

Incendios forestales: cómo acompañar emocionalmente a niños y adolescentes en contextos de emergencia

Desde Fonoinfancia, programa de asesoría psicológica no presencial de Fundación Integra, recalcan la importancia de que los adultos cuenten con espacios seguros para expresar sus propias emociones, ya que ello permite acompañar y contener de mejor manera a los menores y adolescentes.

TALCA. Durante los últimos días, el país ha sido nuevamente afectado por diversos focos de incendios forestales que han provocado un alto nivel de devastación en distintas zonas del centro sur. Esta compleja situación, que ha movilizado a comunidades, autoridades e instituciones para ir en apoyo de las familias, también ha generado inquietudes, temores y diversas emociones en niños y adolescentes, quienes requieren ser escuchados, validados y acompañados por las personas adultas a su cuidado.

En este sentido, desde el programa de asesoría psicológica no presencial especializada en crianza respetuosa, Fonoinfancia, recordaron que en este tipo de situaciones es clave el acompañamiento de madres, padres y/o las personas a cargo de su cuidado, como lo detalló la psicóloga, Carolina Díez Pastene. "En una emergencia, hay que entender que todo lo que a las niñas y niños les daba estabilidad, se ha visto alterado o podrían sentir que se ha visto alterado, por eso, es importante considerar que necesitan

adultas y adultos que los puedan contener", dijo. Asimismo, la profesional aseguró que los adultos deben generar espacios reales de escucha "las niñas y niños deben sentirse efectivamente escuchados. A veces pueden decir algo y uno sigue funcionando, no se tiene a mirarlo y escucharlo. Ellas y ellos deben sentir que hay un adulto que de verdad los está escuchando. Además, hay cosas que en ese acompañamiento no ayudan: evitar o negar lo que está pasando, minimizar lo que sucede, pedirle a las niñas o niños que 'estén tranquilos' o exponerlos a un exceso de imágenes".

PROTECCIÓN

La integrante de Fonoinfancia indicó que los adultos, buscando "proteger" a niñas y niños, podrían caer en situaciones que no permitirían un acompañamiento efectivo en emergencias. "Un error frecuente es pensar que las niñas y niños no se dan cuenta de lo que está pasando a su alrededor o no entregárselas información porque pensamos que les haremos daño.



El programa de asesoría psicológica no presencial especializada en crianza respetuosa, Fonoinfancia, opera de lunes a viernes de 8:30 a 19:00 horas.

En ese sentido, es clave expresar la información de manera clara, respetuosa y validando lo que pueden sentir. Si no quieren hablar en ese momento de lo que sienten, hay que transmitirles que siempre estaremos disponibles para escuchar", manifestó.

En el caso de los adolescentes, debido a la etapa del desarrollo en que están, es importante leer que el silencio o la postura de no querer conversar, no significa desinterés. Puede ser una forma de protección ante lo que sucede. Por ello, acá el llamado es acercarnos con respeto para resaltar que estaremos disponibles para conversar, sin perder de vista que las niñas y niños más pequeños se expresan de manera más visible. Por último, Carolina Díez Pastene recordó la relevancia del autocuidado. "Es importante que las adultas y adultos también tengan espacios de vaciamiento que les permita llorar o liberar tensiones, para así estar en mejores condiciones que permitan acompañar las distintas emociones de las niñas, niños y adolescentes, que son diversas dependiendo de su edad o sus etapas de desarrollo. Es importante que, como adultas y adultos, también podamos validar nuestras emociones".

CICLO SE INICIÓ EN YERBAS BUENAS

Vacaciones con magia, juegos y mucha alegría en Integra Región del Maule

Este año permitirá a niños de ocho establecimientos disfrutar de espacios educativos.

