

El regreso a la escuela después de COVID-19



Junio 2020

Public

Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial



Federación Internacional de Sociedades
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

El regreso a la escuela después de COVID-19

Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial de la Federación Internacional

c / o Cruz Roja Danesa

Blegdamsvej 27

2100 Copenhagen Ø

www.pscentre.org

psychosocial.centre@ifrc.org

Twitter: [@IFRC_PS_Centre](https://twitter.com/IFRC_PS_Centre)

Facebook: www.facebook.com/Psychosocial.Center

Editores: Despina Constandinides, Ea Suzanne Akasha

Foto de portada: Noemi Monu

Por favor comuníquese con el Centro de APS si desea traducir o adaptar cualquier parte de *El regreso a la escuela después de COVID-19*.

Cita sugerida: *El regreso a la escuela después de COVID-19*. Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial de la Federación Internacional, Copenhague, 2020.

El regreso a la escuela después de COVID-19 es una adaptación del *skole efter Corona* de la Cruz Roja Danesa. Nos gustaría agradecer a la Cruz Roja Danesa por su permiso para adaptar *I skole efter Corona*. Editora Lene Vendelbo, Anne Marie Thirup Christensen, consultora, Jon Skræntskov, ilustrador, y Tina Schembecker, diseñadora gráfica. *I skole efter Corona* cuenta con el apoyo de la Fundación Novo Nordisk.

El Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial de la Federación Internacional está localizado en la Cruz Roja Danesa.

Nos gustaría agradecer a la Cruz Roja Danesa y al Ministerio de Relaciones Exteriores de Dinamarca por su apoyo en la publicación de este documento.

Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial



Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja



MINISTRY OF
FOREIGN AFFAIRS
OF DENMARK
Danida

El regreso a la escuela después de COVID-19

Junio 2020

CONTENIDO

Introducción	5
Desarrollo de sesiones en escuelas, clubes, actividades deportivas y de ocio.....	5
Resultados de aprendizaje.....	5
Duración y adaptación.....	6
Grupo de edad de seis a nueve.	7
Introducción.....	7
¿Cómo has estado?.....	7
Buenas prácticas de salud.....	8
Escuela libre de virus	8
Nuestras reglas para mantener una escuela libre de virus.....	9
Ayudando a los demás.....	10
Héroes.....	11
Finalizando la sesión	11
Grupo de edad de diez a 14	13
Introducción.....	13
Bienvenidos	13
El impacto emocional de una crisis de salud	13
Un día en Coronalandia	15
Sé social y mantén la distancia física	16
Ayuda a los demás y sé un buen amigo	17
Finalizando la sesión	18
Grupo de edad de 15 y más	19
Introducción.....	19
¿Cómo has estado?.....	19
Identificando emociones y reacciones	19
Rutinas útiles	21
Aprendiendo y avanzando	21
Finalizando la sesión	22
Recursos	24

Introducción

Alrededor del mundo, los niños niñas y adolescentes han estado expuestos a desafíos y experiencias nunca antes conocidas. La pandemia de COVID-19 ha afectado la vida cotidiana de los niños, niñas y adolescentes, y muchos de ellos se quedaron encerrados en casa durante períodos de tiempo muy prolongados. Las escuelas cerraron abruptamente en algunos países, y algunos niños y niñas recibieron la educación en casa o asistieron a la escuela en línea, mientras que otros niños y niñas solo tuvieron acceso a una educación mínima durante el encierro.

Los niños, niñas y adolescentes como todas las personas, tuvieron que aprender a mantener la distancia física, lavarse las manos, usar desinfectante de manos y se aislaron socialmente de sus docentes, compañeros de clase y amigos. Para algunos, el tiempo fuera de la escuela ha sido agradable y es posible que hayan disfrutado la oportunidad de pasar más tiempo con sus cuidadores. Al mismo tiempo, es posible que hayan echado de menos a sus amigos y las opciones de jugar y salir a la calle. Para otros, el tiempo de encierro ha sido muy difícil ya que sus cuidadores podrían haber perdido su trabajo, propiedad, acceso a servicios o verse muy afectados psicológicamente. Se ha informado de un aumento de la violencia doméstica y el abuso infantil en todo el mundo. Algunos niños y niñas presenciaron que sus familiares estaban enfermos de coronavirus, perdieron a sus seres queridos y es posible que no hayan podido despedirse ni asistir al entierro o las ceremonias fúnebres.

Cada niño, niña o adolescente habrá experimentado la pandemia a su manera. Al dar la bienvenida a los niños, niñas y jóvenes a las escuelas, clubes u otras actividades, es importante tener en cuenta que habrán experimentado diferentes emociones y reacciones durante COVID-19. Por lo tanto, no se debe suponer que se hayan visto afectados de la misma manera. Las experiencias de un niño, niña o adolescente dependerán de su edad, comprensión, entorno social y contexto, y si el niño, niña o adolescente recibió apoyo estable y suficiente durante el encierro.

Las sesiones de esta guía facilitan la adaptación y el regreso a las escuelas, clubes, actividades deportivas y de ocio, y ayudarán a los niños y niñas a reflexionar sobre sus experiencias de la pandemia y las habilidades adquiridas a través de estas experiencias. Las sesiones están diseñadas para adaptarse a diferentes grupos de edad y existe la opción de realizar sesiones completas o adaptarlas al contexto.

Desarrollo de sesiones en colegios, clubes, actividades deportivas y de ocio

Los materiales se pueden usar en las escuelas que reabren nuevamente y dan la bienvenida a los niños, niñas y adolescentes. Las sesiones también pueden ser una forma de facilitar el camino de regreso a cualquier tipo de entorno de aprendizaje social. De este modo se pueden adaptar y realizar actividades en clubes deportivos, clubes sociales, todo tipo de actividades de ocio o reuniones de grupo en un centro comunitario.

Al utilizar los materiales, intercambie las palabras profesor y clase por lo que sea adecuado en el contexto en el que se llevan a cabo las sesiones o actividades. Las sesiones pueden ser facilitadas por un profesor, entrenador, formador o por personal o voluntarios de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja. Si los utiliza el personal o voluntarios de la Cruz Roja y la Media Luna Roja, deben estar familiarizados con las Normas Mínimas para la Protección de la Infancia en la Acción Humanitaria de la Alianza para la Protección de la Infancia en la Acción Humanitaria y la Política de Protección contra la Explotación y los Abusos Sexuales (PEAS) de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja ¹.

Resultados de aprendizaje

Los grupos de edad y los resultados de aprendizaje que se mencionan a continuación son indicativos, ya que, los niños, niñas y adolescentes, su desarrollo, capacidad, entorno y pedagogía utilizada en un entorno determinado serán diferentes.

Al final de las sesiones, se espera que los niños y niñas:

Grupo de edad de seis a nueve:

- Puedan reflexionar sobre sus experiencias durante COVID-19
- Aprendan comportamientos saludables y cómo protegerse del virus en la escuela, clubes o en casa
- Crean reglas para el comportamiento social
- Adquieran conocimientos sobre cómo ayudar a alguien que necesita apoyo

Grupo de edad de diez a 14:

- Puedan reflexionar sobre sus desafíos y lo que aprendieron durante COVID-19
- Conozcan las reacciones emocionales ante una crisis de salud
- Sean capaces de identificar sus propias reacciones emocionales
- Conozcan la utilidad de tener buenos hábitos
- Puedan ofrecer apoyo emocional

Grupo de edad de 15 y más:

- Puedan reflexionar sobre sus desafíos y lecciones aprendidas durante COVID-19
- Sean capaces de identificar sus reacciones emocionales.
- Adquieran conocimientos sobre cómo estar bien manteniendo rutinas y hábitos
- Aprendan nuevos comportamientos saludables en la escuela

Duración y adaptación

Cada sesión dura aproximadamente 90 minutos o se puede dividir en sesiones más pequeñas. Cualquiera de los ejercicios se puede adaptar y utilizar según las necesidades y contextos.

Grupo de edad de seis a nueve

Duración: El tiempo total de la sesión es de 90 minutos. La sesión se puede dividir en varias sesiones dependiendo del tiempo disponible y el contexto.

Materiales: Papel de rotafolio y colores, impresiones en color del póster Sé un buen amigo, bolígrafos o lápices, papelitos pequeños y Eres un héroe, tarjetas de felicitación hechas a mano.

Introducción

La conversación inicial es para que el/la docente evalúe lo que los niños y las niñas saben sobre la pandemia. Esto permitirá al docente corregir cualquier concepto erróneo sobre el coronavirus. Por tanto, antes de la sesión se recomienda que el profesor acceda a la página web de la OMS Cazadores de mitos o su equivalente nacional para obtener información correcta y actualizada. El/la docente también obtiene una idea de cómo se ha visto afectada la vida diaria de los niños y niñas y si alguien en la clase ha experimentado el virus de cerca. Finalmente, la conversación inicial también incluye los temas de bondad y conductas de ayuda y qué experiencia han tenido los niños, niñas al ayudar a otros.

¿Cómo has estado?

El/la docente podría comenzar la sesión diciendo lo siguiente: *La sesión de hoy es para darles la bienvenida a la escuela después de la pandemia de coronavirus. Las últimas semanas o meses han sido diferentes a cómo solían ser nuestras vidas. De hecho, ha sido un momento como nada que hayamos experimentado antes.*

Hemos pasado por un encierro. Necesitábamos distanciarnos físicamente de los demás, incluso de las personas que amamos, y dejamos de ir a la escuela. Es perfectamente normal y natural si algunos de ustedes lo encontraron muy difícil y también si algunos se divierten mucho durante este tiempo.

Es importante pensar en nuestras experiencias con la COVID-19 y conocer los cambios que tenemos que hacer en nuestras rutinas diarias y en la forma en que interactuamos en la escuela.

Inicie una conversación en el grupo donde diferentes niños, niñas puedan responder las preguntas. Asegúrese de que todos tengan la oportunidad de ser escuchados durante esta conversación, para tener una idea completa de cómo les ha ido a los niños, niñas. Esto ayudará al docente a determinar si un alumno necesita más apoyo.

Primero, déjame escuchar cómo te ha ido desde que estuvimos juntos hace un tiempo:

- ¿Qué es una pandemia?
- ¿Quién me puede decir por qué se cerraron las escuelas?
- ¿Cuánto tiempo estuvieron cerradas las escuelas?
- ¿Qué han estado haciendo mientras no estaban en la escuela?
- ¿En qué se diferenciaron los días durante el encierro/cuarentena de los días previos al encierro/cuarentena?
- ¿Alguien que conoces se ha infectado con el coronavirus?

Buenas prácticas de salud

Muchas cosas fueron diferentes durante el encierro/la cuarentena. Te preguntaré ¿qué me puedes contar

sobre lo que tenías que hacer para mantenerte sano y no infectarte con el virus?

Recolecte las respuestas de los niños y las niñas asegurándose que mencionen los siguientes puntos importantes:

- Mantener la distancia física de los demás, excepto de los familiares cercanos.
- Lavarse las manos durante 20 segundos con frecuencia o usar un desinfectante de manos
- No tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sucias
- Usar una mascarilla, si corresponde en el contexto
- Mantener un medio ambiente limpio
- Comer bien

Termine la lista haciendo un ejercicio:

Hagamos un ejercicio para averiguar cuánto tiempo son 20 segundos. Por favor, levántense y cierren los ojos. (Otra opción es que permanezcan sentados y levanten la mano). Diré "comiencen", y cuando pasen 20 segundos, se sientan (o bajan la mano).

¡Comiencen!

- ¿Cómo te enteraste cuando habían pasado 20 segundos?
- ¿Qué haces para lavarte las manos durante 20 segundos?
- ¿Cuándo deberías lavarte las manos? (Asegúrese de mencionar lo siguiente: antes de tocarse los ojos, la nariz o la boca, comer o tocar alimentos y después de estornudar o toser, ir al baño y tocar o jugar con un animal).
- ¿Alguien puede mostrarme cómo lavarme las manos correctamente? ²

Escuela libre de virus

Material: Rotafolio o papel tamaño carta, crayones o marcadores

Divida a los niños y niñas en grupos de tres o cuatro. Pídales que imaginen que la escuela es su castillo y quieren protegerlo de un virus. ¿Cómo sería un castillo/escuela protegida? Indique a los grupos que dibujen cualquier cosa que simbolice una escuela libre de virus.

Cuando los grupos hayan terminado de dibujar, pídale que hablen de ello. Pídale a uno de los grupos que presenten su dibujo y pregunte si otros grupos tienen algo que agregar que aún no se haya mencionado. Hable con la clase sobre qué deben hacer de manera diferente a partir de ahora, en comparación con antes, para mantener una escuela libre de enfermedades.

Algunas ideas pueden ser:

- Limpiar la escuela estableciendo comités de salud rotativos responsables de mantener limpias el aula y el patio de recreo.
- Designar "inspectores" rotativos que sean responsables de recordar a sus amigos que se laven las manos según las reglas de la escuela
- Abrir las ventanas del aula con frecuencia para que el aire fresco fluya
- Salir del salón de clases para el recreo.

Use este ejercicio para discutir las reglas y regulaciones que las autoridades de salud y la escuela han implementado. Algunas autoridades cambiaron los horarios para evitar que muchos

tuvieran el recreo al mismo tiempo, otras han decidido que los niños y niñas usen máscaras en la escuela. Sabiendo que otras regiones o países tienen otras reglas, los niños y las niñas pueden mencionar esto y, de ser así, explicar que la situación es diferente de un lugar a otro, de un país a otro y que es importante seguir las reglas establecidas por las autoridades locales o nacionales. El facilitador puede preguntar si alguien en la clase tiene familiares o amigos que viven en otros países y cuáles son las situaciones actuales en otros lugares, para promover la comprensión de cómo se propaga y se desarrolla una pandemia.

Termine informando a la clase que, al tomar medidas para prevenir la propagación del virus, ayudan a proteger a aquellos que necesitan protección, por lo que seguir las reglas y regulaciones son actos de ayuda a los demás.

Nuestras reglas para mantener una escuela libre de virus

Material: Rotafolio o papel tamaño carta, crayones o marcadores

Cuente la siguiente historia para desarrollar más los consejos clave para evitar la propagación de un virus en clase:

Adam tiene ocho años. Se despertó por la mañana y se preparó para ir a la escuela. El día comenzaba como cualquier otro día, y cuando caminaba hacia la escuela tenía ganas de ver a sus amigos. Sin embargo, de camino a la escuela, comenzó a sentirse un poco enfermo con dolor de cabeza y tos. Cuando Adam llegó a su salón de clases, se encontró a Dana, a quien no había visto durante algún tiempo. Se acercó a saludarla, pero al mismo tiempo empezó a estornudar y toser.

Haga las siguientes preguntas.

- ¿Qué debería hacer Adam ahora?

Asegúrese de que se mencione lo siguiente:

- Adam debe estornudar o toser en un pañuelo de papel o cubrirse la boca y la nariz con el codo
- Si usa un pañuelo, tiene que tirarlo a la basura
- No debe acercarse, ni darle la mano a Dana
- Debe lavarse las manos o usar desinfectante para manos
- Debe mantener la distancia física con los demás
- Debe explicarle al docente que no se siente bien y preguntarle qué debe hacer.

¿Qué debería hacer Dana?

Asegúrese de que se mencione lo siguiente:

- Dana no debe estrechar la mano ni tocar a Adam de ninguna manera
- Ella debe mantener una distancia física de él
- Siendo útil, Dana puede preguntarle si necesita algo, es decir, agua, pañuelos, etc.

Termine explicando que este es un muy buen consejo que todos en la clase deben seguir. No solo previene la propagación del coronavirus, sino que también evita que otros virus se propaguen en la escuela.

Recuerde los principales consejos que todos deben seguir, anótelos en un papel grande y cuélguelos en la pared. Los niños y niñas también pueden anotar individualmente las reglas de la clase en sus cuadernos, ya que esto puede ayudar a sus habilidades motoras y de memoria.

Ayudando a las demás personas

Material: Póster impreso en tamaño A3 preferiblemente en colores, bolígrafos o lápices

Presente el siguiente ejercicio: *Ahora hablaremos sobre lo que salió bien durante COVID-19. Aunque muchos estaban luchando durante este tiempo, por diferentes razones, es posible que también hayan estado ayudando a otros o recibiendo ayuda para ellos mismos. Cuando los tiempos son difíciles o nos encontramos en dificultades, todos necesitamos la ayuda de los demás. Durante este tiempo encerrados, muchos, incluidos los niños y las niñas mostraron bondad y ayudaron a los demás de diferentes maneras.*

- ¿Conoce a alguien que ayudó a otros durante la epidemia?
- ¿Tú o alguien de su familia o amigos ayudó a otros?
- ¿Has visto ejemplos de iniciativas de ayuda en la televisión o las redes sociales?

Comparta algunos ejemplos de conductas o iniciativas de ayuda para animar a la clase a hablar y compartir sus propios ejemplos. Asegúrese de dar ejemplos de iniciativas de familias, vecinos y la comunidad local.

- Miembros de familia ayudaron a sus vecinos
- Los niños, las niñas ayudaron a sus padres con las tareas diarias.
- Algunos adultos mayores y aquellos en cuarentena que vivían solos necesitaban ayuda para comprar alimentos y obtener sus medicamentos. Los jóvenes voluntarios les ayudaron a conseguir lo que necesitaban.
- Algunos perdieron sus trabajos y no tenían suficiente dinero para cubrir sus necesidades básicas. En todo el mundo, hubo iniciativas comunitarias para recolectar donaciones para ayudarlos.
- Los músicos publicaron canciones gratis para que cualquiera las escuchara
- Los museos y bibliotecas ofrecieron acceso gratuito al público a sus colecciones virtuales.

Después de compartir los ejemplos, se puede pedir a los niños y a las niñas que se emparejen e intercambien historias sobre cómo ayudaron a otros. Preguntar:

- ¿Qué hiciste para ser amable y ayudar a los demás?

Si los niños y las niñas necesitan apoyo, haga preguntas como:

- ¿Alguno de ustedes llamó a sus abuelos u otros miembros de la familia?
- ¿Hiciste mandados?
- ¿Alguien ayudó en la cocina, sacó la basura o ayudó a poner la mesa?
- ¿Jugaste con tus hermanos, aunque querías pasar tiempo a solas?
- ¿Alguien puede decirme cómo se siente ser amable o ayudar a los demás?

Concluya la conversación diciendo: *Ser amable nos hace sentir bien por dentro e incluso puede hacernos sentir felices. También es saludable para el cuerpo y nos ayuda a sentirnos mejor y estar más tranquilos si estamos molestos.*

Escuche la siguiente historia y cuénteme más sobre la bondad.

Dana estaba en casa y se sentía triste porque perdió su juguete favorito. Su viejo vecino llamó a la madre de Dana y le preguntó si podía venir y ayudar a preparar las verduras para la cena. Dana estaba tan triste que no quiso ir donde el vecino para ayudar. Sin embargo, su madre la animó a que fuera a ayudar. De mala gana, Dana fue a preparar las verduras. El vecino estaba muy agradecido y al ver su gratitud, el estado de ánimo de Dana cambió, ella también se sintió feliz, por lo que ya no le importaba su juguete perdido.

- ¿Por qué crees que el estado de ánimo de Dana cambió tanto cuando ayudó a su vecino?
- ¿Alguna vez ha sentido que se siente bien ser amable y ayudar a los demás?

Ser amable con los demás puede ayudarnos a sentirnos mejor, sobre todo cuando estamos tristes. Nos hace más felices ser amables con los demás. Ahora imagina que un amigo/a no se siente bien un día en clase. Piensa en alguna de las formas en que puedes mostrar bondad y ayudar a tu amigo que no se siente bien. Piensa en lo que puedes decir y hacer para demostrarle a tu amigo que te preocupas y que lo quieres ayudar.

Enséñale el póster Sea un buen amigo para la clase. Lea el texto si hay niños o niñas en clase que no leen bien y continúe: *Tengo este póster con algunos consejos sobre cómo ser un buen amigo.*

- ¿Qué opinas de los consejos del póster?
- ¿Quieres agregarle algo?

Agregue cualquier buen consejo de la clase al póster.

Héroes/Heroínas

Materiales: Bolígrafos o lápices, pequeños papeles de notas y tarjetas de felicitación hechas a mano, con *Mi héroe/heroína eres tú* escrito en un lado y el otro en blanco. Las tarjetas se pueden preparar con anticipación o con la clase.

Presente el ejercicio: *Los niños y las niñas que ayudan a otros y hacen actos de bondad son héroes. Necesitamos héroes en nuestras vidas que nos ayuden en el camino. Ahora les compartiré papel para notas a todos. Por favor escriban GRACIAS en una pequeña hoja de papel. En la misma nota, escriban el nombre de alguien de la clase que haya sido amable con ustedes.*

Permita que la clase tenga tiempo para pensar y escribir los nombres de sus compañeros de clase.

Recogeré las notas de agradecimiento y descubriré quiénes son los héroes/las heroínas de este grupo.

Al recolectar las notas, observe qué niños o niñas tenían muchas notas de agradecimiento. Escriba los nombres en el reverso de las tarjetas *Mi héroe/heroína eres tú*. La clase también puede firmar sus nombres en la tarjeta o decorarla con pequeños dibujos. Otras opciones son crear tarjetas para toda la clase o pedirles a los niños y las niñas que se mantengan separados y que cada niño y niña le dé al siguiente niño/a del círculo un cumplido de héroe/heroína por algo que hacen: *Eres un/a héroe/heroína como siempre...*

Repita la tarjeta de felicitación de forma regular. Pida a los niños y las niñas que escriban dos o tres notas de agradecimiento y pídale que se las entreguen a los demás en el grupo cuando sean amables con ellos, y al final de cada mes, reúna las notas para averiguar quién es el Héroe/heroína de la Bondad del mes y entréguele la tarjeta de felicitación con su nombre escrito en ella.

Finalizando la sesión

Pregunte sobre las principales cosas que aprendieron durante la sesión.

- ¿Cómo podemos tener una escuela libre de enfermedades?
- ¿Por qué es bueno ayudar a los demás?
- ¿Cómo podemos ayudarnos los unos a los otros en clase?
- ¿Quién puede dar ejemplos de cómo?

Termine la sesión cantando una canción grupal o aplaudiendo a todos en la clase por ser activos en la sesión.

SOLO PREGUNTA

1.

Pregunta
¿cómo está
tu amigo?

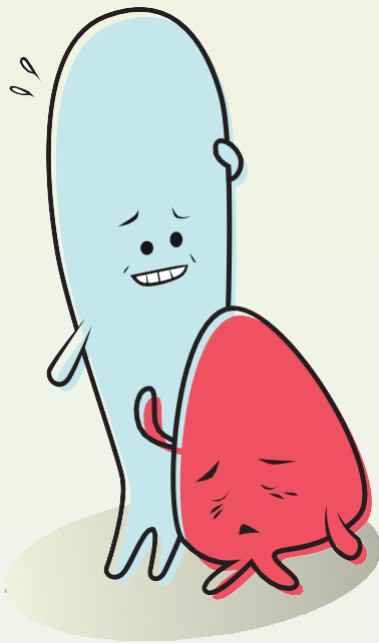


SÉ UN BUEN AMIGO

2.

Está bien decir que no

Si tu amigo no quiere hablar, está bien. Tu amigo sabe que lo escucharás más tarde.



NO TEMAS A LAS LÁGRIMAS

No tengas miedo si tu amigo llora. Está bien llorar. Todos hacemos eso, los adultos también lloran.

3.

No hacer

CONSEJO DE LA CLASE

4

DILE A UN ADULTO

Si tu amigo está molesto, dile a un adulto



5.

Grupo de edad de diez a 14

Duración: El tiempo total de la sesión es de 90 minutos. La sesión se puede dividir en varias sesiones dependiendo del tiempo disponible y el contexto.

Materiales: Pequeños trozos de papel, tijeras, cinta adhesiva, colores y papeles. El póster: El impacto psicológico de la crisis de salud pública impreso para cada alumno preferentemente en colores, y el póster: Un buen amigo impreso en A3, preferentemente en colores.

Introducción

La discusión inicial es para que el/la docente evalúe cómo les ha ido a los estudiantes durante el encierro. El/la docente también obtendrá información sobre cómo se ha visto afectada la vida diaria y si alguien en la clase ha experimentado el virus de cerca. Puede que quede claro quién lo ha pasado bien y plazeramente y quién lo ha pasado mal. Esto ayudará al docente a identificar cualquier persona que necesite atención especial, apoyo adicional o ser referido a otros servicios. Finalmente, las conversaciones iniciales también traerán los temas de generosidad y comportamientos de ayuda y qué experiencias han tenido los miembros de la clase al ayudar a otros. En caso de que los estudiantes vivan situaciones en las que haya circulado información incorrecta sobre el coronavirus, haga preguntas sobre rumores y donde los estudiantes accedieron a información precisa.

Bienvenidos de regreso

Pida a la clase que se sienten en círculo durante la sesión. Comience la sesión diciendo: La sesión de hoy es para darles la bienvenida a la escuela después del encierro/cuarentena. Conversaremos sobre cómo el encierro ha afectado sus vidas ya que todos hemos estado fuera de las instalaciones de la escuela durante mucho tiempo. Las últimas semanas o meses han sido diferentes a como solían ser nuestras vidas y nunca antes habíamos experimentado algo así. Estábamos encerrados, teníamos que mantener la distancia física con los demás, incluso con las personas que amamos, y necesitábamos encontrar nuevas formas de estar socialmente cerca. También tuvimos que aprender a aprender de forma remota. Es normal y natural si a veces fue difícil y en otras ocasiones fue agradable o incluso divertido. Es importante pensar en lo que vivimos durante la COV-ID-19, para establecer nuevas rutinas y también hablar sobre la forma en que ahora tendremos que interactuar en la escuela.

Haga las siguientes preguntas:

- ¿Qué has estado haciendo durante el encierro/cuarentena?
- ¿Qué es lo que más extrañaste de estar fuera de la escuela?
- ¿Qué es lo que más disfrutaste de no ir a la escuela?
- ¿Has estado enfermo/a?
- ¿Alguien de tu familia, personas que amas o alguien que conoces se enfermó?
- ¿Alguien de tu familia ha estado cuidando a alguien que tenía el virus?
- ¿Tú o tus padres han ayudado a otras personas y, en caso afirmativo, cómo?

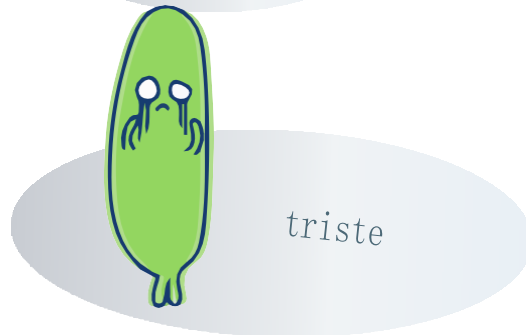
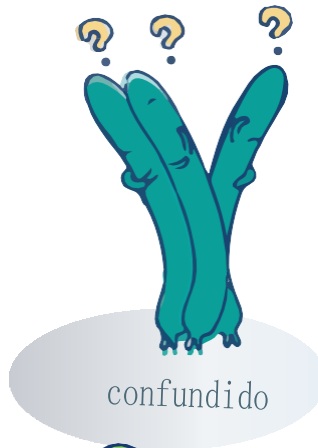
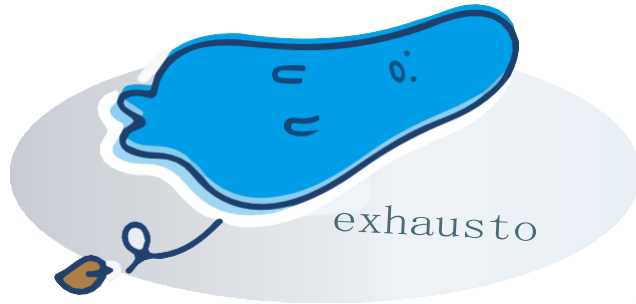
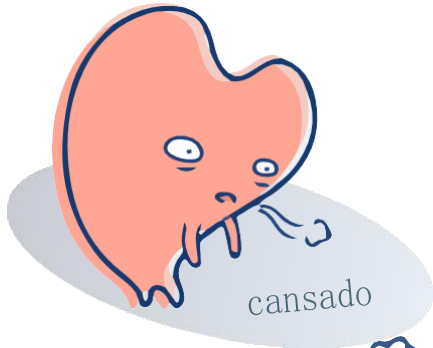
Resuma lo que se ha dicho de manera que se asegure que todos los estudiantes se sientan escuchados y comprendidos.

El impacto emocional de una crisis de salud

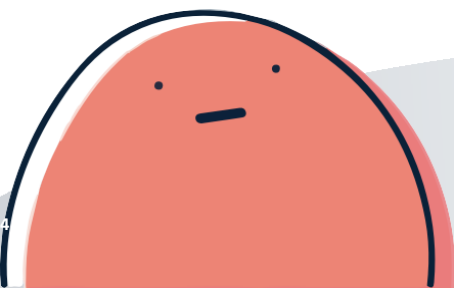
Materiales: pequeños trozos de papel, tijeras, copia de *El impacto psicológico de una crisis de salud* para cada estudiante y cinta adhesiva.

Distribuya el póster y diga: *Reflexionemos sobre cómo nos afectó la pandemia de coronavirus. Es una gran crisis de salud y, como tal, también tiene un impacto en nuestra vida social y emocional. Todos hemos tenido diferentes experiencias durante la pandemia, así que pensemos y hablemos sobre las diferentes*

EL IMPACTO PSICOLÓGICO DE UNA CRISIS DE SALUD



¿Cómo te has sentido?



formas en que nos hemos sentido y reaccionado durante este tiempo. Le pediré que elijan la figura del póster que mejor describa cómo se sintieron en ocasiones durante el encierro. Piensen por un momento y recorten la figura cuando sepan qué figura desean elegir. Si no pueden encontrar una figura que represente la emoción correcta, pueden escribirla en un post-it o hacer un dibujo que muestre el sentimiento.

Como alternativa, muestre el póster a la clase y pida a los estudiantes que dibujen una figura emocional de su elección. Si lo hace, recuerde a la clase que no es un concurso de dibujo, por lo que pueden dibujar la figura de la forma que quieran.

Nomine a dos estudiantes para agrupar figuras similares, mientras se asegura de que mantengan la distancia física durante la tarea. Pueden pedir apoyo a sus compañeros de clase sobre la agrupación, en caso de que lo necesiten.

Luego, mire las figuras en la pared y resuma lo que nota. Puede resultar evidente qué emociones fueron las más y las menos prevalentes, si muchos tuvieron emociones similares o si alguna de las emociones no fue experimentada por nadie, etc.

Mencione que todos los sentimientos están bien, que no hay sentimientos correctos o incorrectos y que existen diferencias individuales en la forma en que reaccionamos como seres humanos. Asegúrese de que un estudiante que haya elegido, por ejemplo, una emoción menos prevalente, no se sienta juzgado o criticado de ninguna manera.

Si el tiempo lo permite, es una opción conversar con la clase si las emociones experimentadas cambiaron con el tiempo. Si alguna de las emociones se sintió más al comienzo de la pandemia, otras emociones más durante y, si nuevamente otras ahora que el encierro terminó. Analice cómo y por qué las emociones cambian con el tiempo.

Inicie una conversación con la clase sobre por qué es bueno identificar qué emociones estamos sintiendo. Mencione cómo saber lo que sucede en su interior y poder nombrar una emoción, hace que la persona se sienta más tranquila y que se vuelve más fácil saber qué hacer y cómo actuar.

Termine el ejercicio diciendo: Cuando vivimos circunstancias desafiantes y estresantes, es normal y natural tener una variedad de emociones desagradables. Situaciones desafiantes y estresantes podrían ser tener que aprobar un examen difícil, cambiar de escuela, estar separado de los miembros de la familia. En el caso que hemos estado discutiendo, fue una crisis de salud, algo totalmente inesperado y fuera de lo común, concretamente la pandemia de coronavirus. Por lo general, los sentimientos difíciles relacionados con un evento disminuirán y desaparecerán cuando el evento termine. Si los sentimientos son demasiado grandes para manejarlos o no desaparecen después de un tiempo cuando la pandemia haya terminado, debemos pedir la ayuda de un adulto o alguien en quien se pueda confiar.

Un día en Coronalandia

Materiales: colores y papeles

Divida la clase en grupos de cuatro a cinco. Deles la tarea de discutir cómo era un buen día típico encerrados durante el coronavirus. Luego distribuya papel y colores y pida a los grupos que hagan un dibujo de un día en Coronalandia.

- Pida a los grupos que expliquen sus dibujos al resto de la clase respondiendo a la pregunta: *¿Qué hizo que el buen día en Coronalandia fuera bueno?*

Después de cada presentación, los y las estudiantes de otros grupos pueden hacer preguntas o comentar si tuvieron días similares en Coronalandia.

Luego, pida a la clase que se una al círculo e inicie una conversación plenaria haciendo preguntas sobre los días en Coronalandia y cuáles fueron los buenos resultados del tiempo en Coronalandia. Asegúrese de responder a cada pregunta antes de pasar a la siguiente.

- *¿Qué se necesita para que un día sea un buen día?*

Asegúrese de que se mencione lo siguiente, p. ej. tener una rutina, despertarse, comer y dormir a una hora determinada, pasear, jugar con los hermanos, etc.

- *¿Has hecho cosas que te gusten que no hacías antes de la pandemia de coronavirus?*
- *¿Hay algo que comenzaste a hacer en tus días en Coronalandia, que quieras seguir haciendo ahora que la vida cotidiana está volviendo a la normalidad?*

Sé social y mantén la distancia física

Materiales: ninguno

Pídale al grupo que se levante y se relacione manteniendo una distancia. Deben caminar por el aula o en un área exterior en silencio. Pida a la clase que se asegure de mantener la distancia adecuada con sus compañeros de clase cuando caminen. Dé las siguientes instrucciones:

- *Cuando pases a un compañero de clase, dile hola y sigue caminando.*
- *Cuando tengas contacto visual con otra persona, dile hola y sigue caminando.*
- *Cuando hagas contacto visual, di hola, mueve el hombro derecho hacia arriba y hacia abajo y sigue caminando.*
- *Saluda a la próxima persona con la que tengas contacto visual y tócala suavemente codo con codo. Continúa saludando a un par de compañeros de esta manera.*
- *Saluda a la próxima persona con la que tengas contacto visual tocándose los pies. Sigue saludando a un par de compañeros de esta manera.*
- *Saluda al próximo compañero y aplaude suavemente. Sigue saludando a un par de compañeros más así.*
- *Saluda en voz alta a la próxima persona que te encuentres y aplaude duro. Sigue saludando un par de compañeros de la misma manera.*

Pregunte a la clase qué han aprendido de este ejercicio. Después de un par de respuestas, explique:

Durante la pandemia del coronavirus, así como cuando las personas están enfermas de gripe o virus similares, se nos aconseja a todos que mantengamos una distancia física entre nosotros. El ejercicio es un ejemplo de cómo debemos encontrar formas creativas de saludarnos sin tocarnos. Conversemos sobre cómo mantener una escuela libre de enfermedades, qué debemos ajustar y cómo debemos comportarnos para protegernos de cualquier enfermedad en el futuro.

Algunas ideas:

- Limpie la escuela estableciendo comités de salud rotativos que sean responsables de mantener limpias el aula y el patio de recreo.
- Designe "inspectores" rotativos que sean responsables de recordar a sus compañeros que se laven las manos según las reglas de la escuela.
- Abra las ventanas del aula con frecuencia para que el aire fresco fluya
- Salga del aula para el recreo
- Descubra formas inteligentes de saber la distancia correcta que los niños las niñas y adolescentes deben mantener de los demás
- Encuentre formas agradables de recordarles a los niños, niñas y adolescentes que se apeguen a las reglas.

Realice una ronda de intercambio de ideas para juegos sociales y actividades que se puedan jugar o realizar, por ejemplo, durante el recreo, manteniendo la distancia física. Reúna una colección de ideas para actividades adentro y al aire libre.

Ayuda a los demás y sé un buen amigo

Materiales: Póster *Cómo ser un buen amigo*, impreso en A3 y preferiblemente a colores. Escriba las preguntas en la pizarra o en un rotafolio antes de la sesión.

Es una opción utilizar el ejercicio para discutir las reglas y regulaciones que las autoridades de salud y la escuela han implementado. Algunas autoridades cambiaron los horarios para evitar que muchos tuvieran el recreo al mismo tiempo, otras han decidido que los y las estudiantes usen máscaras en la escuela. Enfátice que es importante seguir las reglas establecidas por las autoridades locales o nacionales. Al hacerlo, es un acto de generosidad hacia aquellos que necesitan protegerse del virus, por lo que seguir las reglas y regulaciones es una forma de ayudar a los demás.

Comience dando la siguiente introducción: *Ahora queremos hablar sobre lo que salió bien durante la pandemia COVID-19. Diferentes personas han estado luchando durante este tiempo por diferentes razones. ¿Puedo pedirles a algunos de ustedes que den algunos ejemplos de las dificultades que algunos pudieron haber tenido durante el encierro?*

- Después de algunas respuestas, continúe: *Gracias, como mencionaron, muchos necesitaban ayuda de otros para enfrentar sus dificultades, como (nombre algunas de los que se mencionan), y muchos, incluidos niños, niñas y adolescentes, mostraron amabilidad y ayudaron de diferentes maneras.*

Divida la clase en grupos más pequeños y pida a los grupos que discutan las siguientes preguntas:

- Comparta ejemplos de cómo alguien que conoce mostró generosidad y ayudó a otras personas durante el encierro.
- ¿Qué hicieron?
- ¿Ayudó usted mismo a las otras personas?
- ¿Qué hiciste? ¿Lo hiciste por tu cuenta o estabas ayudando junto con otras personas?
- ¿Qué ejemplos ha escuchado o visto en la televisión o redes sociales de personas que ayudaron a otras personas?

Cuando los grupos hayan terminado con su discusión, pida a cada grupo que comparta algún ejemplo de amabilidad y acciones útiles.

Cuando los grupos hayan compartido sus ejemplos, pregunte:

- *Piensen en una ocasión en que ayudaron a otros. ¿Cómo se siente ayudar a las demás personas?*
- *¿Qué podemos aprender de esta experiencia y seguir ayudando a otros en el futuro?*
- *¿Quién puede dar ejemplos de cómo?*

Es posible que a la clase le resulte difícil responder la última pregunta y, de ser así, vaya directamente a presentar el póster y hable sobre cómo ayudar a los demás cuando atraviesan un momento difícil o cuando están molestos. Pregunte a la clase:

- *¿Qué opinas del consejo?*
- *¿Necesitas agregar algo al póster que sea un buen consejo?*

Agregue al póster los puntos clave que menciona la clase.

Finalizando la sesión

Pregunte qué aprendió la clase durante la sesión. Cuáles son las cosas más importantes que le contarían sus familias sobre la sesión. Finalice la sesión cantando una canción en grupo o aplaudiendo para ellos y sus compañeros de clase por ser participantes activos en la sesión.

1. SOLO PREGUNTA

Incluso si tu amigo se ve absolutamente bien, no significa que se sienta bien. Pregúntale cómo le está yendo.



2. ACEPTA UN NO POR RESPUESTA

Si tu amigo no quiere hablar, está bien. Siempre es bueno mostrarle a tu amigo que estás interesado en cómo se siente. Si tu amigo desea hablar más tarde, sabe que lo escucharás.



3.

NO DEJES QUE LAS LÁGRIMAS TE ASUSTEN

Si tu amigo va a llorar, no tengas miedo. Es humano llorar; todos lloramos, los adultos también ...

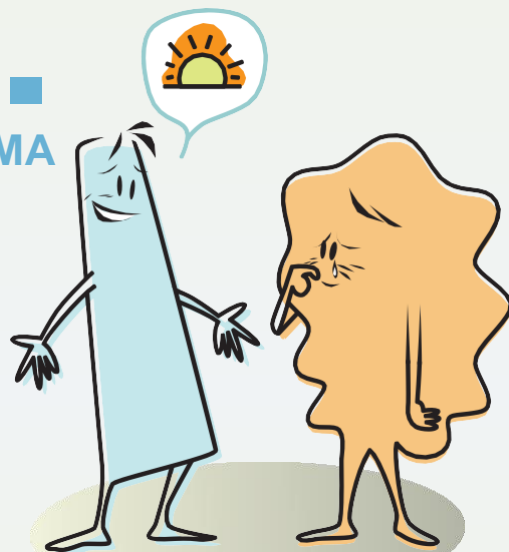


SÉ UN BUEN AMIGO

4.

EVITA EL DRAMA

Si estás hablando de emociones difíciles que siente tu amigo, recuerda terminar la conversación de buena manera, es decir, algo bueno que hizo para superar esas emociones. Si solo hablas del drama, será difícil para tu amigo seguir adelante.



5.

HABLA CON UNA PERSONA ADULTA

Cuando hables con un amigo que esté molesto y sientas que necesita más ayuda o protección, consulta con un adulto de confianza o habla con un docente.



6.

CONSEJO DE LA CLASE

Grupo de edad de 15 y más

Duración: El tiempo total de la sesión es de 90 minutos. La sesión se puede dividir en varias sesiones dependiendo del tiempo disponible y el contexto.

Materiales: notas adhesivas, bolígrafos, papel de rotafolio o una pizarra, hoja de trabajo, bolígrafo o lápices.

Introducción

La conversación inicial es para que el/la docente evalúe cómo les ha ido a los estudiantes. El/la docente obtiene una idea de cómo se vio afectado el día a día del estudiante y si alguien en la clase ha experimentado el virus de cerca. Es posible medir la comprensión del estudiante de las decisiones de restricciones tomadas durante el virus. Finalmente, la conversación inicial también incluye los temas de generosidad y conductas de ayuda y qué experiencia han tenido los y las estudiantes al ayudar a las demás personas

¿Cómo has estado?

Pida a los y las participantes que se sienten en círculo durante la sesión. Presente la sesión diciendo lo siguiente: *La sesión de hoy les da la bienvenida de regreso a la escuela. Las últimas semanas o meses han sido diferentes y nada parecido a lo que hemos experimentado antes. Tuvimos que pasar por un encierro que duró xx semanas. El tiempo fuera de la escuela nos ha impactado de muchas maneras: necesitábamos mantenernos físicamente alejados de los demás, de las personas que amamos, y dejamos de ir a la escuela. También tuvimos que aprender a aprender de nuevas formas que fueron fáciles para algunos y más desafiantes para otros.*

Es perfectamente normal y natural en estas circunstancias sentirse frustrado y estresado o preocupado por no aprender lo suficiente. También es normal que tal vez se hayan divertido y que algunos incluso hayan disfrutado de un tiempo fuera de la escuela. Durante la sesión de hoy, veremos las reacciones de estrés que muchos pueden haber tenido durante el encierro y cómo estas reacciones pueden cambiar ahora que el encierro ha terminado. Es importante reflexionar sobre las experiencias durante COVID-19 y averiguar qué cambios se necesitan en nuestras rutinas diarias o en la forma en que interactuamos en la escuela. Más...

Haga las siguientes preguntas:

- ¿Alguien de ustedes se ha enfermado con el virus?
- ¿Alguien que conoces está infectado con coronavirus?
- ¿Qué han estado haciendo durante el encierro cuando no están en la escuela?
- ¿Cuáles son las razones por las que los políticos decidieron cerrar las escuelas?
- ¿Conocen a alguien que haya tenido dificultades durante el encierro?
- ¿Cómo ayudó a quienes necesitaban ayuda o tenían dificultades?

Identificando emociones y reacciones

Materiales: notas adhesivas, bolígrafos, papel de rotafolio o una pizarra.

Pida a los y las estudiantes que formen parejas y distribuya notas adhesivas a cada pareja. Permítales de ocho a 10 minutos para discutir las reacciones o comportamientos comunes que las parejas presenciaron durante COVID-19 y qué reacciones o comportamientos esperan ahora que el encierro ha terminado.

Indique a las parejas que se pongan de acuerdo sobre tres reacciones o comportamientos comunes que presenciaron en ellos mismos o en otros durante el encierro y que los anoten en las notas adhesivas. Solo una reacción o comportamiento en cada nota.

Pida a las parejas que se pongan de acuerdo sobre tres emociones o comportamientos comunes que esperan que muchos tengan ahora que el encierro ha terminado. Una reacción o comportamiento debe escribirse en una nota separada.

Divida la pizarra / rotafolio en dos secciones; una sección es para "durante el encierro" y la otra sección es para "después del encierro". Pida a las parejas que se turnen para colgar sus notas adhesivas en la pizarra o en el rotafolio.

Pida a las parejas que miren todas las notas adhesivas. Pregunte si se debe agregar algo y si faltan emociones o reacciones.

Pida a las parejas que organicen las notas en la secuencia en la que sucederían habitualmente.

Inicie una discusión plenaria en base a las siguientes preguntas:

- *¿Cuáles son las reacciones normales y naturales que disminuirán o desaparecerán cuando se reanude la vida normal?*
- *¿Cuáles son las reacciones normales y naturales que permanecerán cuando se reanude la vida normal?*

Resuma la discusión: Algunos ejemplos de reacciones al estrés causado por COVID-19 fueron mencionadas, tales como ...

Es importante recordar que el estrés puede ser causado por cualquier cambio y que el cambio puede ser positivo o negativo. El estrés es una característica común de la vida cotidiana y puede ser positivo cuando hace que una persona se desempeñe de manera óptima, p. Ej. en un examen, y ser negativo cuando las demandas exceden los recursos del individuo. Hablamos principalmente de estrés como reacción a demandas demasiado altas o cambios que son demasiado abrumadores para manejar. Después de una gran crisis de salud desafiante como COVID-19, habrá signos comunes de estrés que son reacciones normales y naturales a una situación anormal. Las reacciones al estrés variarán de una persona a otra. Algunas de esas reacciones al estrés como el aburrimiento, la preocupación, el miedo, etc. pueden desaparecer tan pronto como las personas regresen a su vida normal o disminuirán con el tiempo. Si las reacciones al estrés no se gestionan adecuadamente, pueden afectar gravemente a la salud, el trabajo escolar, las amistades y otros aspectos de la vida privada.

Pregunte:

- *¿Qué maneras positivas has presenciado hasta ahora en ti mismo, en el manejo de las emociones y el estrés durante la pandemia?*
- *¿Qué maneras positivas has presenciado hasta ahora en otros, en el manejo de las emociones y el estrés durante la pandemia?*

Anote los ejemplos en una pizarra o rotafolio. Las respuestas pueden incluir:

- Hacer un plan por días, por ejemplo, días de encierro/cuarentena
- Hablar con personas de confianza cuando se sienta estresado, tenga preocupaciones o esté preocupado
- Hacer ejercicio y salir a caminar (si es posible, salir de casa)
- Dormir y comer bien
- Ayudar a los demás
- Ser amable con uno mismo
- Mantenerse en contacto con amigos de varias maneras
- Darse cuenta de lo que salió bien durante cada día
- Aprender nuevos pasatiempos
- Aprender nuevas habilidades o practicar nuevos pasatiempos.
- Estar agradecido por las cosas buenas y pequeñas
- Aceptar la situación y aprovecharla al máximo

Concluya: *Estos son algunos de los ejemplos de cómo podemos manejar el estrés cuando nos enfrentamos a circunstancias difíciles. Continuaremos con un ejercicio centrado en las rutinas y su utilidad.*

Rutinas útiles

Una de las prácticas clave que nos ayuda a manejar el estrés de manera positiva es mantener rutinas y hábitos diarios; despertarse a una hora específica, comer a una hora específica, aprender y hacer ciertas actividades diaria o semanalmente, y seguir un horario. Una de las causas del estrés durante la COVID-19 es que las rutinas y hábitos diarios fueron detenidos e interrumpidos casi de un día para otro y necesitábamos encontrar nuevas rutinas y hábitos. Hablemos de las rutinas diarias y la importancia de ellas.

Pregunte a la clase:

- *¿Cómo definen una rutina diaria?*

Divida al grupo en tres o cuatro grupos más pequeños. Instruya a los grupos para que discutan lo siguiente:

- *¿Cómo cambiaron sus rutinas diarias y las de su familia durante el encierro?*

Dé tiempo a los grupos para discutir y luego para preparar un bosquejo o juego de roles que demuestre cómo su rutina diaria se vio afectada por el encierro. Pida a los grupos que muestren su bosquejo o juego de roles al resto de la clase.

Dirija una discusión plenaria y pida a los grupos que den ejemplos del efecto de COVID-19 en su rutina diaria, ya sea que se origine de su discusión o de lo que han presenciado en los bocetos.

Pregunte a la clase:

- *¿Qué cambios en las rutinas fueron positivos y cuáles fueron negativos?*
- *¿De qué manera el tener una rutina diaria nos ayuda como seres humanos?*

Termine la discusión resumiendo: A veces estamos expuestos a eventos o situaciones que están fuera de nuestras manos y que no podemos controlar. Si tomamos COVID-19 como ejemplo, interrumpió nuestras vidas y también nuestras rutinas diarias. Dejamos de despertarnos temprano todas las mañanas, de tener que prepararnos para ir a la escuela, ir al parque, hacer nuestras propias compras, etc. Los cambios hicieron que muchos sintieran que habían perdido el control sobre sus vidas y crearon incertidumbre y algo de ansiedad. Tener una rutina, como despertarse a una hora determinada, cambiarse de ropa, aunque no salgamos, comer a una hora determinada, dormir regularmente en determinadas horas, ayudará a que ganemos control sobre las cosas que podemos controlar. Tener esta sensación de control reduce el estrés. Al tener una rutina, no necesitamos estresarnos por lo que es importante hacer todos los días. Tener una rutina nos ayuda a priorizar lo importante sin tener que pensar en qué hacer cada minuto del día. Nos ayuda a terminar una tarea y pasar a la siguiente sin esfuerzo. También aumenta nuestro sentido de seguridad y estabilidad.

Aprendiendo y avanzando

Materiales: Hoja de trabajo, bolígrafos o lápices

Reparta la hoja de trabajo y pida a la clase que la complete pensando en lo que han aprendido del COVID-19 u otra experiencia desafiante.

Cuando hayan terminado, pregúnteles si les gustaría compartir lo que han aprendido sobre sí mismos y sus planes para el futuro. Anime a los estudiantes a que solo compartan sus experiencias desafiantes si se sienten cómodos haciéndolo, si hay tiempo suficiente para

procesar las reacciones que pueden surgir de compartir con otros.

Finalizando la sesión

Pregunte a la clase si hay algo más que quieran compartir o agregar antes de finalizar la sesión.

Pida a la clase que conversen con el compañero que tuvieron antes y que discutan las cosas aprendidas durante la sesión.

Finalice la sesión cantando una canción en grupo o aplaudiendo para ellos y sus compañeros por estar activos en la sesión.

Reflexionando sobre el pasado para ayudarnos a aprender para el futuro

Un evento difícil en el pasado

¿Cómo lo afronté?

¿Qué aprendí sobre mí de esta experiencia?

¿Qué seguiré haciendo o haré de manera diferente si me enfrento a otro evento desafiante?

Pequeñas metas para mí para afrontar mejor en el futuro.

Recursos

Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial de la Federación Internacional

Los recursos relacionados con COVID-19 y MHPSS/SMAPS se pueden encontrar en el sitio web del [Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial de la Federación Internacional](#) en diferentes idiomas. En el sitio se encuentran disponibles una capacitación PFA en línea adaptable para COVID-19 y una versión grabada.

- *Guía de Primeros Auxilios Psicológicos para Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.* 2018.
- *Primeros Auxilios Psicológicos para Niños - Módulo de formación 3.* 2018.
- *Diferentes. Pero iguales que tú. Un enfoque psicosocial que promueve la inclusión de personas con discapacidad.* 2015.
- *Moviéndonos juntos. Promoción del bienestar psicosocial a través del deporte y la actividad física.* 2014.

Con Save the Children, Dinamarca

- *Programa de Resiliencia Infantil. Apoyo psicosocial dentro y fuera de las escuelas. Folletos: Comprensión del bienestar de los niños, Manual para administradores de programas, Introducción y Talleres prácticos.*

Con World Vision International

- *Espacios Amigables para la Niñez en Tarjetas de Actividades para el Hogar*
- *Orientación Operativa para Espacios Adaptados a la Infancia en Entornos Humanitarios*
- *Catálogo de Actividades para Espacios Adaptados a la Infancia en Entornos Humanitarios.*

Recursos del Comité Permanente entre Organismos

- *Mi héroe eres tú: la salud mental y las necesidades psicosociales de los niños durante el brote de COV-ID-19.* 2020.
- *Nota informativa sobre cómo abordar la salud mental y los aspectos psicosociales del brote de COVID-19 versión 1.5.* 2020.
- *Habilidades Psicosociales Básicas: Guía para personal de Primera Línea de Respuesta a la COVID-19.*

Grupo de Protección Infantil y Colaboración MHPSS/SMAPS para Niños/as y Familias

- *Comunicarse con los Niños sobre la Muerte y ayudar a los Niños a sobrellevar el Dolor.* 2020.

Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial



Federación Internacional de Sociedades
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Centro de Referencia para el Apoyo Psicosocial de la Federación Internacional
Cruz Roja Danesa

Blegdamsvej 27

2100 Copenhagen Ø

www.pscentre.org

psychosocial.centre@ifrc.org

Twitter: @IFRC_PS_Centre

Facebook: www.facebook.com/Psychosocial.Center