

- **Remedio y mitigación:** es la etapa en la cual la comunidad o un individuo trata de recobrar el control de su vida y enfrentarse a las consecuencias del desastre.
- **Ajuste:** es la etapa final de un desastre. En la primera fase el ajuste involucra vivir el primer año de vida, acostumbrándose a hacer cosas que hacían antes del desastre. La segunda fase es el periodo de tiempo que va desde el final del primer año hasta los siguientes diez años, los sobrevivientes reviven y cuentan el evento una y otra vez y se dan cuenta de que los jóvenes no recuerdan o no saben acerca del desastre. La tercera fase es el tiempo en el cual la catástrofe es recordada cada vez por menos y menos personas. Hay un deseo de los sobrevivientes de preservar los recuerdos del desastre. La cuarta fase es el periodo en que la catástrofe es convertida en historia y leyenda por las generaciones subsiguientes.

CAPITULO II

GUIA DE TRABAJO

OBJETIVOS: Después de haber desarrollado el tema de las brigadas de apoyo emocional, el participante será capaz de: 1. definir qué son las brigadas de apoyo emocional. 2. reflexionar y tomar conciencia sobre la importancia de las conductas sociales positivas: solidaridad y cooperación; como un elemento básico antes de una emergencia o desastre. 3. implementar una sesión de apoyo con los conocimientos básicos orientado a las conductas sociales positivas. 4. desarrollar adecuadamente actividades de apoyo emocional a niños y adultos.

Procedimiento: 1. Exponga una Galería de fotos, en la que se muestran diferentes necesidades en un desastre, pida a los participantes que seleccione aquellas que estén relacionada a cuestiones emocionales, discútalas con ellos.

2. Permita que los participantes se involucren en la exposición del capítulo repartiendo temas por grupos. 3. Prepare dinámicas de competencia y cooperación para desarrollar el tema de la solidaridad y cooperación. 4. De lineamientos detallados para elaborar y desarrollar una sesión de grupos de apoyo, pida a los participantes que la expongan. 5. Prepare talleres dirigidos a la atención de niños como: Pintura, Cuentos, Dibujo, Títeres, etc.



CAPITULO II

BRIGADA DE APOYO EMOCIONAL ANTES Y DURANTE UNA EMERGENCIA.

"Como se sabe, el papel fundamental de un comité de emergencia, es responder rápida y certeramente a las necesidades para las cuales se prepararon y activar el sistema local de emergencia, de forma tal que se pueda esperar una pronta atención a los problemas que se presenten durante el desastre. Una de las emergencias que surgirá será el descontrol emocional de los miembros de la comunidad en los niños, jóvenes o adultos, de ahí la necesidad de formar y contar con la brigada de apoyo emocional."



¿ QUE ES LA BRIGADA DE APOYO EMOCIONAL?

Es un grupo de personas que asumen la función de gestión y control de las situaciones afectivas de sus compañeros durante una emergencia; es decir que prestan su ayuda y orientan a las personas que se encuentran confundidas. El servicio que proporciona la brigada no atiende a daños físicos, sin embargo los toma en consideración como factores que provocan en las personas reacciones emocionales profundas. La atención de la brigada de apoyo emocional obedece en abordar a aquellas personas que en ese momento están padeciendo reacciones como: miedo, tristeza angustia, llanto, dolor, desesperanza, etc. Y que se convierten en crisis; pero también es deber de esta brigada educar a sus miembros y compañeros en las fases anteriores a los desastres, creando para ello condiciones ambientales favorables, siendo estas de carácter interpersonal o de relaciones humanas adecuadas y positivas.



Las funciones básicas de esta brigada son:

- a) Ejecutar acciones que fomenten conductas positivas (solidaridad, cooperación, e igualdad) entre las personas.
- b) Velar por mantener la salud mental en la comunidad, antes, durante y después de la emergencia.
- c) Identificar a las personas alteradas emocionalmente y fuera de control.
- d) Brindar los primeros auxilios psicológicos.
- e) Reestablecer el equilibrio emocional de las personas afectadas brindándoles para ello orientación, educación e información precisa.



Para la primera de las funciones de esta brigada se requiere del fomento y desarrollo de **conductas sociales positivas**; es una herramienta de mucha utilidad para este tipo de poblaciones y **para la preservación de vidas**. Para ello debemos efectuar acciones antes, durante y después de la emergencia o desastre que se presente en nuestra comunidad, hogar, escuela, etc., por lo tanto desarrollaremos las temáticas que debemos fortalecer previamente, entendiendo que los primeros auxilios psicológicos serán un proceso de acción que aplicaremos en el.



¿QUE ES UNA CONDUCTA SOCIAL POSITIVA?

Son todos aquellos comportamientos, actitudes favorables que realiza cada individuo en función de un grupo de personas.

Dentro de ellas tenemos dos actitudes básicas que debemos fomentar en nuestros niños, y la comunidad:

LA SOLIDARIDAD Y
LA COOPERACIÓN.



LA SOLIDARIDAD: Es la respuesta en conjunto en beneficio de un grupo de individuos que afrontan una necesidad o una situación de emergencia y que buscan en forma conjunta la solución de los problemas y el desarrollo de su comunidad.



¿Entonces cual es la finalidad de la solidaridad?

Es compartir nuestras alegrías, tristezas y también nuestros problemas e intereses de forma tal, que se contribuya a resolver la situación de forma conjunta. -



¿En que contexto se fomenta la solidaridad?

Esta se desarrolla en aquellos ambientes que son parte de nuestra vida como

- 1 La familia
- 2 La escuela
- 3 La comunidad
- 4 Y nuestra organización.



La solidaridad es más que un acto de comprender situaciones y manifestarse a través de un acto de apoyo. Ya que exige un "cambio de actitudes" que permite colocarse en el lugar de otra persona y tratar de sentir lo que esta experimenta sin marginar, ni menospreciarles, es decir empatizar con la persona que se ayuda, sin

caer en el paternalismo ni asistencialismo con el grupo afectado; que es lo que hacemos al permitir que las personas se vuelvan dependientes de nosotros.

En la vida cotidiana, Se presentan situaciones y emergencias a diario, por lo que se requiere **intervenir solidariamente**. Por ello se recomienda:

1. Advertir el suceso, es decir aquellos que pueden ocurrir según el lugar donde estemos.
2. Interpretar las situaciones como una emergencia, para ello debemos tratar de estar informados.
3. Decidir que tipo de intervención se va a ejecutar, es decir que debemos saber que tipos de recursos y personal capacitado tenemos en nuestra comunidad.
4. Determinar que tipo de apoyo aportaremos como personas individuales.
5. Comprometernos con la visión de generar cambios.



LA COOPERACIÓN ES: la acción que muestran las personas a través de la ayuda mutua para responder a una situación determinada y su finalidad es dar solución a un problema existente.



¿En qué contexto se fomenta la cooperación?

Esta se desarrolla a nivel personal en cada individuo, de acuerdo a lo que observamos y vivimos a diario, es decir desde la comunidad, y más aún cuando sus habitantes saben que viven expuestos a una situación de riesgo permanente. Deben estar preparados, trabajando y desarrollando conductas sociales, que les permitan encontrar posibles soluciones, ponerse de acuerdo, organizarse, establecer sus redes, etc.

Una población sensibilizada donde se haya fomentado y desarrollado conductas sociales positivas mostrará una conducta de cooperación más abierta entre los que habitan en la localidad (vecinos, amigos, familiares, etc.). En cambio, una persona aislada o que