

Orientacions per als centres educatius sobre l'acollida i acompanyament d'infants i adolescents refugiats i les seves famílies

Consideracions prèvies

Els infants i adolescents i les seves famílies, poden presentar preocupació i/o malestar al voltant d'aquests temes:

- **Primerament**, per allò que està passant actualment:
 - El dol per la pèrdua de la seva llar, de la seva escola; en definitiva, del seu entorn més proper.
 - A continuació, per la por i la incertesa del que passarà a partir d'ara. El procés d'adaptació a la nova situació i al nou entorn on es troben. Aprenentatge d'una nova llengua.
- **Finalment**, per altres aspectes que poden aparèixer en alguns casos:
 - La vivència d'esdeveniments potencialment traumàtics com potser viure situacions de violència com les que comporta haver-se trobat un territori conegut en guerra.
 - La pèrdua de familiars i/o d'amistats.
 - El neguit per familiars propers que romanguin al país.

A més, haurem de tenir present que són persones que han perdut la seva quotidianitat de forma sobtada. Una gran part que els donava seguretat ha desaparegut. Per això és important que en aquest nou context agafin a poc a poc el control d'algunes decisions que els afecta. Això els tornarà a empoderar i els hi donarà seguretat.

D'altra banda, la situació de vulnerabilitat que percebem en les persones refugiades genera un malestar en els professionals que ens impulsa a ajudar-los. Cal tenir present que la persona refugiada ha de donar el seu consentiment a la nostra ajuda. És essencial diferenciar aquesta necessitat nostra de passar a l'acció ajudant l'altre de la necessitat de l'altre de ser ajudat. Això és clau per fer un bon acompanyament tant als infants i adolescents com a les seves famílies.

Reaccions dels infants i adolescents davant una situació traumàtica

Davant de situacions potencialment traumàtiques com les que han viscut poden reaccionar de diferents formes; és a dir, poden presentar sensacions físiques, emocions, pensaments i/o comportaments determinats, però també poden mostrar-se com si no hagués passat res. Totes són manifestacions normals en aquests moments.



Davant de situacions potencialment traumàtiques com les que han viscut poden reaccionar de diferents formes; és a dir, poden presentar sensacions físiques, emocions, pensaments i/o comportaments determinats, però també poden mostrar-se com si no hagués passat res. Totes són manifestacions normals en aquests moments.

A continuació, s'exposen un conjunt de reaccions que poden manifestar alguns infants i adolescents refugiats (algunes d'elles es poden donar simultàniament):

Síntomes físics:

Ensopiment. Canvis en la gana. Diarrees, estrenyiment. Opressió al pit. Alteració de la son. Mals de cap. Vertigen. Bruxisme (fer cruixir les dents). Plor sense causa aparent o per qualsevol cosa.

Síntomes emocionals:

Irritabilitat i/o rampells d'ira. Nerviosisme. Culpa. Tristesa. Negació de la realitat. Por. Inseguretat. Desesperança. Sensació d'incomprensió. Sensació de pèrdua del control emocional. Síntomes depressius (tristesa, apatia). Ansietat. Sentir-se atabalat. Insensibilitat. ambivalència afectiva

Síntomes cognitius:

Problemes de concentració. Hipervigilància. Preocupació. Dificultats per resoldre problemes i en pensar en termes abstractes. Manca d'orientació (temps, lloc o persona). Pensaments no racionals, recurrents i/o intrusius. Reexperimentació. Malsons. Terrors nocturns.

Aquests símptomes cognitius poden afectar el seu aprenentatge de la llengua. Així, alguns dels refugiats poden tenir més dificultats que altres nousvinguts per aprendre la llengua vehicular del centre.

Síntomes conductuals:

Conductes regressives. Hiperactivitat. Resposta de sobresalt exagerada. Canvis en les seves relacions socials (retraïment, aïllament social, augment de conflictes,...). Evitació de persones, situacions, llocs,... Desconfiança. Canvis en la comunicació interpersonal. Canvis en els hàbits de menjar. Hiperdaptació al medi, inhibició.

Alguns d'aquests símptomes poden dificultar la seva integració en el grup d'iguals. Cal recordar que els processos migratoris suposen l'adaptació a nous costums alimentaris. La suma entre aquesta necessitat d'adaptació i la situació viscuda pot generar dificultats al menjador.



S'ha de tenir en consideració que durant un temps és possible que no tinguin un habitatge estable o aquest no reuneixi les condicions de privacitat habituals, aquesta situació pot augmentar la sensació de vulnerabilitat de l'infant i adolescent.

Com podem acompanyar aquests infants i adolescents?

Generalment, les reaccions que puguin presentar aniran baixant d'intensitat i de freqüència amb:

- El suport de qui té al seu voltant (família i escola).
- La implementació del pla d'acollida del centre de la forma més curosa possible.
- El foment de la relació i el vincle amb els seus nous companys/es.
- L'oferiment d'ajudes a la comunicació a través del gest, dibuixos i imatges.
- Les rutines d'aula aporten seguretat; el centre educatiu es viurà com a un espai segur.
- La previsió de moments d'expressar mitjançant dibuixos i escrits allò que pensen i senten respecte al que estan vivint. Són espais que no s'han de forçar; més aviat, s'han de suggerir, proposar o tenir present per si algun infant o adolescent els necessita.
- L'activitat física ajuda a tenir una sensació de benestar i a poder conciliar la son. Així, espais com a la psicomotricitat, l'educació física, l'esbarjo,... són moments idonis per portar-la a terme.
- La participació, amb moderació, en activitats extraescolars del centre educatiu l'ajudaran a desconnectar per uns moments de la seva preocupació i/o malestar. En la mesura que sigui possible haurien de ser activitats que estaven realitzant al seu país. Sempre respectant els seus interessos. També moments de temps lliure on l'infant i l'adolescent pugui fer el que vulgui.
- Fer-los partícips en la presa de decisió sobre la seva pròpia vida: acadèmica, social i familiar

No obstant això, si detecteu que es mantenen o que augmenten la intensitat i la freqüència dels símptomes, o que la família us transmet la seva preocupació pel malestar del seu fill/a compartiu aquesta informació amb l'EAP per tal valorar una possible derivació a un suport psicològic puntual més individual.

Com preparar el grup-classe per a l'acollida?

A continuació s'exposa algunes recomanacions que són importants per tal de garantir una bona acollida del nou company/a refugiat pel grup-classe:

- Notificar als companys l'arribada de l'alumne/a i preparació del seu espai a la classe.
- Assignar un alumne/a-tutor/a per acompanyar-lo els primers dies.
- En la mesura que es pugui preveure la seva arribada:



- Realitzar un treball de la situació d'Ucraïna a través d'alguns dels materials que hi ha a l'enllaç de més avall.
- Resoldre els dubtes que l'alumnat pugui tenir sobre el procés d'acollida dels refugiats.
- Reflexionar al voltant de:
- Què poden fer perquè l'alumne/a es senti còmode el temps que passarà amb nosaltres, que no sabem si serà molt o poc.
- Com es pot sentir l'alumne/a acollit. Tant des de les dificultats i la tristesa o enuig que pot tenir per la situació com del desig de tornar a la normalitat i de poder passar-s'ho bé en alguns moments.

Per aquest treball amb el grup-classe pot ser d'utilitat els recursos que trobareu al web del Serveis Educatius de Les Corts amb el títol [Ucraïna, per la Pau](#)

Com podem acompanyar les seves famílies?

Podem acompanyar-les mitjançant l'escolta activa i empàtica. Informant que els possibles canvis que s'han produït o s'estan produint en els seus fills i filles són reaccions normals davant la situació traumàtica que estan vivint.

Donar suport i orientació a la família sobre quina és la millor actitud, en aquests moments, per estar al costat del seu fill/a. En aquest sentit, és important tenir present les següents idees per empoderar les famílies en aquest procés d'acompanyament dels seus fills i filles.

- Són el pal de paller del seu sentiment de seguretat. Amb el seu comportament i paraules han de transmetre tranquil·litat i manifestar que es troben segurs. Són el suport més proper i més important per a ells i elles.
- En la mesura que sigui possible, reprendre les rutines que tenien amb ells i elles quan vivien al seu país.
- Acompanyar-los en aquest procés d'adaptació de manera progressiva.
- Validar i normalitzar les seves reaccions. Amb els més petits, és important desmuntar la seva possible creença que és culpa d'ells mateixos per alguna que han fet o han deixat de fer (per exemple, alguna tasca escolar que no hagi sortit com esperen). S'ha de transmetre la idea que no estava ni en les mans de la mare ni del pare ni d'ells evitar la situació que estan vivint.
- Facilitar l'expressió emocional i parlar d'allò que està passant a partir de les informacions conegudes dels fills i filles. Davant d'expressió no adequada d'emocions, els han d'ajudar a comprendre-les i expressar-les d'una forma més adaptativa.
- Mostrar formes més adequades d'expressar-la. És saludable mostrar les emocions davant d'ells i elles però sense desbordar-se davant d'ells (són puntals de seguretat per als seus fills i filles).
- Fomentar relacions positives amb ells i elles fan mantenir un vincle afectiu mutu. Una manera de fomentar-les és realitzar activitats lúdiques junts.
- Promoure la seva autonomia personal. S'ha de fugir de la sobreprotecció.



- Cal sempre avançar altres canvis que els puguin afectar; sobretot si els fills i filles són petits.
- A les seves preguntes donar respostes ajustades a la seva edat. Ser humils i sincers. Davant de preguntes que no saben poder dir “no ho sabem”.
- Saber que, en ocasions, els seus fills i filles poden repetir moltes vegades les mateixes preguntes. És la manera que tenen de donar sentit a allò que estan vivint.
- Animar-los a seguir sent infants i adolescents.

Grup Emergències Psicosocials del Consorci d'Educació de Barcelona