientas tienen su origen en el desarrollo de la psicología y en especial de la terapia breve.

Este manual es producto de una investigación documental que ha permitido que la experiencia realizada con la población afectada por los terremotos sirva como parámetro de comparación. Además, es una guía que pretende clarificar cómo los desastres afectan a los individuos y al colectivo, contiene la concepción y las técnicas de intervención en crisis realizadas durante la experiencia de los terremotos y está orientado especialmente para aquellas personas o grupos que puedan multiplicar la experiencia, deseen conocer y contribuir a apoyar a las víctimas de desastres o a personas que hayan vivido una situación impactante.

Fotografía

MÓDULO I

“SITUACIÓN DE DESASTRE”

Breve referencia sobre la situación del país

El Salvador, es el más pequeño y densamente poblado de los países que conforman la región centroamericana. Su área es de 19,041 km², con un estimado de 6.3 millones de habitantes, un 90% de la población es mestiza, con una tasa de crecimiento poblacional que se estima en el 2.1% anual.

Está dividido en 14 departamentos, casi el 60% de la población vive en la zona rural, y cerca de un quinto se concentra en lo que se denomina zona Metropolitana de San Salvador.

En los primeros años de la década de los 90', el país tuvo una coyuntura favorable para la economía. Una vez concluida la guerra civil, el país inició un período de recuperación nacional.

En el ámbito político, se dio apertura a la transición democrática que permitió la entrada en vigencia de las modificaciones constitucionales, la creación de instituciones como la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos y la Policía Nacional Civil, las Reformas al sistema de justicia y al sistema electoral, entre otros¹. Sin embargo, en el ámbito social, los indicadores no experimentaron mayores cambios, la distancia entre ricos y pobres se extiende, los espacios de concertación y diálogo entre empresarios, gobierno y trabajadores fracasan; surge un dinamismo desde

la sociedad civil que contribuye a mitigar el impacto del ajuste y se genera un proceso de mayor participación social. Así mismo se expresa con mayor energía, acciones violentas como la delincuencia, las pandillas juveniles y la propia violencia intrafamiliar.



En el área de educación antes de los terremotos se dieron avances diferenciados en la disminución del analfabetismo y la cobertura de la educación básica. La primera se redujo 1.78% entre 1995 y 1999; en el caso de la segunda, la evolución fue positiva al pasar del 52.9% en 1995 al 81.7% cinco años después. La tasa de escolaridad promedio pasó de 4.67 grados en 1995 a 5.01 grados, mientras que en el área rural es de 2.9 grados. La asignación presupuestaria para educación en 1999 fue de 2,970 millones de colones (USD 226.2 millones) y en 1995 era de 1,980 millones de colones (USD 339.4 millones). Ha disminuido escasamente el porcentaje de inasistencia escolar femenina entre 1995-98, en un 0.2%. Para el año 2000 el analfabetismo promedio era de 17.2%, al

¹ Evaluación Cumbre Mundial Sobre Desarrollo Social 95-2000, Control Ciudadano . Junio 2000

desagregar los datos, las mujeres tienen un 5% más que los hombres.

Aún el 16.6% de niños y niñas entre 7 y 15 años está fuera del sistema educativo. Estimaciones realizadas por el mismo Ministerio de Educación, contenidas en el documento “Desafíos de la Educación para un Nuevo Milenio”², señalan que es necesario aumentar el gasto público en educación por lo menos a un 4.2 por ciento del PIB. La idea es lograr acceso universal en educación básica y dotar a los centros escolares con los recursos mínimos requeridos para lograr un buen ambiente en el proceso de aprendizaje.

Sin embargo, las organizaciones de la Sociedad Civil que trabajan en educación y que forman parte de la Campaña Mundial de seguimiento al Foro Mundial de Educación de Dakar (Senegal Abril 2000), proponen que el PIB debería ser del 6.0%.

En el área de salud se ha logrado reducir casi 2 puntos la tasa de mortalidad infantil (de 5.4% en 1989, al 3.5% en 1998); también es significativo que no se reporten casos de poliomelitis desde 1990, sarampión desde 1996 y tétano neonatal desde 1997. Más del 90% de la niñez está protegida con todas las vacunas, y las enfermedades mortales como el dengue y el cólera están bajo control. El gasto en salud como proporción del PIB también aumentó durante los últimos años; ha pasado del 1.2 por ciento, en 1994, al 1.9 por ciento en el 2000³. Sin

embargo, existe la necesidad de reformar el sistema completo, ya que hay una deficiente atención primaria, la población de mayor riesgo (zona rural y en situación de pobreza) tienen dificultades en el acceso a los servicios de primer nivel de atención, y más aún a los servicios de medicina especializada.

En cuanto a vivienda, según datos de la Encuesta de Hogares de Propósitos Múltiples, 1999, en El Salvador existían 1,383,145 hogares, de los cuales el 62.2% se encontraba localizado en las áreas urbanas y el 37.8% restantes en el área rural. En la última década el país había dado pasos importantes en la superación del déficit habitacional. En 1992, por ejemplo, hacían falta 61 mil casas. En los ocho años siguientes la necesidad se bajó en 15 mil unidades. Este logro se perdió con los sismos⁴

La economía salvadoreña en la última década se modificó, se ejecutaron reformas fiscales, se liberó la economía, se privatizaron parte de los activos del estado, y se inició la apertura de los mercados globales. No obstante, las “bondades” de este panorama descansaban sobre la Base de Estabilización y Ajuste Estructural, los cuales determinaron incrementos en los precios de los servicios, en la recaudación, y en una política monetaria y fiscal restrictiva. El resultado fue la estabilidad macroeconómica relativa, pero a cambio se fabricó un entorno jurídico y político propicio para el desarrollo del modelo económico neoliberal. Según el Informe de Control Ciudadano (Junio 2001) en 1998, uno

² MINED, San Salvador, Enero 2000

³ Informe sobre Desarrollo Humano, El Salvador 2001, pag. 128.

⁴ Informe Control Ciudadano 2001. Libro 5 pag. 110

de los primeros signos de alerta que confrontó las prioridades del Estado salvadoreño, fue la Tormenta Tropical “Mitch”. El fenómeno natural cambió el entorno y el ritmo de la economía nacional, y redujo en aproximadamente un 2% del crecimiento del PIB debido a las cuantiosas pérdidas en el agro y los daños infraestructurales.

A finales del año recién pasado se aprobó la ley de Integración Monetaria la cual fija una tasa de cambio de ¢ 8.75 por 1 dólar; ley que le da curso legal al dólar en la

economía salvadoreña. Algunos resultados inmediatos se han traducido en disminución de las tasas de interés bancario, ampliación de plazos de los préstamos y eliminación de riesgo cambiario. No obstante, ofrece muchos riesgos, la medida no es popular entre la ciudadanía y los sectores que se oponen cuestionan la falta de una política monetaria nacional.

La Situación de desastre creada por los terremotos de Enero y Febrero

A inicios del presente año, todo el país fue estremecido por más de 4,000 sismos, algunos de los cuales sobrepasaron los 5.0 grados en la escala de Richter pero los más devastadores fueron los terremotos del 13 de Enero y el 13 de febrero, con una intensidad el primero de 7.6 grados, y de 6.6 en la Escala de Richter, el segundo.

El impacto del terremoto fue suficiente como para que cerca del 25% de la población estén reubicados en refugios o albergues diseminados en los diferentes lugares donde el terremoto fue más destructivo. Según datos oficiales, los desastres sísmicos han provocado 1,149 muertos, 8,056 lesionados, 178,060 viviendas dañadas, 688 soterradas y 149,900 están destruidas. Además, hay daños en

938 edificios públicos, 1,566 escuelas y 135 establecimientos de salud⁵.

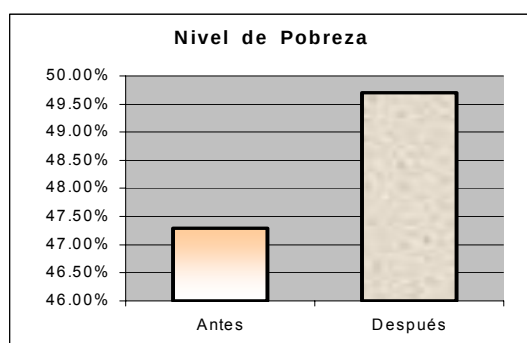
Los daños del terremoto del 13 de enero, se concentraron en 100 municipios ubicados en los Departamentos de La Libertad, La Paz, Sonsonate, Usulután y San Vicente. Esto representa el 38% de municipios del país que cubren el 32.1% del territorio nacional.

El segundo terremoto afectó nuevamente a los departamentos de San Vicente, La Paz y Cuscatlan. La mayoría de la población afectada es del área rural y pequeños pueblos, cuyos habitantes son de ingresos medios o bajos, muchos de ellos constituyen parte de la población pobre.

⁵ Documento Proyecto Madrid. Gobierno de El Salvador, Marzo 2001

Después de los terremotos los indicadores sociales y económicos cambiaron la vida de 1,532,919 personas. Datos proporcionados por FUSADES indican que la pobreza total en el país pasó del 47.3% al 49.7%, esto indica que ese aumento de 2.4 ha convertido en nuevos pobres a 145 mil personas.⁶

Otros datos preliminares indican que los daños directos e indirectos alcanzan un monto de 1,231.8 millones de dólares, equivalentes al 10% del PIB y a más de la mitad del presupuesto nacional.



El 58% de los daños (718 millones) corresponden a daños directos y el 42% (514 millones) a daños indirectos.

Respecto a los daños indirectos, el 61% fueron a la infraestructura. Los daños a las viviendas se estiman en 257.2 millones de dólares; la reconstrucción según la CEPAL, tendría un costo de \$ 625 millones de dólares, para lo cual se tendrían que utilizar sistemas constructivos que reduzcan el riesgo.

Los Departamentos más afectados son Usulután con el 74%, San Vicente con 69% y La Paz con 64%, Sonsonate, La Libertad y Cuscatlán entre el 20 al 30% están afectados.

A consecuencia de los terremotos un tercio de la población fue afectada directamente en su vivienda y salud, e indirectamente toda la población sufre las consecuencias. **La depresión** pasó a ocupar el cuarto lugar de la consulta actualmente brindada por el Ministerio de Salud Pública.

De acuerdo a evaluaciones de la CEPAL se estima que en conjunto 24.25% de los establecimientos de salud pública en 11 departamentos resultaron afectados, un tercio de los hospitales públicos (10) y 35.5% de las Unidades de Salud (125) resultaron con daños parciales, moderados o severos

En lo que respecta a educación, con las consecuencias de los dos terremotos los planes educativos han cambiado, según datos oficiales 2,142 centros escolares resultaron dañados y la cobertura escolar podría disminuir en un 10 por ciento, es decir, durante el presente año 150 mil estudiantes no asistirán a clases⁷.

⁶ El Diario de Hoy, 3 de Abril de 2001.

⁷ Boletín Ventana Educativa. CIDEP, Edición 7. Mayo 2001

Situaciones de Desastre

A. Los Desastres

Los desastres son los resultados o efectos en pérdidas humanas y materiales causadas por fenómenos naturales o por acciones humanas que se combinan con las condiciones de vulnerabilidad en que se encuentra la población.⁸

Algunos desastres provocados por fenómenos naturales son los terremotos, maremotos, erupciones volcánicas y huracanes. Entre los casos de desastres provocados por el hombre se tienen: conflictos bélicos, contaminación ambiental, violencia social, exposición a radiación provocada por descuido en plantas atómicas.

Hay otros desastres de origen social y natural, en el que intervienen tanto los fenómenos naturales como la acción humana: las sequías, la deforestación, el agotamiento de la capa de ozono y las inundaciones, entre otros.

Las condiciones geológicas en que está situado el país se caracteriza por ser una zona de amenazas constantes para ocurra un desastre entre ellos los terremotos.

El Salvador es un país situado sobre la conjunción de dos placas

continentales, la placa de Cocos y la placa del Caribe, en el Cinturón de Fuego de América, con la mayor cantidad de volcanes por kilómetro cuadrado de todo el continente, y cruzado por decenas de fallas sísmicas, las cuales han determinado que periódicamente se sufra de movimientos telúricos, la mayoría imperceptibles, pero algunos de gran magnitud e intensidad.⁹

El impacto de los terremotos recientes, entre enero y febrero del presente año, en los pueblos y municipios de Comasagua, San Agustín, Tecoluca, Santa Elena, Santiago de María, las Colinas I y II de Santa Tecla y otras ciudades, indican que existían y aún se presentan diversos tipos de vulnerabilidad, principalmente aquellos riesgos derivados de la pobreza, de la desorganización social de la población, de las instituciones públicas, de la fragilidad de los suelos, de la decisión política y económica de construir en las faldas de colinas.

Los desastres en nuestro país no sólo dejan más pobreza, sino que dejan fracturas sociales por los daños materiales y económicos. Las limitantes y pocas visiones de los políticos generan mayor desconfianza en la población para hacer frente a la reconstrucción.

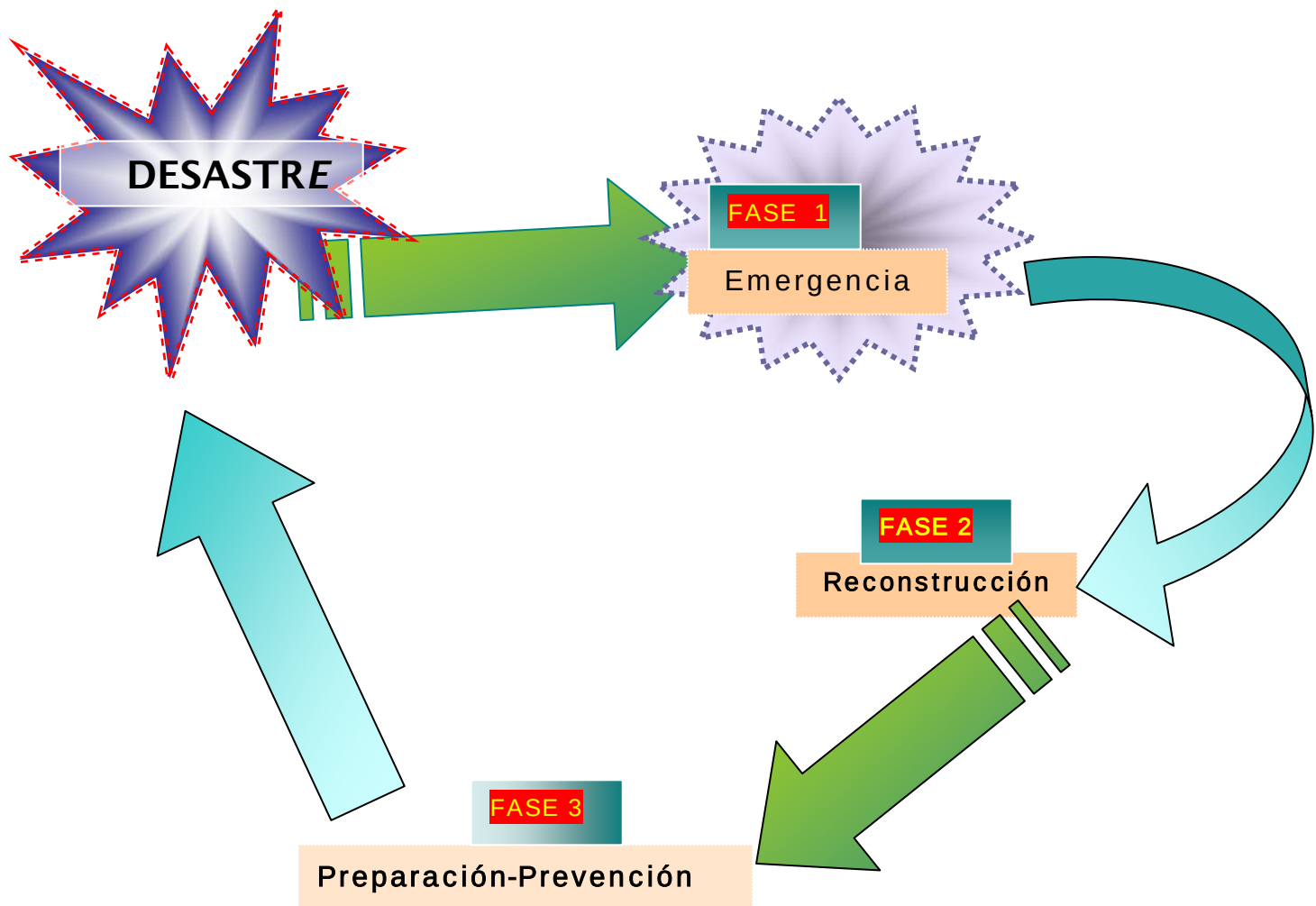
⁸ Boletín Prevención de Desastres # 29, Año 7
Diciembre 2000 de la Extensión Cultural del Centro de
Protección para Desastres, CEPRODE,

⁹ Revista eca, enr-fe. 2001, pag. 117. UCA

B. Fases del Desastre

Cualquier desastre social o natural significa dificultad para la población cuando no se está preparado para enfrentarlo. En este sentido, se deben

conocer cuales son los momentos o fases que se dan cuando ocurre un desastre.



FASE DE EMERGENCIA : Inicia desde que se presenta el fenómeno hasta 3 días o 1 mes de duración, todo depende del impacto que provoque el fenómeno. Esta fase comprende acciones de rescate de vidas y cuerpos, suministro de alimentos y abrigo, construir albergues para víctimas y damnificados, apoyo logístico a albergues, atención psico-social, evaluación preliminar de daños, procesamiento e información de daños, organización emergente, acopio de ayuda nacional e internacional.

FASE DE RECONSTRUCCION : Es el momento de recuperación de la normalidad de los servicios básicos de salud, alimentación, energía, vías de acceso, transporte, educación, comunicación, reparación de daños

físicos, sociales y psicológicos, evaluación de los daños.

Esta fase debe incluir la reactivación productiva, la canalización de la ayuda a damnificados, la reconstrucción de bienes públicos e infraestructura y la participación de la sociedad civil con mayor nivel de organización y contraloría social.

FASE DE PREVENCIÓN Y/O PREPARACIÓN : Es la búsqueda de alternativas en colectivo que incluyen actividades que reduzcan las amenazas naturales o sociales que potencialmente pueden convertirse en desastre. Esta fase trata de organizar y preparar condiciones para afrontar en el futuro un nuevo desastre y dar respuesta a los planes y programas previstos para minimizar el impacto del fenómeno y/o desastre.

C. Los terremotos

Un terremoto es el movimiento brusco de la Tierra, causado por la brusca liberación de energía acumulada durante un largo tiempo. En general se asocia el término terremoto con los movimientos sísmicos de dimensión considerable, aunque rigurosamente su etimología significa “movimiento de la Tierra”¹⁰

La corteza de la Tierra está conformada por una docena de placas de aproximadamente 70 km de grosor, cada una con diferentes características físicas y químicas. Estas placas se están acomodando en un proceso que lleva millones de años y han ido dando la forma que

hoy conocemos a la superficie de nuestro planeta.

Habitualmente los movimientos constantes que tienen estas placas son lentos, pero en algunos casos estas placas chocan entre sí como gigantesco témpanos de tierra sobre un océano de magma presente en las profundidades de la Tierra. Entonces una placa comienza a desplazarse sobre o bajo la otra y se dan lentos cambios en la topografía. Pero si el desplazamiento es dificultado, comienza a acumularse una energía de tensión que si se libera podría originar un terremoto.¹¹

¹⁰ www.angelfire.com/nt/terremotos

¹¹ Ibid

Los temblores y terremotos tienen un punto de origen o **epicentro**, donde se presenta con mayor fuerza la liberación de energía.

La destrucción material y los daños a las vidas humanas, en casos de

D. Referencia histórica de los terremotos en El Salvador

La historia sobre desastres sísmicos ocurridos en el país datan desde el siglo XVII. A continuación se presenta la cronología de los acontecimientos:

<u>Siglo</u>	Año	Ciudades afectadas
XVII	1658	San Salvador
XVIII	1702	Ahuachapán
	1707	San Salvador
	1733	Sonsonate
		Santa Ana
		Izalco
	1748	Olocuilta
		Ilobasco
		Acalhuaca
		San Martín
		San Miguel Obispo
XIX	1765	Cojutepeque
	1776	San Salvador
	1778	San Salvador
		San Salvador
	1800	Chinameca
		Tecapa
	1831	San Salvador
		Jayaque
		Izalco
	1837/38/39	Armenia
		Chinameca
		Nejapa
		Quezaltepeque
	1853/54/57	San Salvador
		San Vicente
		Cojutepeque

terremotos u otros desastres, no está determinado por la magnitud del fenómeno, sino debido a los factores de vulnerabilidad en que vive la población.

1859*	La Unión
1867	Acajutla
	Armenia
	Suchitoto
	San Vicente
	Santa Tecla
	La Libertad

* Se provocan Tsumanis que son olas gigantescas que arrasan poblaciones enteras

<u>Siglo</u>	Año	Ciudades afectadas
	1872	San Pedro Perulapía
		San Vicente
	1873	San Salvador
	1878	Jucuapa
		Chinameca
		Alegría
	1879	Santiago de María
		Se dan temblores que originan el nacimiento de islas en el Lago de Ilopango
	XX	1902
		Ahuachapán
		Barra de Santiago
		Garita Palmera
		Cara Sucia
	1912	Armenia
		Izalco
		Santa Ana
	1917	San Salvador
		Quezaltepeque

En 1951, terremoto en Jucuapa y Chinameca, murieron más de 400 personas. En 1965, el 3 de mayo, un terremoto de gran magnitud destruyó San Salvador, se declararon inhabitables más de 2,500 viviendas en la capital y municipios de la zona metropolitana, hubo daños en edificios públicos, se estima entre 100

a 150 muertos, 10,000 heridos y 36 mil damnificados.

El 10 de octubre de 1986 nuevamente hubo terremoto en San Salvador, con un saldo de 1500 muertos, 10 mil heridos, 60 mil viviendas destruidas y daños materiales en edificios públicos, calculados en 2 mil millones de dólares.¹²

¹² Tomado de CO_LATINO, 13 de marzo de 2001

Prevención y Organización ante situaciones de Desastre

Cualquier desastre requiere de actividades de prevención y preparación para minimizar su impacto, efectos y riesgos personales, de los grupos familiares, comunidades educativas, equipos laborales, población comunitaria, etc.

Estas actividades están relacionadas a las actividades siguientes:

- ↖ La planificación sobre los riesgos, planes de emergencia local y mapas de riesgos por cada ámbito familiar, laboral e institucional.
- ↖ La organización de la comunidad y los servicios frente a situaciones de desastre. Se trata de cubrir no solo las necesidades de la emergencia, sino también de mejorar las condiciones de vida en tiempos ordinarios.

↖ Los recursos y la forma de distribución que se necesita ante una eventualidad de desastre; lo cual supone un estudio detallado de los recursos disponibles en la comunidad.

↖ La gestión y la comunicación ante situaciones de desastre.

Cada una de estas actividades implican una visión de sistema, que articuladas pueden funcionar en situaciones de emergencia y en tiempos normales. La organización y participación comunitaria, la planificación, ejecución, seguimiento y control del trabajo deben responder a una visión de desarrollo y transformación local de acción permanente, dentro del cual deben estar previstas las situaciones de emergencia.

FOTOGRAFÍA

A. Plan de Emergencia

Ante la amenaza provocada por los fenómenos naturales y sociales, muchos países con alto riesgo, deberían de contar con un sistema de emergencia nacional que incluye la coordinación y la implementación de programas de prevención, preparación y auxilio de las personas en situación de desastre.

EL COMITÉ DE EMERGENCIA NACIONAL, COEN en el país dirige el trabajo con otras estructuras departamentales como las gobernaciones y las alcaldías municipales para coordinar acciones en todo el territorio nacional.

A nivel municipal y local existen estructuras propias de emergencia, así como las principales acciones derivadas de sus planes respectivos. La estructura organizativa en el ámbito municipal se encarga de coordinar las diversas actividades e instancias locales que permitan la identificación de escenarios de riesgos, capacitación municipal para afrontar las diversas actividades de emergencia local, información veraz que contribuya a facilitar el trabajo y las decisiones a nivel del municipio.

El Comité de Emergencia Municipal coordina todos los servicios de salud, educación, comunicaciones y seguridad pública del municipio para dar respuestas a las diversas necesidades y problemas que se presentan como producto del desastre sufrido en el mismo.

En la comunidad, los barrios, colonias, cantones, caseríos y las

El propósito de estos sistemas de emergencia es que el país esté preparado ante cualquier necesidad. Esto involucra instancias públicas como los Ministerios del Interior, de Defensa y Seguridad Pública, Obras Públicas y otras, las cuales junto con salud, Cruz Roja y ONG, conforman una estructura central. Juntas directivas de comunidades constituyen la base para el desarrollo de la organización y el trabajo de emergencia, de reconstrucción y de prevención de desastres.

También, las instituciones educativas se organizan en Comités de Emergencia Escolar en el que participan estudiantes, maestros y padres de familia a fin de solventar las diversas actividades de emergencia: plan de emergencia escolar, mapa de riesgos, articularse a la red territorial de emergencia ante desastres.

Todo comité, directiva, equipo de emergencia ubicado en una institución, fábrica, o lugar de trabajo, debe establecer su respectivo plan de emergencia el cual debe considerar:

- . Diagnóstico de prioridades
- . Organización básica y definición de responsabilidades
- . Mapa de territorio, de riesgo
- . Recursos y gestión
- . Actividades respecto a las diferentes fases del desastre, partir de un análisis de vulnerabilidad
- . Capacitaciones sobre primeros auxilios, evacuaciones, saneamiento,

- nutrición, atención psico-social, etc.
- . Sistema de información: nacional, regional o local según el caso
- . Preparación de simulacros
- . Coordinación nacional, regional y local.
- . Cronograma general
- . Otros: apoyos, otras instancias de coordinación, etc.

FOTOGRAFÍA

B. Mapa de Riesgos

Es un instrumento diagnóstico sobre los riesgos que existen y cómo son percibidos por la comunidad. Si bien se constituye en un medio para conocer situaciones de riesgo, también trata de eliminarlos con los recursos disponibles; igualmente, es muy útil para el mejoramiento de las condiciones de vida a largo plazo.

Se fundamenta en un análisis de vulnerabilidad del espacio o territorio que abarca, según sea municipal, local, por lugar de trabajo, etc. Un mapa de riesgos incluye las siguientes fases:

- PRIMERA FASE : Análisis de la experiencia
- SEGUNDA FASE : La investigación de campo y la elaboración del mapa
- TERCERA FASE : Discusión de los riesgos y de los recursos encontrados y búsqueda de soluciones con los servicios locales
- CUARTA FASE : Formulación del Plan, formación de comisiones y acciones prácticas de respuestas
- QUINTA FASE : Evaluación del Mapa de Riesgos para determinar el impacto práctico y efectivo del Mapa y las posibilidades de multiplicación de experiencias, eficacia, reducción de vulnerabilidad, aumento de la capacidad de los servicios e integración de la comunidad a la emergencia.

FOTOGRAFÍA

MÓDULO II

|

*“INTERVENCION EN CRISIS
EN MOMENTOS DE DESASTRES “*

¿Qué es una crisis?

Una crisis se define como un estado temporal de trastorno y desorganización en una persona. Se caracteriza, principalmente, por la incapacidad para enfrentar una situación, utilizando los métodos que ya se conocen para resolver problemas.

El estado de crisis es un proceso en el que la persona atraviesa por diferentes etapas:

- ◆ Al principio, la tensión se eleva debido al impacto que causa el suceso ocurrido.
- ◆ Existen formas de buscar soluciones a los problemas y esto ocasiona que la tensión aumente y surjan sentimientos de trastornos y de ineficiencia
- ◆ La tensión sigue creciendo. Esto provoca que la persona busque otras formas para solucionar los problemas y en este momento, la crisis puede tomar diferentes caminos: que disminuya la amenaza externa, que haya éxito, que se vuelva a plantear el problema o que se renuncie a las metas propuestas.
- ◆ Si ninguna de las propuestas anteriores ocurre, la tensión sigue en aumento hasta el límite, dando lugar a una desorganización emocional grave.¹³

¿Qué es una intervención en crisis?

Es el proceso que sirve para ayudar a una persona o familia a soportar un hecho traumático, de modo que haya menos consecuencias poco saludables o desorganizantes, y exista una mayor probabilidad de crecimiento.

Objetivos de la intervención en crisis

- ⚙ Restablecer el equilibrio psicológico de las personas
- ⚙ Integrar el incidente a la estructura de la vida
- ⚙ Aprender nuevas formas de enfrentar los problemas, concebir la vida de diferente manera

Las reacciones de las personas a todo trauma y los desastres son un tipo concreto de trauma que tiene coordenadas personales y sociales, no son erráticas y son relativamente predecibles. En términos generales, los traumas son eventos peligrosos y repentinos que abruma los recursos psicológicos, físicos y económicos de las personas y de las comunidades. (Figley, 1985) En general, los traumas poseen las características siguientes:

¹³ Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre, Documento 3 ACISAM

son de gran intensidad, imprevisibles, infrecuentes y varían en duración de agudos a crónicos. A demás, pueden afectar a una sola persona o a comunidades enteras, como en el caso de los terremotos.¹⁴

Reacciones Iniciales

Se refiere a manifestaciones emocionales como temor, ansiedad, tristeza, llanto, sensación de terror y desamparo, usualmente asociadas a características fisiopatológicas como palpitaciones, dificultad para respirar, desasosiego y temblores. En algunos casos puede haber excitación marcada hasta alteraciones de la conciencia.

Todas ellas suelen ser reacciones normales frente a situaciones extraordinarias, es decir, son las manifestaciones esperadas ante situaciones inusuales como es el caso de tragedias o desastres naturales. Estas reacciones iniciales se caracterizan por que no requieren tratamiento psicoterapéutico, ni tratamiento farmacológico, solo requieren de calidez y comprensión.¹⁵

Reacciones Secundarias:

Algunas reacciones que conviene mencionar es que no todas las personas presentan los mismos síntomas, existen variaciones individuales considerables algunos autores identifican las siguientes: depresión, baja autoestima, trastorno en la identidad, dificultades en las relaciones interpersonales, y sentimientos de vergüenza y culpabilidad.

Una de las reacciones secundarias más comunes en las personas es la baja autoestima, como respuesta a muchos tipos de traumas que desestabilizan el concepto que las personas tienen de sí mismas y de poder efectivamente cambiar circunstancias personales o sociales, que inciden negativamente en su bienestar. (Gluhusky y Wortman, 1996)¹⁶

FOTOGRAFÍA

¹⁴ Revista ECA, Mayo – Junio 2001.

¹⁵ Red Venezolana de Facilitadores de Intervención en Desastres, Borrador Manual para Facilitadores.

¹⁶ Revista ECA, Mayo – Junio 2001. Pág. 481.

Reacciones de la población ante los desastres

Ninguna persona es capaz de entender el sufrimiento y la confusión que un individuo sufre cuando ocurre un desastre. En ese momento, existen una serie de reacciones emocionales que pueden afectar a las personas que lo sufren.

Un programa de intervención realizado por el equipo de psicólogas/o de CIDEP con la población salvadoreña afectada por los terremotos y sus réplicas en diferentes municipios del país, reflejan las reacciones y respuestas emocionales vividas por las personas, a consecuencia del desastre. Las reacciones e interpretaciones de la persona que sufre el impacto de una catástrofe depende en gran medida de la formación de su personalidad, de las condiciones económicas, la cultura, los valores, el modelaje y el grado de intensidad del impacto vivido.

De esta manera, las formas de sentir, actuar y responder en los adultos, adolescentes, niños y niñas serán distintas; así como también entre las situaciones particulares de cada grupo familiar y cada persona.

Las reacciones también están determinadas por el grado de afectación del grupo familiar (muertos, desaparecidos y heridos), la destrucción de bienes (casa, muebles, aparatos, juguetes) y animales domésticos (perros, gatos, ganado, entre otros). Estos hechos implican duelo por los familiares fallecidos, incomodidades por la condición de damnificado y sentirse inútil e impotente para resolver la situación familiar.

FOTOGRAFÍA

A. Impacto en la Niñez

En el caso de los menores son los padres, las madres y las personas adultas, quienes definen las formas o patrones educativos, los cuales se convierten en fuente de tranquilidad o de intranquilidad, según sea el caso, para niños y niñas. Muchos casos de menores fuertemente perturbados por los sismos se derivan de las reacciones incontroladas de pánico que tuvieron los adultos próximos y de las noticias alarmantes que se propagan por diversas vías.

Los niños/as carecen de explicaciones sobre qué sucede y por qué sucede. Por lo tanto, dependerá de la sencillez de los argumentos y de las reacciones apropiadas de las personas adultas la tranquilidad relativa y la seguridad del niño/a.

Las reacciones psicológicas y psico fisiológicas de los niños y las niñas en términos generales están fundamentadas en una reacción “natural” frente al peligro, amenaza o situación anómala que a su juicio y a juicio de los adultos debe evadirse para no ser afectado o lastimado por tales fenómenos. Se alteran respuestas básicas de sus funciones vitales como el dormir, comer, hacer sus necesidades fisiológicas, jugar, comunicar, seguridad y protección. De allí que sus primeras reacciones y alteraciones se originan en los mecanismos de funcionamiento de estos procesos vitales.

Las acciones realizadas por CIDEP con los niños y las niñas afectados/as por los terremotos a través del Programa de Atención Psicosocial arrojaron los siguientes resultados:

A nivel emocional: ansiedad, tristeza, irritabilidad, indefensión, desmotivación, culpabilidad, apegamiento.

A nivel cognitivo: baja atención y concentración, alteración de la memoria, confusión mental, baja auto-estima, pensamiento e imágenes persistentes, preocupación, ruptura de la narración propia, toma de decisiones.

A nivel psico-fisiológico: descontrol sobre hábitos higiénicos: orinarse en la cama dolores de cabeza, malestares estomacales, volverse más inquietos, sueño intranquilo, pesadillas, temores, decaimiento, sentirse desvalidos o vulnerables, cansados, pérdida del apetito, aprehensión y estrés,

A nivel de las Relaciones: aislamiento, desmovilización social, desconfianza en el apoyo de otras personas, agresión a otros / as, etc.

A nivel de la Actividad: baja disposición a la actividad, aburrimiento, timidez, disminución de la orientación activa, pasividad, dejar inconclusas las tareas, etc.

La exposición a otros medios de comunicación como la televisión, la radio y la prensa, también puede generar nerviosismo y miedo en la niñez si las personas adultas no dan las explicaciones oportunas. Los adultos deben aprovechar el medio para orientar y tranquilizar a los niños y las niñas, sin embargo, justamente de ese juicio equilibrado y responsable de los progenitores es de lo que carecen los hogares.

Cambios de conducta presentado por 315 niños y niñas, entre 3 a 15 años, después de haber participado en el Programa de Atención Psicosocial implementado por CIDEP en las comunidades rurales más afectadas por los terremotos.

<u>Conductas presentadas después de Los terremotos</u>	<u>Conductas presentadas después de aplicar el programa</u>
• <u>Cuando llega la hora de dormir</u> presentan : insomnio, miedo, despiertan asustados /as, • <u>Cuando comen</u>: la mayoría manifiesta comer con normalidad, hay casos de niños/as que presentan miedo, dolor de estómago o se les quita el hambre. • <u>Cuando juegan</u>: hay poco efecto en ésta área, manifiestan el deseo por jugar y olvidar lo sucedido • <u>Cuando hacen sus necesidades fisiológicas</u>: miedo permanente y temor a que el servicio se quiebre y se puedan hundir • <u>Cuando están solos</u>: La mayoría dice sentir miedo y temor y pocos manifiestan no tenerlo. • <u>Cuando platican</u>: conversan sobre lo sucedido en el terremoto y sus réplicas, algunos lo hacen sobre otros temas, a pocos no les gusta platicar. • <u>Cuando los castigan o regañan</u>: tristeza, enojo, llanto, angustia, se sienten mal.	• El miedo ha desaparecido y muy pocos dicen sentir temor al llegar la hora de dormir. • Insomnio ha desaparecido considerablemente • Duermen tranquilos /as • Ha aumentado el apetito en la mayoría de casos. • No manifiestan ningún trastorno de la alimentación como (dolores de estómagos , vómitos y deseos de no comer) • Los juegos siguen siendo la actividad rectora de los niños y niñas, han cambiado los juegos relacionados con los terremotos. • Hay mayor control en las necesidades fisiológicas, el temor ha desaparecido totalmente en la mayoría de los niños y niñas • Muchos/as han superado ese miedo y tratan de realizar otras actividades para olvidar que están solos / as • Las actividades han vuelto a su normalidad. • La mayoría parece haber olvidado el tema del terremoto, conversan sobre la reconstrucción. • Han vuelto los pensamientos positivos , seguir adelante con lo que se tiene y trabajar mucho para mejorar su situación. • Los castigos de los padres o madres, son asimilados de mejor manera por los/as niños /as. • Han disminuido los regaños para niños /as de parte de sus padres y madres.
• <u>Cuando los miman o acarician</u>: la mayoría dice sentirse bien, les agrada, existen casos en que manifiestan que nadie los/as acaricia. • <u>Cuando vuelve a temblar</u>: la mayoría siente miedo, pocos dicen no sentirlo.	• Ha mejorado la relación padre - madre e hijo /a. • La comunicación se mejoró significativamente entre ellos /as • Aunque se minimizan las conductas de miedo siguen presentes. Se considera que poco a poco se puede ir superando. • Las reacciones negativas cuando suceden los temblores disminuyeron significativamente.

Aunque la relación que existe entre el nivel de desarrollo Psicosocial en el que se encuentra las niñas y los niños, la reacción al trauma es bastante compleja, con todo se puede obtener algunas conclusiones ampliamente aceptadas. Existe una correlación negativa entre la edad de la persona y la severidad de los síntomas.

Cuanto mas joven sea la persona mayor, mayor será la sintomatología como respuesta a un evento traumático. Esto quiere decir que el impacto será mayor en los niños/as de 2 a 7 años, ya que estas son las edades donde comienza a aparecer la autoestima y las tareas evolutivas de autorregulación y control. En otras palabras, ya que los más pequeños no pueden escapar físicamente del trauma, tendrán a hacerlo emocional o cognitivamente. (Conclusiones de niños y niñas victimas de abuso sexual: Kirby, Chu y Dill, 1993)

Sin duda, sentimientos como la incertidumbre, el temor, y en algunos casos, el terror a los temblores obedece en buena medida a la educación que las niñas y los niños reciben, a su relación con los padres, al grado de autonomía y a la seguridad construida en el hogar. La comprensión del fenómeno telúrico y su impacto representa para las personas la posibilidad de hacer planes de futuro y vivirlo plenamente. De lo contrario estará siempre presente la sensación inquietante de no lograrlo por una repentina situación trágica familiar y personal.

FOTOGRAFÍA

B. Impacto en la Población Adulta

Ante una situación de desastre las personas pueden reaccionar de diversa formas una de ellas es un alto grado de aturdimiento que puede ocasionar la pérdida del sentido de orientación, del tiempo, y hasta de la propia identidad. Otra manera de reaccionar en los momentos de un desastre es un elevado sentimiento de ansiedad, que puede ser útil para que las personas puedan actuar y logren sobrevivir.

Los resultados obtenidos a partir de las experiencias de intervención breve con cerca de 83 maestras y 19 maestros, cuyos componentes metodológicos aparecen en el Programa de Apoyo Psico-social, se basan en respuestas comparativas sobre el antes y el después de los terremotos, las experiencias a nivel familiar, laboral, escolar y el ámbito comunitario.

A NIVEL FAMILIAR

ANTES DEL TERREMOTO

- Tranquilidad y seguridad
- Metas y objetivos
- Los problemas eran económicos y sociales, específicamente la delincuencia y la dolarización
- Los niños y niñas estaban emocionados por iniciar un nuevo año escolar
- Se dormía con tranquilidad
- Todas las actividades se desarrollaban normalmente.
- Había deseo de superación

DESPUÉS DEL TERREMOTO

- Hay un ambiente de incertidumbre
 - Histeria sobre todo en personas mayores
 - Cambio de carácter por la problemática
 - Los niños/as lloran
 - Hay inseguridad al salir de la casa y temor de perder los bienes
 - Angustia, tristeza, depresión, nerviosismo, desesperación, frustración, incertidumbre
 - Alteraciones del sueño, alimentación y aseo
 - Se trata de estar más pendiente de la familia
 - Salir de la casa produce nerviosismo
- Se vive con el temor de los desastres naturales

A NIVEL LABORAL

ANTES DEL TERREMOTO

- Había alegría, entusiasmo, motivación, estabilidad emocional entre maestros y alumnos
- Todos / as estaban inmersos en la rutina.
- Había menos comunicación
- Preparaban con afán la ambientación a los cambios de planificación.
- Estaban optimistas, dispuestos a iniciar el año escolar en condiciones favorables
- Asistían al trabajo sin ninguna preocupación
- Estaban en proceso de capacitación.

DESPUÉS DEL TERREMOTO

- Desinterés de alumnos y alumnas
 - Temor de recibir a alumnos/as en las aulas
 - Decaimiento, no hay deseo de trabajar y desánimo para involucrarse en actividades docentes
 - Miedo de permanecer en el aula
 - Temor al despido o descuentos salariales por parte del MINED
 - Depresión, incertidumbre, poca concentración
 - Trauma e inestabilidad emocional
 - Sienten más responsabilidad con alumnos/as
- Hay que pensar en cómo iniciar las clases

A NIVEL COMUNAL

ANTES DEL TERREMOTO

- Ambiente tranquilo y entusiasmo de los padres al mandar sus hijos/as a clases
- Indiferencia y poca comunicación entre vecinos/as
- Seguridad y tranquilidad al transitar en las zonas aledañas al círculo familiar
- La gente se dedicada a sus quehaceres diarios con toda normalidad
- Cada familia se encontraba funcionaba con mucha indiferencia hacia los demás

DESPUÉS DEL TERREMOTO

- Mayor relación, comunicación, unidad y solidaridad entre vecinos/as
- Inseguridad en todo lo que nos rodea
- Los padres ya que no quieren mandar sus hijos a la escuela por miedo pero no quieren que pierdan el año escolar
- Dolor ante la tragedia y desgracia
- Angustia, hermandad, solidaridad, más acercamiento con Dios
- Indignación de ver que la ayuda solidaria de los países no se distribuyó
- Incertidumbre en cuanto a las réplicas

En las personas adultas las respuestas y los efectos dependerán de su estado familiar estable o inestable, del nivel de integración y seguridad conseguida en la convivencia socio-familiar, de la responsabilidad de cada componente, y de las posibilidades materiales para enfrentar cualquier situación impactante que ocasione inestabilidad familiar. De dichos factores dependerá si las reacciones desequilibrantes, intensas y permanentes se conviertan en estrés post-traumático.

Las reacciones más comunes manifestadas en las personas adultas son las siguientes: depresión, ansiedad, alerta, desvanecimientos llantos frecuentes e incontrolados, huidas, inquietud, aprehensión, inseguridad, sentimiento de que algo grave va a pasar, vulnerabilidad, desorganización de la vida familiar, desconfianza en otras personas, pasividad, insomnios, pesadillas, adicción a tranquilizantes, baja tonalidad afectiva, descontrol vital que puede llegar al descuido de los /as hijos /as, abandono de las tareas y responsabilidades.

También hay que considerar que las reacciones dependen del tipo de sistema nervioso, la estructura afectivo-emocional, y la fortaleza física y psicológica construida a lo largo de la vida por el individuo y su entorno.

Las reacciones emocionales manifestadas por las personas adultas, se refuerzan a partir de testimonios de mujeres que participaron en la 4ª Jornada de apoyo psico-social en Tecapán, Departamento de Usulután:

TESTIMONIO 1: Doña Ana de Tecapán, Usulután, Tecapán

“Yo me encontraba en la casa, con mis cinco hijos (3 niños y 2 niñas) y mi otra hija se encontraba en el río lavando; cuando inicio el temblor cuatro de mis hijos se encontraban cerca donde yo estaba, y los niños salieron corriendo hacia donde mi, me abrazaban muy fuerte, sin dejarme caminar; de repente me di cuenta que mi hija estaba dentro del cuarto arreglando la cama, yo estaba paralizada, no tenía movimientos en mis pies, pensaba que si entraba a la casa mis otros hijos me seguirían, y lo único que hice fue gritarle que saliera del cuarto, cuando empecé a ver como las paredes se venían abajo y comencé a gritarle y lloraba..., mis niños estaban tan asustados que uno de ellos empezó a gritarle Karla salite..., que te va caer la casa encima; créame señorita, yo sentía que el mundo se venia encima de mí en esos momentos.

Gracias a Dios mi hija salió de la casa, llena de tierra, pero completa sin ningún daño en su cuerpecito, solamente que ha quedado muy mal, no quiere salir a ningún lado, no le gusta quedarse sola”.

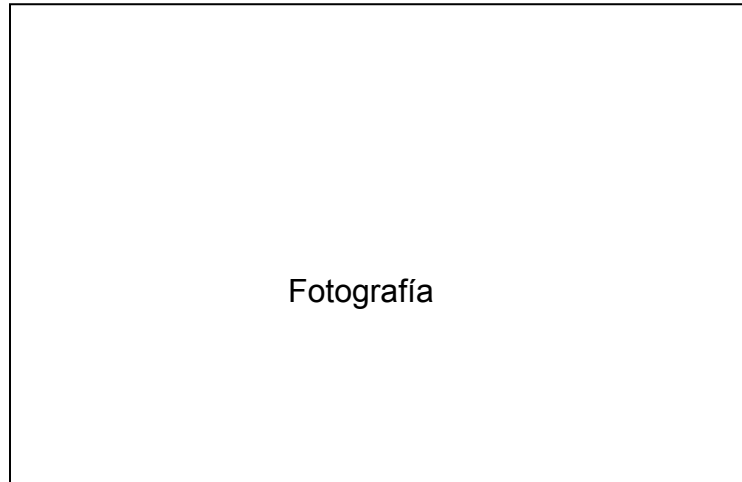
FOTOGRAFÍA

TESTIMONIO 2: Doña Rosa, Tecapán, Depto. de Usulután

“ Yo me encontraba en la casa, había enviado a comprar leña a mi hijo, en ese instante comenzó el temblor que sacudió al pueblo, y me puse debajo de una puerta, cuando veía que la casa se caía, las paredes quedaban inclinadas, el techo se venía abajo, hechas pozol, me logre salir a la calle, solo tenía cabeza pensando en mi hijo, que estaba fuera de la casa y confiando que no le hubiera pasado nada, y que no se me adelantara el parto, salí a buscar a mi hijo, lo encontré donde una vecina, cuando me vio salió a abrazarme, llorando..., le había tocado ver como las viviendas se venían abajo, estaba muy asustado, temblaba y pálido. Comencé a abrazarlo, hablarle que estamos bien y eso es bastante, y que todo se pondrá bien.

Después de haber estado con mi hijo, nos regresamos al barrio, yo me encontraba más serena, pero de repente sentí unos dolores muy fuertes en mi vientre, yo pensé que el parto se había adelantado, dejé depositado a mi hijo con una vecina, y me llevaron al hospital, me tuvieron en observación, pero aún no tocaba el tiempo del parto.

La naturaleza nos ha golpeado y nos ha dejado en la calle, tengo que ver como hacer algo, dicen que la alcaldía pronto nos dará lámina y cuartones para hacer una vivienda provisional, y poder pasar el invierno”.



Los aspectos culturales y de construcción social de las personas juegan un papel determinante en las diferencias de reacciones de niños y niñas, jóvenes entre hombres y mujeres. Por ello, se presentan diferencias en la forma en que los desastres afectan a hombres y mujeres; pues estas últimas presentan mayor vulnerabilidad asociada a la situación de discriminación que hay en la sociedad.

De tal manera, que las respuestas de una población que sufre los efectos de un terremoto pueden diferenciarse en masculinas y femeninas por ejemplo: las mujeres y las niñas pueden llorar, sentir miedo, gritar, buscar protección, pero los hombres no pueden presentar ante los demás las “debilidades” o respuestas emocionales que un fenómeno de esta naturaleza desencadena. Por esa razón los hombres utilizan mecanismos de ocultamiento, disimulo, represión de conductas y otras formas de acallar las emociones y reacciones cognitivas y psico-fisiológicas que para ellos los ponen en desventaja o en condiciones de igualdad frente a las personas, y particularmente frente a las mujeres.

Estas formas de comportamiento social de las mujeres y los hombres ante hechos de esta naturaleza han sido configurados en el proceso de socialización y educación que la sociedad patriarcal ha determinado para cada género.¹⁷

¹⁷ . “Género y Desastre. Una Perspectiva en Reconstrucción”, por María de Lourdes Larios, CEPRODE, 1999.

Medidas y Recomendaciones

Algunas medidas y recomendaciones generales que deben tomarse en cuenta para minimizar los riesgos personales, familiares y de grupos:

- Mantener espacios desalojados
- Mantener la calma, no correr, ni atropellar a los demás, ayudar a que salgan primero los niños y niñas, ancianos/as, minusválidos/as, personas enfermas y las mujeres.
- Buscar un lugar seguro de preferencia fuera de casas
- Si no es posible desalojar las casas o edificios, ponerse a la par de las columnas, pararse debajo de los marcos de puertas o debajo de las vigas; o buscar refugio debajo de mesas, pupitres o camas.
- Evitar estar cerca de postes de alumbrado eléctrico, alambres eléctricos caídos, aparatos eléctricos, ventanas de vidrio, lámparas de techo.
- Alejarse de paredes, muros o tapiales, barrancos o bordes.
- Alejarse de muebles que pueden volcarse o caerse, archivos, librerías, jugueteras,
- Almacenar agua, alimentos y enseres básicos
- Dormir de preferencia en espacios abiertos o en tiendas de campaña
- Apoyar a otros, dar afecto y entender su reacción
- Practicar actividades de esparcimiento
- Transmitir a los demás confianza y seguridad
- Tener a la mano elementos básicos: fósforos, candelas, linterna, botiquín, agua, frazadas.
- Mantener libre el acceso de salida, no dejar objetos al paso
- Salir de forma ordenada cuando suceda el desastre y buscar un lugar seguro, no salir corriendo
- Desahogar emociones
- Participar en actividades de la comunidad: reuniones, comités, reparto de víveres, ropas, etc.
- Organizarse en la comunidad o colonia, crear comité de emergencia
- Señalizar zonas de protección comunal, albergues
- Entregar hoja volantes sobre recomendaciones en casos de desastres
- Ser solidarios, dar apoyo psicológico, afecto y comunicación a otros/as
- Informar a las autoridades competentes sobre zonas de riesgo
- Organizar comisiones de apoyo: vigilancia y emergencia
- Asignar lugares para posibles evacuaciones con base a mapa de riesgo
- Fomentar actividades recreativas

A raíz de los terremotos de enero y febrero el impacto sufrido por la población fue en algunos lugares mayor o menor. Esto dependió de la intensidad del fenómeno, pero también de la capacidad organizativa de la población. Como se menciona en el Módulo anterior la organización y prevención en momentos de desastres es imprescindible para minimizar los estragos que pueda ocasionar un desastre natural o social.

Durante los terremotos ocurridos en enero y febrero, las respuestas de los municipios fueron diversas. Los municipios con mayor organización comunal demostraron, mayor

capacidad para ofrecer respuestas inmediatas a la población afectada y mayores posibilidades de comunicación para establecer una mejor coordinación con los organismos municipales y las ONG, que los municipios que no estaban preparados para enfrentar el desastre.

De igual manera las organizaciones comunales o en colonias dieron respuesta a la situación vivida por la población. En este sentido, algunas demostraron que sin la organización el proceso de restablecimiento hubiera sido más lento y no hubieran podido sobreponerse a las dificultades enfrentadas; valorando la formación personal de líderes/zas como una conquista comunitaria.

FOTOGRAFÍA

MÓDULO III

“PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL”

INTRODUCCIÓN

La magnitud e impacto de los desastres causan perturbación no sólo en las personas que lo viven directamente, sino también en los habitantes en general. Además, los desastres naturales o sociales, provocan reacciones psicológicas, sociales y de estabilidad familiar críticas. Los trastornos en la percepción, en las emociones y en el pensamiento no pueden ser evaluados ni contabilizados en cifras, por lo tanto, se requiere del apoyo inmediato para la niñez, los grupos familiares y cada una de las personas que ha sufrido traumas y efectos postraumáticos.

El presente manual hace referencia a dos aspectos: el primero, es un instrumento guía a personas adultas, maestros/as y jóvenes de comunidades que se encuentren interesados/as en facilitar procesos de reconstrucción psicosocial a las familias que hayan sido afectadas por cualquier tipo de desastre.

El segundo, se enfoca hacia la recuperación de la estabilidad individual, familiar y del entorno comunitario, se orienta hacia la remoción de traumas y efectos postraumáticos en niñas, niños y personas jóvenes y adultas; que contribuya a la recuperación material y humana de la población víctima de los desastres.

El estudio es producto de una investigación documental basada en la experiencia que se compartió con la población afectada por los terremotos. El módulo expone nuevas conclusiones que favorecen a los/as sobrevivientes y presenta las formas en que los desastres afectan a la sociedad tanto a nivel individual como colectivo. Sin duda, este tipo de situaciones dejan secuelas que duran mucho tiempo, en el plano económico se alteran los procesos de producción y la vida social de las comunidades debido a la destrucción de infraestructura. Sin embargo, existe un aspecto que casi nunca se toma en cuenta por no ser tangible y es la recuperación de la estabilidad social, la salud física y psicológica, de niñas, niños, mujeres y hombres que han sufrido mayor el impacto por los desastres.

Los principios y herramientas que se exponen a continuación tienen su origen en el desarrollo de la psicología y en especial de la terapia breve, así mismo, el estudio constituye un aporte al restablecimiento de la estabilidad emocional, psico – social y socio – educativa de las personas sobrevivientes. El contenido plantea los programas implementados por CIDEP en las comunidades más afectadas por los terremotos del 13 de Enero y 13 de Febrero del presente año.

La intervención psicológica ante situaciones de desastres

A. La Intervención en Crisis

Es una forma de atención psicológica a las personas que se han visto ante situaciones extraordinarias, de riesgo y peligro de la vida, en la que se presenta una desestabilización psicológica, emocional y de toda la estructura de la personalidad individual, familiar y de grupos humanos amplios.

La intervención se realiza inmediatamente después de que ocurren los eventos amenazantes y destructivos. El tratamiento consiste en acciones breves que buscan la recuperación de la estabilidad social e individual de las personas. Las acciones deben provocar desahogo, orientación y terapias breves para lograr alivio y estabilidad emocional, reintegrar a las personas a la vida social, laboral, escolar, familiar y afectivo-emocional.

La labor psicológica para aliviar la crisis está orientada a diversas facetas de la estructura de la personalidad y de la vida de las personas: a nivel psico-motriz, psico-fisiológico, cognitivo, afectivo-emocional, de voluntad, entre otras. La idea es que las personas re-articulen procesos aproximativos de adaptación activa a la realidad y de auto-control frente a las situaciones desequilibrantes además, de apoyo preventivo a nuevas situaciones críticas.

El contenido de una intervención en crisis deberá estar orientado a que las personas “saquen” o liberen las respuestas que no fueron externadas o que no fueron las adecuadas ante las situaciones críticas vividas. Lo que se busca es que las víctimas de los desastres logren desde la perspectiva actual, explicar y tomar conciencia (interpreten) desde la nueva realidad, que compartan lo experimentado con otras

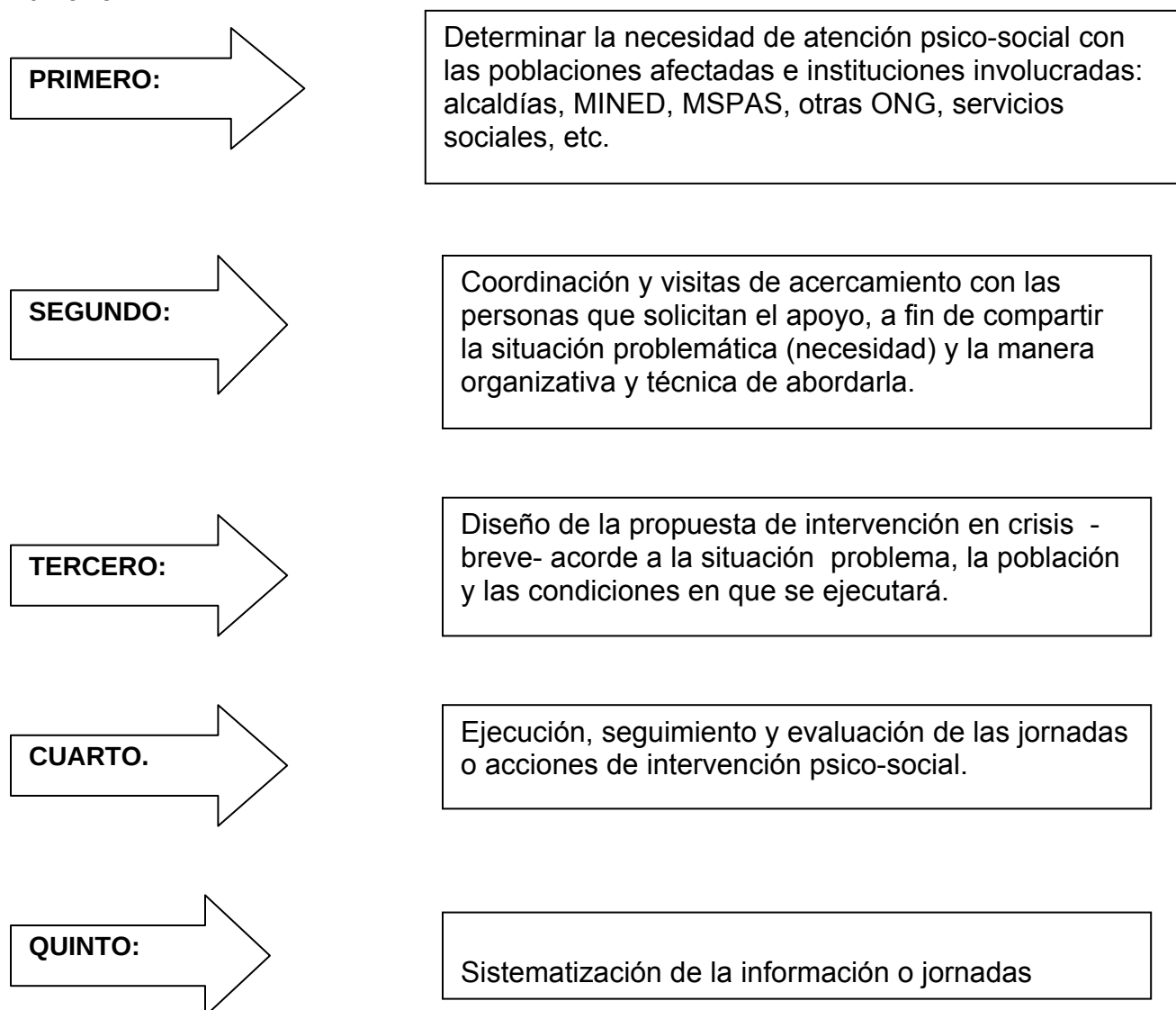
personas que estuvieron en las mismas circunstancias de desastre. El objetivo es que el encuentro genere compañía, identificación y apoyo entre las personas afectadas por la tragedia. Con ello se pretende crear un espacio o dejar el paso libre a nuevas situaciones refrescantes, relajantes y de asimilación de las vivencias. De tal manera que a mediano plazo se puedan adoptar nuevas actitudes, valores, estados emocionales y explicaciones, ante nuevas situaciones de peligro o de desastre humano.

La metodología de la intervención en crisis debe asegurar los momentos necesarios para externar, re-equilibrar y asumir nueva actitud prospectiva ante los fenómenos amenazantes. Debe garantizar que sea un proceso breve, pues el propósito es buscar un nuevo equilibrio relativo ante la realidad y una auto-evaluación de la fortaleza propia que lo asegure.

La intervención dejará de ser breve cuando las personas han dimensionado subjetivamente la dificultad e impotencia de controlar la situación o que efectivamente se constituya en una situación traumática con huella emocional profunda que impida una reintegración automática. En esos casos los procesos de terapia breve no surten el efecto deseado, por la magnitud del desequilibrio provocado. Por ejemplo, esto ocurre cuando la persona ha perdido sus seres queridos, su vivienda y haberes vitales, sus fuentes de trabajo o cuando se producen daños físicos que dejen inhabilidades permanentes. Frente a estas situaciones, los/as trabajadores / as de la salud mental, profesionales de la psicología y psiquiatras, deben evaluar a profundidad estos casos y definir un proceso psico-terapéutico de mayor profundidad.

B. Metodología de la intervención en crisis breve.

Una metodología dirigida a minimizar y aliviar los efectos psicológicos provocados por situaciones de desastre como los terremotos y sus réplicas implica considerar un proceso de abordamiento apropiado para intervenir socialmente a una comunidad o grupo humano:



Estos momentos pueden considerar otros abordamientos vinculados a reproducir la experiencia. Si la propuesta incluye preparar facilitadores/as es necesario producir efectos pedagógicos y psico-sociales en la población participante.

La(s) jornada(s) deben considerar metas dirigidas a la asimilación de conceptos claros, la habilidad para el manejo, creación y recreación de técnicas e instrumentos diagnósticos y de psicoterapia breve además, del dominio procedimental para administrar procesos de apoyo psico-social.

La propuesta tiene como propósito multiplicar la experiencia, por lo tanto, hay que formular propuestas metodológicas apropiadas a la población. De tal manera que cada multiplicador de experiencias deberá asimilar todo el proceso metodológico, reconstruirlo y aplicarlo a una nueva situación (población y entorno específicos) o necesidad planteada.

Este programa de apoyo psico-social contiene una evaluación de entrada y una de salida para determinar los cambios de actitudes, conductas, estados psicológicos y percepciones sobre la realidad de desastre y sus implicaciones y efectos subjetivos en cada persona y grupo social: familiar, docente, grupos de niños de una comunidad, etc. La evaluación de entrada y salida se concreta en instrumentos que se administran a las personas participantes en las jornadas o sesiones de intervención breve.

0

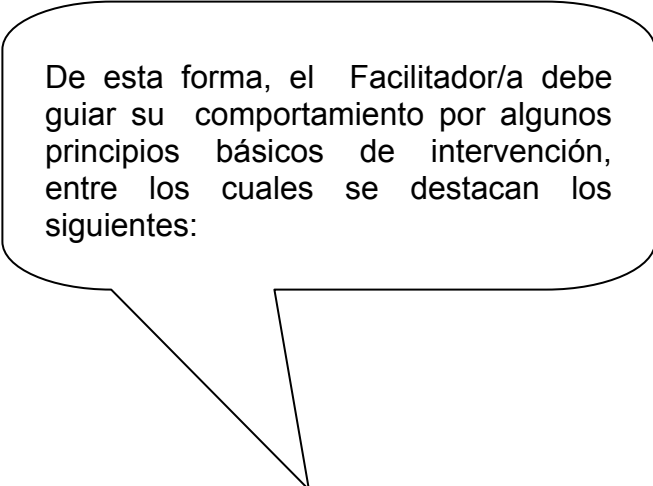
El facilitador/a de procesos de reconstrucción Psicosocial

El facilitador/a de un proceso de ayuda es ante todo un ser humano con debilidades pero con una gran capacidad para evolucionar y crecer. Es una autoridad de las relaciones de ayuda, pero también tiene mucho que aprender. La persona con la que trabaja es una expresión única individual y peculiar de la naturaleza humana, tanto como lo es el facilitador(a). Por ello, todo proceso de ayuda implica el crecimiento y desarrollo de quienes participan en este proceso. El Facilitador/a que asume el compromiso de acompañar un proceso humano y construir una relación de ayuda debe estar consciente de que nuestra capacidad de crear relaciones que faciliten el desarrollo de otros como personas, están en función del desarrollo logrado por si mismo, y disponerse a actualizar de manera permanente sus potencialidades en el sentido del desarrollo.¹⁸

Cuando nos encontramos en situaciones de emergencia la ayuda no solo apunta a procesos psicológicos internos, sino que debemos integrar al sujeto en sus diferentes dimensiones de vida. La relación de ayuda se amplifica del ámbito individual y psicológico, al ámbito social y colectivo, es decir, en lo familiar, comunitarios. Desde esta óptica la ayuda tiene un carácter Psicosocial.

FOTOGRAFIA

¹⁸ Red Venezolana de Facilitadores de Intervención en Desastres, Borrador Manual para Facilitadores.



De esta forma, el Facilitador/a debe guiar su comportamiento por algunos principios básicos de intervención, entre los cuales se destacan los siguientes:

- El facilitador debe reconocer sus propios recursos y capacidades en su labor de apoyo.
- No victimizar ni categorizar el comportamiento en categorías clínicas.
- El proceso derivado de la emergencia debe ser considerado en forma integral.
- Cada persona es un ser singular y le atribuye significados peculiares a la experiencia vivida.
- Reconocer las capacidades de las personas y de los grupos para superar la situación.
- La labor de apoyo debe considerar la labor preventiva ante nuevas situaciones de emergencia.
- Crear redes de apoyo que contribuyan a brindar ayuda.
- Considerar el valor afectivo del intercambio.
- Favorecer la autonomía e incentivar la participación.
- Promover la reactivación de organizaciones sociales (escuelas, grupos comunitarios, etc.)
- Generar espacios de intercambio entre quienes participan en labores de ayuda.

PRIMERA FASE DE PROGRAMA DE APOYO PSICO-SOCIAL

PARA PERSONAS JOVENES Y ADULTAS AFECTADAS POR FENÓMENOS Y DESASTRES NATURALES *

A. Introducción

La situación de desastre por la que atraviesa la sociedad salvadoreña a raíz de los recientes terremotos y sus réplicas, es producto del activamiento de fallas que el subsuelo salvadoreño comparte con otros países de la región, así como por el comportamiento que la población ha tenido durante mucho tiempo sobre el uso y aprovechamiento de los recursos que la naturaleza provee; y desde luego, por la falta de previsión de la sociedad frente a estos eventuales fenómenos.

Los desastres naturales de gran magnitud generan pérdidas materiales y humanas, los cuales son mayores cuando se combinan factores de vulnerabilidad, de índole cultural, de indiferencia o desidia que las instituciones públicas y el Estado asumen ante estas situaciones.

Los efectos de los desastres se dejan sentir en lo material, en lo social y en lo psicológico. La destrucción material es asimilada mediante el apoyo a la reconstrucción de viviendas, carreteras, dotación de alimentos y paliar la situación. Para atender lo social, lo moral, lo emocional y lo espiritual es importante promover acciones educativas, organizativas y psico-sociales de apoyo a los grupos vulnerables y que han sufrido mayormente el impacto. El presente programa va orientado hacia esa población y especialmente a grupos que puedan multiplicar la experiencia con otros grupos o personas.

B. Población a quien va dirigida

- **Maestros y maestras de cualquier nivel**
- **Técnicos y técnicas de ONG y otras instituciones**
- **Mujeres y Jóvenes líderes de comunidades y gremios**
- **Personas adultas**

C. Objetivos

1. General

Facilitar el proceso de respuesta emocional y cognitiva de las personas frente a la situación desequilibrante generada por los terremotos y sus réplicas, a fin de contribuir a la estabilidad individual y la integración grupal, necesarias para afrontar la vida y el proceso de reconstrucción nacional.

2. Específicos

- a. Generar espacios para que las personas externen sus vivencias y reacciones como un desahogo a la acumulación de situaciones desequilibrantes.
- b. Fortalecer los procesos de distensión y tranquilización emocional y cognitiva de las personas víctimas de los efectos de los terremotos
- c. Preparar condiciones técnicas y personales para que las personas puedan apoyar grupos afectados por la situación desequilibrante provocada por los terremotos.

D. Organización

Se necesita organizar grupos de intervención psicológica de 15 a 20 personas víctimas de los terremotos y sus réplicas para asegurar efectos potenciales que permitan el restablecimiento de su equilibrio vital y social. Dichos grupos serán atendidos por dos psicólogos/as que faciliten los procesos de respuesta emocional y cognitiva que ayuden a las personas a superar o aliviar la actual situación de crisis.

La organización de las actividades y técnicas de apoyo emocional y cognitivo deben articularse de tal forma que combinen la participación con la inducción positiva de las personas a los procesos de reflexión, análisis y canalización de las emociones despertadas por los movimientos telúricos y por la actuación de factores culturales y sociales que pueden contribuir a complejizar las respuestas desequilibrantes. Se recomienda proporcionar poco apoyo teórico, más aclarativo y de reflexión que de ampliar conocimientos de una temática o asunto técnico.

El proceso combinará y secuenciará lo objetivo con lo subjetivo lo social con lo individual y lo cognitivo con lo emocional. La entrada al proceso puede facilitar la remoción de barreras individuales y culturales para la expresión de las emociones desencadenadas por las experiencias vividas.

Las condiciones del local donde se realizarán las intervenciones deben ajustarse a la naturaleza del proceso de intervención psicológica, a la necesidad de apoyar y tranquilizar a las personas brevemente y con efectividad. No pueden programarse entonces jornadas largas y complejas. Cada jornada no debe durar más de dos horas para que el apoyo sea eficaz y breve, no se trata de alterar la rutina de vida cotidiana con las intervenciones, sino más bien se pretende crear apoyos para que funcione mejor la vida diaria de las personas.

La metodología, las técnicas y los recursos deben contribuir a profundizar y agilizar los procesos y no a complicarlos ni a convertirlos en fuente de oposición de las personas al proceso de intervención.

E. Propuesta Metodológica

Jornada N° 1: 2 a 3 horas (según cantidad de personas y técnicas seleccionadas)

Tema	Objetivo	Procedimiento / técnica	Recursos	Tiempo
1. Introducción	Sentar las bases de un ambiente de confianza y de propósitos compartidos para el desarrollo de la jornada	• Presentación de la jornada y de los/as participantes. (técnica de pareja desconocida, el tesoro escondido o la doble rueda. • Exposición de objetivos, programa y normas de trabajo. Discusión y aportes.	* Programa * Guía de técnicas * Pliegos de papel * Plumones * Tirro	20 min.
2. El ayer y el ahora	Comparar la situación antes y después del terremoto para que las personas evidencien los cambios operados a todo nivel. (ver si es temporal o si afectará de forma prolongada a las personas, comunidades y al país	Facilitador/a expone brevemente que el terremoto ha cambiado el panorama local y nacional, ha modificado la vida de las familias y de cada persona. • Forma grupos basándose en técnica: los parecidos, las lanchas, la carta • Propone hacer una evaluación de lo que fue la vida antes del terremoto y después del terremoto: a nivel familiar, laboral, escolar y comunitario. (Ver cuadros en anexo). Primero hacerlo a nivel individual y luego compartirlo en grupos; elaborar pápelografos • Plenaria para exponer resultados de los grupos. Puede hacerse con papelones y una técnica de devolución (collage, poema, canción, drama, títeres, etc.). Reflexión del pleno y de el/la facilitador/a.	* Guía de Técnicas * Cuadros * Recursos de técnica * Pliegos de papel * Tirro/otros	1.45 hora
3. Cierre de jornada	Dar por concluida la jornada y exponer lo que se tratará en la siguiente jornada	• Facilitador/a expone los logros y productos de la primera jornada y la continuidad a la siguiente. (no evaluación) • Entregar material de apoyo sobre desastres y terremoto.	* Material de apoyo	10 min.

Jornada N° 2: 2 a 3 horas

Tema	Objetivo	Procedimiento / técnica	Recursos	Tiempo
1. Recuperación de la jornada N°1	Que los participantes en lluvia de ideas recuperen lo que se trató en la jornada anterior	- Facilitador/a abre jornada motivando a las personas participantes a relatar sobre la jornada anterior. - Se recomienda abrir el espacio para reconstruir la jornada.		10 min.
2. Reviviendo el terremoto y las Respuestas. Un intento de auto-evaluación	Reactivar las respuestas emocionales, psicomotrices y del pensamiento para comprender la situación y los estados internos	- Cada persona pasa a revivir sus experiencias, reacciones, conductas, emociones y pensamientos vividos durante los terremotos y las anota en papel. - Formar grupos de 5 a 6 personas y compartir sobre las experiencias vividas y las reacciones: conductas, emociones y pensamientos. (crear condiciones para autoevaluar) - Luego pasar a una autoevaluación de respuestas con base a criterios por parte de cada participante: * Respuestas positivas y negativas * Reacciones que no salen pero que allí están en nuestro interior * Reacciones que salieron y que pudimos controlar * Respuestas similares a las de otras personas * Qué podemos hacer para controlarnos y poder ayudar a otros/as - Exposición de autoevaluaciones (3 ó 4 personas)	* Hoja de criterios * Pliego de papel * Tirro * Plumones	1.00 hora
3. Rompiendo la cadena de estrés y buscando la tranquilidad	Propiciar un estado de relajación y de alivio al estrés, para contribuir al equilibrio emocional	- Activación y relajación colectiva: "Los saltarines:", "Respirando los temblores", "La visualización: proceso de excitación e inhibición emocional; "El abrazo total" (ver técnicas. - Reflexión colectiva sobre los efectos de las técnicas	* Hoja de técnicas * Pliego de papel * Plumones * Tirro	40 min.
4. Cierre de la jornada	Cerrar la jornada con invitación para la próxima	- Lluvia de ideas sobre lo que se realizó y sus resultados - Anotar en papelógrafo los aportes y sugerencias	* Plumones * Tirro * pliego de Papel	10 min.

Jornada N° 3: 2 a 3 horas

Tema	Objetivo	Procedimiento / técnica	Recursos	Tiempo
1. Recuento de la experiencia anterior		● Lluvia de ideas sobre lo que se trató en la jornada anterior ● Facilitador/a agrega otros elementos no aportados por el pleno		10 min.
2. Medidas y recomendaciones a tomar ante la situaciones de desastre	Compartir medidas y normas colectivas e individuales, preventivas y de acción frente a sismos	● Retomar situación familiar, laboral, escolar y de la comunidad (jornada 1) para plantear medidas preventivas y de acción en grupo. ● Retomar situación personal y proponer formas de reaccionar que favorezcan la tranquilidad, la salud mental y menos destrucción de los sismos o terremotos. ● Anotar en papelógrafo los aportes de cada grupo y las medidas personales.	* Pliego de papel * Plumón * tirro	1 hora
4. Haciendo un Plan de apoyo a los grupos familiares, comunidad educativa y laboral.	Iniciar la elaboración de un plan de apoyo psico-social para alumnos/as y/o colaboradores/as	● ¿Qué es un Plan de apoyo psico-social? ¿Cuál es la estructura? ● Elaborar un Plan de apoyo psico-social para alumnos/as: ● Devolución de objetivos y paquete metodológico		1 hora
5. Evaluación y Cierre de las jornadas	Valorar los resultados de las jornadas así como dar las palabras de clausura de la misma	● Hoja de evaluación individual ● Compartir la evaluación individual a nivel de todo el pleno: aportes y recomendaciones ● Palabras de cierre		20 min.

F. Seguimiento y Evaluación

Se recomienda reunirse previamente antes de cada jornada para hacer ajustes a la metodología, técnicas y a la programación con el objetivo de lograr resultados satisfactorios. Para evaluar los resultados se procederá a pasar una hoja de evaluación inicial antes de comenzar el programa y otra de evaluación final cuando termine el programa para hacer una comparación de resultados. Se evaluará también colectivamente las jornadas para retomar las observaciones y recomendaciones que se propongan. Se elaborará una memoria resumen de todos los productos obtenidos para sistematizarlos y retomarlos en aportes teóricos para nuevos procesos.

G. Sugerencias-metodológicas

- La organización de grupos de intervención psicológica se recomienda entre 15 a 20 personas.
- La duración de las sesiones debe oscilar de dos horas a dos horas y media.
- Observar y registrar emociones, aptitudes de los/as participantes en cada sesión.
- El grupo que inicia debe permanecer y finalizar el programa.
- Las técnicas de relajación es necesario discutir las con un especialista (psicólogo/a) para un mejor dominio y control de la misma.
- Hay que tratar con respeto a las personas adultas, no imponer nuestras ideas sino mas bien compartir las nuevas ideas e información con ellos/as.
- Darle explicaciones apropiadas sobre la situación de desastre y sobre lo que se piensa hacer después del evento.
- Permitirle que exprese lo que sienta (tristeza, miedo, enojo) y mostrarle formas apropiadas de expresarlas.
- Distribución de responsabilidades de acuerdo a las capacidades individuales

ANEXO: *Cuadros sobre el antes y después de terremotos*

ANTES DEL TERREMOTO

EN LA VIDA FAMILIAR

EN LO LABORAL / ESCOLAR

EN LA COMUNIDAD

DESPUÉS DEL TERREMOTO

EN LA VIDA FAMILIAR

EN LO LABORAL /ESCOLAR

EN LA COMUNIDAD

Cambios o efectos a nivel personal

En la conducta

En lo afectivo y las emociones

En el pensamiento, la
atención y la voluntad

AUTOEVALUACIÓN DE NUESTRAS REACCIONES

Reacciones que salieron y nos
ayudaron a sentirnos bien

Reacciones que salieron , que
pudimos controlar y que no nos
hicieron sentir bien

Reacciones que no salieron y que
aún están allí en nuestro interior

MEDIDAS Y RECOMENDACIONES

A NIVEL FAMILIAR

A NIVEL LABORAL - ESCOLAR

A NIVEL DE LA COMUNIDAD

MEDIDAS A TOMAR A NIVEL PERSONAL

EN LAS RELACIONES
INTERPERSONALES FAMILIARES

EN LA VIDA AFECTIVA
Y LAS EMOCIONES

LA ACTIVIDAD, LA VOLUNTAD Y OTRAS

SEGUNDA FASE DE PROGRAMA DE APOYO PSICO-SOCIAL PARA PERSONAS JOVENES Y ADULTAS AFECTADAS POR FENÓMENOS Y DESASTRES NATURALES *

A. General

Proporcionar los conocimientos metodológicos y técnicos a maestros/as, facilitadores/as comunitarios y técnicos/as de instituciones, a fin de que puedan desarrollar programas de intervención psicosocial con niños/as, jóvenes y personas adultas, afectadas por los desastres naturales.

B. Específicos

1. Proporcionar espacios para que maestros/as, facilitadores comunitarios y técnicos/as compartan sus experiencias y acciones realizadas durante los desastres ocurridos.
2. Facilitar el conocimiento y desarrollo de habilidades de los/las participantes para la formulación y práctica de programas de intervención psico-social con personas víctimas de desastres.
3. Estimular la participación individual y colectiva en función de que maestros/as, facilitadores y técnicos/as puedan poner en práctica las herramientas metodológicas necesarias en sus labores.

Propuesta Metodológica

Tema	Objetivos	Procedimiento/Técnica	Recursos	Tiempo
1. Saludo y Presentación	Generar un ambiente de confianza y participación	-Palabras de Apertura -Presentación de participantes Técnica/ " Las Parejas Asociadas" Entregar tarjetas a c/participante, encontrar su pareja por asociación y dialogar en parejas: Nombre, Lugar de trabajo, artista preferido, pasatiempo preferido y expectativas. -Facilitador/a anotará las expectativas mencionadas. -Presentación de Programa, Objetivos. Hacer en colectivo normas de trabajo	Tarjetas Papel Bond Plumón Tirro	30'
2. Nuestra Experiencia	Recuperar la experiencia ante la situación de desastre y reflexionar sobre los aportes ciudadanos	-Formar 3 grupos/ Técnica "El Tren" -Cada grupo discutirá y aportará sobre la pregunta: ¿Cuál ha sido la participación de la Sociedad ante el desastre de los terremotos del 13 de Enero y 13 de Febrero? Mencionar lo Positivo y Negativo - Gobierno Central - Alcaldías - ONG - Iglesias - Instancias Locales - Comunidades -Luego c/grupo expondrá en plenaria sus aportes. Facilitador/a hará una recopilación de los resultados	Papelones Plumones Tirro	1 hora
3. Teorización Sobre: - Desastre. Fases y respuestas de la sociedad - Atención Psicosocial	Proporcionar conceptos sobre: Desastres, niveles de acción y participación y de atención Psicosocial	-Exposición sobre: DESASTRES, FASES Y RESPUESTAS DE LA SOCIEDAD. ATENCIÓN PSICOSOCIAL. -Entregar material a c/participante y al final de la exposición estimular un espacio para preguntas y respuestas	Mat. Apoyo Tirro Plumones	30'

4. Reacciones Psicológicas	Compartir respuestas obtenidas durante la atención víctima de los terremotos de Enero y Febrero	-Exposición breve, tomando como base material y datos obtenidos en talleres de apoyo Psicosocial	Mat. Apoyo Tirro	20'
5. Metodología y técnicas de Intervención Psicosocial	Explicar el Diseño metodológico y las técnicas para que los participantes las puedan aplicar en su labor diaria	-Facilitador/a expondrá de manera breve el formato del Diseño Metodológico que c/u puede utilizar para desarrollar el programa, así también el concepto de algunas técnicas y su uso en los programas de atención psicosocial : - Expresión Gráfica - Collage - Títeres - Técnicas de Relajación	Mat. Apoyo Papelógrafo c/Diseño Met Papelógrafos s/técnicas Tirro	20'
6. Aplicación de Técnicas de Intervención Psicosocial	Estimular a maestro/as para que elaboren y apliquen el diseño de las técnicas psico-sociales con la población víctima de los terremotos	-Formar 4 grupos. Cada grupo retomará una técnica para planificarla a partir del diseño metodológico. -Hacer la presentación en plenaria -Al final de las exposiciones hacer aportes a c/ técnica	Papelones Crayolas Pintura de Dedos Plumones Títeres Papel Periódico Pegamento Tijeras Tirro Grabadora Cassete Etc.	45' 45' 30'
7. Evaluación y Cierre	Valoración del taller	Los participantes expresan sus opiniones sobre el taller, evaluando lo positivo y/o negativo con respecto a: - Facilitadores - Metodología - Logística - Participación del grupo Anotar en papelones	Papelones Plumones Tirro	15'

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

PARA NIÑOS Y NIÑAS AFECTADAS POR FENÓMENOS Y DESASTRES NATURALES

OBJETIVOS:

General:

Compartir experiencias y respuestas frente al terremoto y las réplicas, como parte del proceso de búsqueda de la recuperación de la estabilidad social e individual de niños y niñas tan necesaria para los procesos de reconstrucción nacional.

Específicos:

1. Proporcionar espacios para que los niños y niñas externen las vivencias y reacciones afectivo-emocionales provocadas por el terremoto, como un desahogo a la acumulación interna de situaciones desequilibrantes.
2. Proponer orientaciones y medidas que contribuyan a la estabilidad y autocontrol emocional y cognitivo ante situaciones de desastres.
3. Fortalecer la participación social e individual para el reactivamiento y la vida de relación de niños y niñas afectadas por situaciones de desastres.

Sesión 1 : Integración

Objetivo: Promover la convivencia e integración grupal como condiciones preparatorias para descargar las tensiones y temores de niños y niñas

Tema	Objetivo	Técnica /procedimiento	Recursos	Tiempo
. Presentación animación e integración	Crear clima de confianza y participación, así como descargar tensiones	• “La pelota caliente” - Participantes y facilitador/a forman un círculo - El facilitador/a tirará la pelota a uno/a de los/as participantes, quien la reciba mencionará su nombre, edad y lugar de donde proviene - Luego procederá de la misma manera con otro/a participante - El juego termina cuando todos/as se hayan presentado. • “Quién inició el movimiento” - Se forma un círculo y se le pide a un/a niño/a que salga y se retire. - El grupo decidirá quien será el niño/a que iniciará el movimiento al cual todos/as le imitarán. Por ejemplo: mover el pié, hacer una mueca, aplaudir, etc. - Se le pide al niño que salió que vuelva al lugar para que adivine quién es el que inicia el movimiento. - Si identifica el que genera el movimiento, pasará a formar parte de la fila y el que adivina, se retira para que el grupo decida quién inicia el movimiento. • “El chocolateado” (para reducir tensiones): - Los participantes se agrupan por pareja tomándose de la mano, se colocan formando un círculo y dejan una pareja por fuera. - La pareja que queda afuera camina alrededor (siempre tomados de la mano), en el sentido de las agujas del reloj. - En un momento determinado, la pareja que va caminando se pone de acuerdo y le pega en las manos a una de las parejas del círculo. - En ese instante, ambas parejas deben correr alrededor del círculo en sentidos contrarios, tratando de llegar primero al lugar que queda vacío. Los que lleguen al último pierden y repiten el ejercicio. • “Mesones e inquilinos” - Se forman grupos de 3 integrantes y c/grupo hace 1 casa y la otra persona queda al centro. - Hay un grupo que solo hace casa. La consigna es: Cuando se dice “Inquilino” cambian de lugar los que están al centro, cuando se dice “Mesones” se mueven las casas, pero cuando se dice “Terremoto” se mueven todas las personas y arman nuevos grupos.	Vejigas, cordel, papelitos con nombres, radio grabadora y casetes	20 min.
				15 min
				15 min.

Tema	Objetivo	Técnica /procedimiento	Recursos	Tiempo
2. Valoración	Analizar las experiencias vividas en la jornada	- Orientar la reflexión a través de las preguntas siguientes: ¿Cómo se sintieron durante la actividad? ¿Qué experiencias agradables o desagradables experimentaron durante la actividad? - Hacer anotaciones	Cuadernos y bolígrafos	20 min.
Cierre y Refrigerio				

Sesión 2 :

Objetivo: Promover la convivencia e integración grupal como condiciones preparatorias para descargar las tensiones y temores de niños y niñas

Tema	Objetivo	Técnica /procedimiento	Recursos	Tiempo
1. Saludo e integración	Lograr una mayor identificación de los y las participantes	• “Las Tarjetas” - Entregar a c/ participante una tarjeta con figura. El/la facilitador/a dará la consigna: ¿Quiénes tienen la Naranja? Por ejemplo, luego pedirá a cada niño/a mencionar su Nombre y que le gusta hacer más. - La técnica finaliza cuando todos se presentan. • “Yo fui a Usulután” - Colocar a los/as niños/as en un círculo. El/la facilitador dirá: “ YO FUI A USULUTAN DE COMPRAS”, los/as niños/as contestarán : Y qué compró?, entonces responderá : “ Una Tijera o un perro, gato, pollo, etc.”. - Los niños y niñas tendrán que imitar el sonido o movimiento del objeto y/o animal mencionado.	Tarjetas con figuras	20 min. 15 min.
2. Desahogo: Expresión plástica Expresión psicomotriz Valoración Cierre y Refrigerio	Contribuir a descargar tensiones en niños y niñas Reflexionar sobre experiencias vividas en la jornada	• “El modelado” - Entregar plastilina a cada niño/a y se le dice que con ese material hagan: una pelota, una casa y/o animal. Luego que lo presenten al pleno y que mencionen su labor realizada. - Formar filas y grupos. Entregar a c/grupo una pelota, colocarse con las piernas abiertas al conteo de 1-2-3 pasen la pelota por debajo de sus piernas. El último que la recibe pasa adelante continua con la acción. (Movimiento de pelota por arriba de la cabeza, a un lado y a otro). Terminada la actividad ponerlos a descansar unos 2-3 minutos. • “Expresión oral”. Orientar la evaluación con base a las preguntas: - ¿Cómo se sintieron durante la actividad? - ¿Qué les gustó y qué no les gustó de lo que jugamos?	Plastilina Palillos	20 min.

Sesión 3 : Restableciendo la estabilidad personal y social

Objetivo: Restablecer la vida emocional de los niños y niñas , a fin de ayudarles a superar las experiencias vividas durante el desastre.

Tema	Objetivo	Técnica /procedimiento	Recursos	Tiempo
1. Saludo	Fomentar un ambiente de confianza y armonía en el grupo	Pedir la colaboración a un participante para que salude al grupo y dé las palabras de bienvenida.	Tarjetas con figuras	10 min.
2. Relajación	Preparar condiciones emocionales en los participantes	- Tensión y Distensión - Sentar a los niños/as en el piso o sillas y dar la consigna siguiente: - Estirar los brazos y recogerlos (5 veces) - Apuñalar y soltar las manos (5 veces) - Tensionar los músculos de la cara (5 veces)	Grabadoras con cassette de música ecológica o relajante	15 min.
3. Vivencias	Que expresen las vivencias sufridas durante el terremoto	- Expresión Oral: - Estimular a los/as niños para que expresen situaciones vividas durante el terremoto - Técnica de “Expresión Gráfica” - Entregar a c/participante papel y crayola. el/la facilitador/a dará la consigna: “ En esta hoja de papel Uds. van a rayar cómo vivieron el terremoto, dejen que su mano raye como quiera. - Cuando los/as niños/as comienza a rayar el/la facilitador/a agrega: la raya que ustedes hacen son como los movimientos del terremoto, las rayas también sienten lo que ustedes sintieron durante el terremoto. - Interpretación de los productos de la expresión gráfica: - Estimular a los niños/as a que expresen oralmente lo que han hecho en su hoja. El/la facilitadora orientará más la participación a través de las preguntas: - ¿Qué dicen las rayas? - ¿Por qué unas rayas son más fuertes que las otras? - Hay unas rayas curvas y otras rectas ¿Qué les pasó? - ¿Qué sintieron cuando rayaron con la crayola? - ¿Mientras rayaban qué recordaron del Terremoto? - ¿Qué no les gustó del terremoto? <u>Para niños/as de 6 años en adelante, también puede utilizarse la consigna:</u> “En esta hoja de papel ustedes van a dibujar como vivieron el terremoto, dejen que su mano dibuje lo que quiera”.	Papel Crayolas Lápices de colores	10 min. 20 min. 15 min.
			Hojas de papel bond Pintura de dedos	(20 min)

4. Explicación teórica sobre los terremotos	Proporcionar a los niños saberes sobre los terremotos	- Al final pedir a los/as niños/as que expresen oralmente lo que han dibujado y compartirlo con sus compañeros/as. - El/la facilitadora dirá después: " Ahora que ya paso el terremoto cómo se sienten?....se puede insinuar: Sienten temor, miedo, Inseguridad, soledad, ganas de llorar? • Explicar brevemente qué son los terremotos como fenómenos naturales, y también cómo sus efectos y el desastre que producen depende también de la acción del hombre sobre la naturaleza. • Se finaliza la jornada haciendo una ronda y cantando una canción infantil, especialmente sobre la defensa de la naturaleza.	(15 min.)
			10 min.
Cierre y Refrigerio			

Sesión 4 :

Objetivo: Restablecer la vida emocional de los niños y niñas a fin de ayudarles a superar las experiencias vividas durante el desastre

Tema	Objetivo	Procedimiento/técnica	Recursos	Tiempo
1. Saludo	Crear condiciones de trabajo y clima de confianza en el grupo	- Técnica "pasando la gorra". Facilitador/a explica técnica - A ritmo de música se van pasando por la cabeza un sombrero o gorra. - Al parar la música al que le queda la gorra tiene que dar su nombre y hacer una gracia - Cuando pasa la mayoría de niños se concluye	• Una gorra • Gafetes • Grabadora • Cassete de música ecológica	15 min.
2. Reviviendo el terremoto y sus consecuencias	Reactivar las reacciones y respuestas emocionales, psicomotrices y del pensamiento para comprender situaciones y estados de desequilibrio	- Facilitador/a propone la formación de grupos de 5 ó 6 niños/as - Cada grupo discute lo que pasó en el terremoto: cómo sucedió, qué cosas les ocurrieron, qué Hicieron y qué daños tuvieron? - Compartirán las reacciones emocionales, conductas y pensamientos que les ocurrieron. - Cada grupo escogerá 1 técnica para socializar su vivencia: sociodrama, collage, canción, poema, etc. - Devolución de la técnica y valoraciones de los demás. - Facilitador explica que las reacciones son normales, son respuestas frente a situaciones difíciles, de peligro a la vida.	• Materiales para técnica: Periódicos, revistas,. pliegos de papel, plumones, etc.	40 min.

3. Reinterpretación del fenómeno	Provocar una revaloración de la situación y de las reacciones positivas y negativas	- Técnica de los “Títeres”: por este medio se motivará a que los/as niños/as se expresen sobre las reacciones positivas y negativas frente al terremoto (ver anexo) - Clasificar reacciones positivas y negativas con todos los/as niños/as. Anotar en papelógrafo - Reforzar la ocurrencia de reacciones positivas y debilitar o evitar las reacciones negativas - Las reacciones dependen de nosotros, de nuestro control y la necesidad de minimizar efectos. Dejar que se expresen, pero que no afecten a los más pequeños o los más vulnerables.	• 4 Muñecos títeres • Guión de técnica • Pliegos de papel • Plumones • Tirro	30 min
4. Buscando el equilibrio y nuevas respuestas	Poner en marcha medidas de prevención, respuestas de menor riesgo y de búsqueda del equilibrio emocional.	- Mediante los Títeres, la facilitador/a plantea que: anticipar medidas y conductas apropiadas para evitar más daños y efectos psicológicos.. • No se puede evitar un terremoto • Pero se pueden controlar reacciones y respuestas. Siempre que nos hagan sentir bien. - Técnica de relajación y concentración mediante respiración y órdenes verbales de aflojar todo el cuerpo (ver guía) - Después valorar cómo se sintieron durante la relajación, y cómo se sienten ahora. - Que los/as niños/as propongan medidas para minimizar efectos de terremoto y evitar respuestas negativas	• Guía de relajación • Pliego de papel • Plumón • Tirro	20 min.
5. Evaluación de la Jornada		- Los/as participantes expresan lo que les gustó de la jornada y lo que no les gustó; y cómo hacer una mejor jornada la próxima vez	Anotar en cuaderno los aportes y sugerencias.	5 min.

SUGERENCIAS METODOLÓGICAS

- La organización de grupos de intervención psicológica se recomienda entre 15 a 20 niños y niñas.
- La duración de las sesiones con niños / as debe oscilar de dos horas y media.
- Aplicación de instrumento de evaluación de entrada en la primera y/o segunda sesión y en la cuarta sesión aplicar evaluación de salida.
- Utilizar técnicas y dinámicas de grupos, que motiven y faciliten aprendizajes significativos en los niños y las niñas. (Ver en anexos la descripción de técnicas lúdicas)
- Estimular el aprendizaje y la creatividad de los niños y niñas
- Las sesiones llevan implícita la organización, trabajo en equipo y actividades recreativas.
- Dar orientaciones individuales y colectivas a los niños y niñas
- Distribución de material educativo
- Dialogar con personas allegadas a los niños/as
- Ejercicios de relajación y visualización (Ver anexos: descripción de la técnica de relajación)
- Las técnicas de relajación es necesario discutirlos con un especialista (psicólogo/a) para un mejor dominio y control de la misma.
- Periodicidad en la ejecución de las sesiones
- Permitirle que exprese lo que sienta (tristeza, miedo, enojo) y mostrarle formas apropiadas de expresarlas.
- Observar y registrar emociones, aptitudes de los niños y niñas en cada sesión.
- El grupo que inicia debe permanecer y finalizar el programa
- Dar información consistente y apropiada sobre la situación de desastre y sobre lo que se piensa hacer después del evento.

A. ANEXOS

ASOCIACION INTERSECTORIAL PARA EL DESARROLLO ECONOMICO Y EL PROGRESO SOCIAL C I D E P

GUIA DE EVALUACION

I – Datos Generales

Nombre: _____ Edad _____

Fecha de Nacimiento: _____ Nivel Educativo: _____

Comunidad de origen: _____

Padre / Madre/ responsable: _____ edad _____

Ocupación: _____

Dirección: _____

II- Situación vivida durante el terremoto

¿ Donde te encontrabas al momento que sucedió el terremoto ? _____

¿ Con quien estabas ? _____

¿ Que estabas haciendo? _____

¿ Que perdiste en el terremoto ? _____

III - Conductas presentadas por el / la niño/a antes y después del programa

	<i>Antes</i>	<i>Después</i>
♦ Cuando duerme		
♦ Cuando come		

♦ Cuando Juega (de que juega):		
♦ Cuando hace sus necesidades		
♦ Cuando está solo / sola		
♦ Cuando platica con otra persona		
♦ Cuando lo/la regaña o castiga		
♦ Cuando lo/la mima		
♦ Cuando lo/la manda hacer algo		
♦ Cuando vuelve a temblar		

- Nombre del evaluador/a: _____
- Persona que dio la información: _____ -
- Sesión en que se aplico la guía: 1 2 3 4
- Lugar y fecha: _____, _____ de _____ 2001

GUIÓN PARA TÉCNICA "LOS TÍTERES"



1. OBJETIVO:

- a.- Facilitar la expresión de respuestas emocionales de niños/as y medidas a tomar para minimizar efectos y ayudar a superar crisis.
- b. Contribuir a generar una actitud y conocimiento más objetivo del terremoto y la respuesta de organización, participación y apoyo al trabajo de reconstrucción local.

2. ESCENARIO: La comunidad y el Terremoto: tareas para la reconstrucción

3. MENSAJES EN SECUENCIA:

- Comunidad tranquila: delincuencia, dolarización, etc.
- El terremoto: augurios, mitos de la gente: "nació un niño feo", adivinos, etc. ¿Qué es un terremoto?
- Reacciones de la gente: positivas y negativas
- Respuestas del gobierno, la alcaldía, la cooperación de ONG y otras.
- Reacción de la gente ante la cooperación
- Atención psicológica a niños/as (diálogo entre personajes)
- ¿Qué hacer para el futuro?
 - Organización y participación para la reconstrucción
 - Control y vigilancia de la ayuda
 - Apoyo a los más vulnerables: niños/as, ancianos/as, mujeres y minusválidos: hablar, escuchar, tener empatía, tranquilizar, solidaridad.
 - No divulgar rumores ni noticias alarmantes
 - Tomar medidas de precaución: lugares seguros, cuidado de niños/as, reaccionar con tranquilidad, hábitos higiénicos, etc.
 - Comprender que cada persona reacciona de diferente manera
 - Todos/as debemos crecer ante la crisis. Integrar el fenómeno a la vida cotidiana, etc.

4. PERSONAJES

- TÍO CONEJO
- CHUCHIN

- LA NIÑA JUANA
- DON JOSÉ

5. PROCEDIMIENTO:

- a.- Don Chuchín y Tío Conejo están descansando y hablan de la vida tranquila de la comunidad pero con algunos problemas: delincuencia, dolarización, etc.
- b. La niña Juana y Don José entran y les reclaman porque no están trabajando. Están discutiendo cuando sucede el terremoto.
- c. Los personajes salen en guinda y sólo la niña Juana les dice que salgan tranquilos
- d. Luego los personajes se quedan comentando lo que pensaron que era el terremoto y cómo sintieron. (que sentían que el mundo se les venía encima, descontrol y angustia de que se iban a morir, que se les venía la casa e iban a quedar soterrados).
- e. Se presentan réplicas y los personajes van aumentando su temor y reacciones emocionales fuera de control. Luego hablan de las respuestas positivas y negativas: (ver lista)
- f. Se pregunta a los niños qué medidas y conductas hay que tomar para evitar más daños y efectos psicológicos: no se puede evitar un terremoto pero se pueden controlar reacciones y respuestas.
- g. Los títeres se despiden de los niños y niñas, dejándoles el siguiente mensaje:
"Recuerden que un terremoto es un fenómeno natural, que debemos responder con tranquilidad y buscar lugares donde podamos sentirnos seguros; debemos apoyar a otros, y colaborar en las actividades de la familia y la comunidad"

DIÁLOGO DE LOS PERSONAJES

Tío Chuchín: Qué alegría, que paz siento en este lugar. Y usted ¿cómo se siente Tío Conejo?

Tío Conejo: (Bosteza) Mmmm... Yo me siento feliz y tranquilo Tío Chuchín, en mi colonia todo es tranquilidad y felicidad. Fíjese que donde yo vivo, no hay ningún problema de esos que que mencionan los señores del Diario de Hoy, El Latino, La Prensa Gráfica, las radios y la T.V.

Tío Chuchín: ¿Cuáles son esos problemas Tío Conejo?

Tío Conejo : Esos..... que se dicen que se llama “Niña Delincuencia ” o sea ladrillos, los que les gusta agarrar lo ajeno.... También “Los señores Secuestros”.... Qué barbaridad verdad Tío Chuchín esas personas no tienen temor a Dios! eso de alejar a una persona de su familia y tenerlo encerrado solo para sacar pisto está fregado.

Y usted que piensa Tío Chuchín?

Tío Chuchín : Tiene usted razón Tío Conejo, pero mire ¿porqué no les Preguntamos a este montón de cipotes que tenemos enfrente?

¿Qué piensan ustedes de esto Cipotes?

ENTRAN	DOÑA JUANA	Y	DOÑA MARUCA
--------	------------	---	-------------

DOÑA MARUCA: Bueno... y ustedes que no piensan en estudiar, ya dejen la platicadera, no sé que tanto hablan.... Mejor agarren los Cuadernos, revisen los libros y hagan sus tareas..

DOÑA JUANA : Tiene usted mucha razón Doña Maruca, este Tío Conejo solo piensa en dormir, y Tío Chuchín solo de novio le gusta andar...
Vamos muchachos, el tiempo es oro, hay que cuidarlo y aprovecharlo para poder aprender mucho y que en el futuro sean los grandes médicos, ingenieros, enfermeras, secretarias.. de nuestra sociedad salvadoreña.

Tío Conejo: Tiene usted toda la razón Doña Juana, pero... nosotros solo Platicábamos cosas muy buenas. Verdad Tío Chuchín?

Tío Chuchín: Sí Doña Maruca, el Tío Conejo me contaba de lo tranquila y Feliz que son las familias que viven en su colonia, allá donde él vive, en la colonia... Monse.... Monse ¿qué Tío Conejo?

Tío Conejo : Montserrat Tío Chuchín, donde sierran muchos montes.

DOÑA JUANA: Está bien! Pero ya dejen de hablar mucho y a estudiar se

[illegible]

se ha dicho ...

DOÑA MARUCA: ¡Santo Dios! ¡Santo Fuerte! ¿Qué está sucediendo?

DOÑA JUANA : Se desmaya.. Mmmm...

Tío Chuchín: (llora) Tengo miedo Tío Conejo.... Esa pared me va a caer encima, abráseme Tío Conejo, abráseme. Doña Maruca

Tío Conejo: (Muy Sereno) Guarden la calma.... Agarremonos de las manos, esto ya va a pasar... levantemos a Doña Juana que hasta babeando está del susto.

SE CALMA	EL TEMBLOR	Y LOS	PERSONAJES	COMENTAN.....	
X	X	X	X	X	X

DOÑA JUANA: (Se despierta asustada) ¿Qué fue lo que pasó? sentí tanto miedo que hasta me desmayé.

DOÑA MARUCA: Miren esa nube de polvo que se ve allá, yo creo que sucedió un terremoto..

Tío Chuchín : Terre..... Terre qué....

TODOS: ¡TERREMOTO ¡

DOÑA JUANA: Entonces fue cierto lo que dijo Don Pancho ayer, que el Cipote Feo que nació dijo que iba a suceder cosas raras como éstas amigos..... Hay que creer..

DOÑA MARUCA: No ande pensando en tonterías Doña Juana, lo que sucede es que cuando la tierra se mueve tan fuerte, como lo que acabamos de sentir, se da un terremoto.... y lo Más importante es guardar la calma

Tío Conejo: Eso fue lo que yo dije: es importante calmarse y buscar Lugares y espacios libres, donde no corramos peligro.

DOÑA JUANA : NO.... yo creo que hay que salir corriendo y de manera rápida..

**Tío Chuchín: Estoy con usted Doña Juana... hay que salvar su pellejo...
¡Los demás que salgan como puedan!**

Tío Conejo : Un momento..... eso no está bien, debemos ser solidarios con nuestros amigos/as y familiares, no debemos correr, podemos tropezarnos con algo y golpear a otras personas, hay que ayudar a niños, niñas, ancianos y las personas que tengan algún impedimento físico.

DOÑA MARUCA: PREGUNTA AL PLENO:

¿Qué dicen ustedes niños, niñas y jovencitos?

¿Qué hay que hacer cuando sucede un temblor?

ESPACIO PARA QUE COMENTEN LOS NIÑOS, NIÑAS Y JOVENES...

Tío Conejo: Tienen ustedes toda la razón, son unos niños, niñas y jóvenes muy inteligentes.

Ya escucharon DOÑA JUANA Y TIO CHUCHIN hay que hacerle caso a los niños, a las niñas y a los jóvenes, ahora saben lo que hay que hacer cuando sucede un temblor.

SE TOMAN DE LA MANO TODOS Y DICEN :					
					
“ MUY BIEN MUCHACHITOS, SEAMOS FUERTES Y VALIENTES PARA SALIR ADELANTE Y RECONSTRUIR NUESTRO PAIS ”					
					

DOÑA JUANA - TIO CHUCHIN... Contestan: Sí, Tío Conejo

HASTA LUEGO...

HASTA LUEGO...

HASTA LUEGO.

Luego se lee la hoja de respuestas positivas y negativas

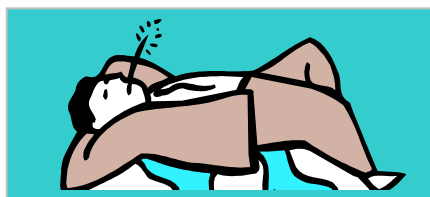
RESPUESTAS POSITIVAS

- Desalojar los espacios encerrados en forma tranquila
- No atropellar a los demás, ayudar a que salgan primero los niños y niñas, los/as ancianos/as, minusválidos/as y las mujeres.
- Buscar un lugar seguro, de preferencia fuera de las casas
- Apoyar a otros, dar afecto y entender su reacción
- Aprovisionarse de agua, alimentos y enseres básicos
- Dormir de preferencia en espacios abiertos o en tiendas de campaña
- Participar en actividades de la comunidad: reuniones, comités, reparto de víveres, ropas; etc.

RESPUESTAS NEGATIVAS

- Salir en forma rápida y sin control
- Quedarse parado o inmóvil.
- Gritar y atemorizar a otros/as
- Subir la segunda planta de las casas
- Protegerse en postes de energía eléctrica, paredes, paredones o cerca de quebradas.
- Aislarse, no colaborar con otras personas y negarse a la ayuda
- Amenazar a niños o burlarse de otras personas por su temor o reacciones ante el terremoto o genera temor o miedo en otros/as
- Promover rumores, alarmar a la gente, etc.

Guía de Relajación



Relajación- Concentración – Inducción negativa emocional racional

1. Las personas deben estar sentadas o acostadas. Si están sentadas deben tener una posición cómoda: asentada la espalda, la cabeza con apoyo en la parte posterior, las piernas abiertas en un ángulo de 15 grados y los pies aplomados.
2. El/la Facilitador/a plantea que las personas hagan 3 respiraciones semi-profundas, sosteniendo brevemente el aire en los pulmones (5 segundos) y luego dejen salir el aire muy despacio. A la tercera tiene que cerrar los ojos despacito
3. Indicaciones de concentrarse en la respiración, aflojar todos los músculos, dejar caer el cuerpo
4. Continuar relajando el cuerpo: aflojar el cuello, aflojar los brazos, aflojar el tronco, caderas, aflojar las piernas, aflojar todo el cuerpo.
5. AHORA: cuando vaya hablando ustedes traten de mantener la relajación y la concentración en su cuerpo, en lo agradable que se siente estar cómodamente relajado.

- | | |
|---|---|
| - Su cuerpo está muy relajado | (recuerden cómo ocurrió el terremoto) |
| - Es muy agradable estar tranquilo | (qué les afectó más en el terremoto) |
| - Es delicioso que el cuerpo se afloje | (qué reacciones sintieron durante el terremoto) |
| - Me siento bien estando relajado | (los temblores han seguido ocurriendo) |
| - Me siento muy bien | (hoy siento menos temor a los temblores) |
| - Es delicioso y agradable estar Tranquilo y relajado | (Ya controlo mis reacciones cuando tiembla) |
| - Me siento cómodo y alegre | (ya no me afectan los temblores) |
| - Me siento feliz de sentirme sano Y con mis amigos/as y familiares | (Estoy interesado en volver a mi vida normal) |
| - Hoy es uno de los días que me Siento feliz y con alegría de vivir | (quiero jugar con mis amigos/as) |

¡SOY LA PERSONA MÁS FELIZ Y TENGO CONFIANZA EN EL FUTURO¡

TÉCNICAS

DE EXPRESIÓN GRAFICA

DIBUJO LIBRE

- Es una técnica en la cual las personas expresan mediante símbolos, dibujos, gráficos, contenidos de lo que piensan sienten alrededor de algún fenómeno o situación
- Se puede aplicar de manera individual o colectiva
- La consigna puede variar según el motivo de lo que se quiere representar
- Puede concederse de 20 a 30 minutos para su ejecución
- Los materiales pueden ser: papel, lápices de colores, crayolas, pintura de dedo, acuarela, plumones, etc.
- El procedimiento a seguir es el siguiente:
 - Entrega de material
 - Consigna
 - Ejecución de la técnica
 - Exposición del producto por participantes
 - Valoración de participantes sobre lo que hicieron, sintieron, las dificultades, etc.

TRAZADO DE RAYAS

- Es una forma de expresión gráfica más proyectiva, en la que las personas hacen trazos con intensidad, formas y dirección según el criterio del/a participante
- También se da la consigna y el motivo subyacente que se quiere que se exprese a través del trazado.
- Se utilizan los mismos materiales del anterior
- El tiempo y procedimiento es similar
- Acá la diferencia consiste en que al momento de hacer los trazos el/la facilitador/a, provoca consignas adicionales que pretender incidir en el ánimo o que remueven motivos propios de la persona y que se supone se expresarán en los trazados.

COLLAGE

- **Es un medio de expresión gráfica de montaje, en el que se utilizan fotos, revistas, gráficas, material del medio, dibujos, etc. que representan situaciones problemáticas que vivencian los/as participantes**

TITERES

- **Es una técnica de montaje escénico en el que los personajes son manipulados desde una tarima, dándoles aparentemente vida propia, para representar y expresar situaciones interesantes para el público.**
- **Utilizan el chiste, la historia, leyendas, modismos, anécdotas, etc. para animar, divertir y educar.**

BIBLIOGRAFÍA

Evaluación Cumbre Mundial sobre Desarrollo Social 95-2000, Control Ciudadano. junio 2000.

PNUD, Programa de la Naciones Unidas para el Desarrollo, Informe sobre Desarrollo Humano, Pág.128, El Salvador 2001.

Informe Control Ciudadano 2001. Libro 5 Pág. 110.

Documento proyecto Madrid. Gobierno de El Salvador, Marzo 2001.

El Diario de Hoy, 3 de abril de 2001.

CIDEP, Boletín Ventana educativa, Edición 7, mayo 2001

CEPRODE, Extensión Cultural del Centro de Protección para Desastres, Boletín prevención de desastres # 29, año 7 diciembre 2000

Revista ECA, Enero- Febrero. 2001, Pág. 117. UCA

Revista ECA, Mayo- Junio 2001, Pág. 473. UCA

WWW. Angelfire.com/nt/terremotos

CO-LATINO, 13 de Marzo de 2001.

CEPRODE, Centro de protección para desastres .La gestión del riesgo. Una opción para reducir y enfrentar el impacto de los desastres.

Larios, María de Lourdes, Género y desastre. Una perspectiva en Reconstrucción, CEPRODE, 1999.

Manual para facilitadores de reconstrucción Psicosocial.(Borrador). Red venezolana de facilitadores de intervención en desastres.

UNICEF, Modelo de intervención en crisis para niños y niñas