

Guía para favorecer la integración de niños y niñas refugiados de la guerra de Ucrania



Desde hace un tiempo, la guerra de Ucrania ocupa las noticias de la televisión y todo el mundo habla sobre ella en casa, en el colegio o en redes sociales. Es normal que esta realidad tan cruda impacte, asuste y, sobre todo, que genere preguntas. Entender este conflicto bélico, conocer sus orígenes y ser conscientes de las consecuencias que puede tener en la salud mental de quienes la están viviendo puede ayudarte a apoyar de forma adecuada a los niños y niñas de Ucrania que se han visto obligados a abandonar sus hogares para refugiarse de la guerra en otro país.

Claves para informarte con rigor



Una lección de Geografía: el primer paso es ubicar Ucrania en el mapa,

identificar las regiones que lo componen y los países que lo rodean.



Ahonda en la historia de Ucrania y Rusia

para descubrir las raíces del enfrentamiento.



No creas todo lo que lees.

Aprende a detectar *fake news* y a cribar la información veraz a través del pensamiento crítico.



No es necesario ver imágenes o vídeos explícitos para estar informado.

Evita este tipo de contenidos si hieren tu sensibilidad.



Consulta tus dudas o inquietudes con tu familia, profesores, tutores

u otras personas adultas de referencia.



Ver películas o series y leer libros

puede ser una forma útil y entretenida de documentarte sobre este y otros conflictos bélicos.



A pesar del rechazo que genera cualquier guerra,

evita focalizar este malestar hacia países o colectivos concretos.



La guerra de Ucrania ha provocado una oleada de solidaridad y cooperación:

investiga sobre las iniciativas de apoyo humanitario que están llevando a cabo las ONG, las agencias de Naciones Unidas y otras entidades.



Las consecuencias psicológicas de los conflictos bélicos

Experimentar situaciones violentas, perder a seres queridos o dejarlo todo atrás para viajar a un país desconocido son algunas de las consecuencias de la guerra que pueden causar trauma y manifestarse con algunos de estos síntomas:



- Incomprensión ante lo ocurrido.
- Estrés y ansiedad.
- Miedos y pesadillas.
- Enfados, rabietas o irritabilidad.
- Incapacidad para expresar sentimientos.
- Dificultades para comer o dormir.
- Sentimiento de culpa.
- Problemas académicos.
- Falta de concentración.
- Revivir continuamente lo sucedido.
- Creencia de que el mundo es un lugar hostil.
- Sensación de no poder confiar en nadie.

¿Cómo ayudar a un niño o niña que ha huído de la guerra?



Transmítele tu apoyo y ofrécele comprensión,

hazle saber que estarás ahí cuando lo necesite.



Respetar sus tiempos, sentimientos y reacciones aunque no los entiendas.

Ten en cuenta que el malestar derivado de la guerra puede manifestarse de diferentes maneras.



Ayúdale a integrarse en el grupo

y a acercarse a los otros chicos y chicas para favorecer su sentido de pertenencia.



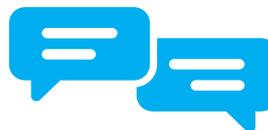
Ofrécete para ponerle al día con las tareas escolares y practicar el idioma

para facilitar su integración.



No le presiones para hablar sobre el conflicto.

Cuando llegue el momento, practica la escucha activa, deja que te cuente su versión de lo ocurrido y no insistas en los aspectos que puedan resultar más dolorosos.



Si percibes que le cuesta expresar lo que piensa y siente en cada momento,

empieza una conversación reconociendo cómo te encuentras tú. Frases tan sencillas como "A veces yo también me siento triste" pueden ser la clave para iniciar el diálogo.



Una de las claves para recuperarse del trauma es visualizar el futuro con esperanza.

Encontrar pequeñas alegrías como disfrutar de una excursión al campo o de una quedada entre amigos pueden ser de gran ayuda.



Acepta las diferencias culturales sin juzgar.

Actúa como mediador en caso de que surjan diferencias con otros chicos y chicas a la hora de comprenderlas.



En clave positiva

Aprovecha la oportunidad para trabajar valores como la tolerancia, la empatía y la solidaridad, y para tomar conciencia de la diversidad del mundo en el que vivimos. Situaciones tan crueles e injustas como las guerras nos recuerdan que todas las personas tenemos un papel fundamental a la hora de promover la cultura de paz y rechazar cualquier forma de violencia.

Aldeas Infantiles SOS en Ucrania

Aldeas Infantiles SOS trabaja en Ucrania desde 2003. Estar presentes en el país desde hace casi veinte años ha permitido que nuestra respuesta ante la emergencia humanitaria haya sido más rápida, autónoma y eficaz.

Ofrecemos refugio, espacios seguros, alimentos, productos de higiene y de primera necesidad, así como atención psicológica a todas las familias, niños y niñas que lo necesitan. Desde que estalló la guerra, hemos atendido a más de 8.000 personas. Entre ellas se encontraban niños y niñas no acompañados y también niños y niñas tutelados por el Estado ucraniano a los que ayudamos a evacuar de sus centros de acogida.

El trabajo de Aldeas Infantiles SOS para garantizar los derechos de los niños y niñas refugiados

En Aldeas Infantiles SOS ayudamos a las personas refugiadas y migrantes en veinte países gracias a nuestros Programas de Respuesta a Emergencias. **Facilitamos a los niños, niñas y familias que más lo necesitan asistencia emocional, ayuda humanitaria, apoyo educativo y fortalecimiento familiar.**

En los países en los que los niños y niñas refugiados encuentran nuevos hogares, trabajamos para **ayudarles a integrarse en la sociedad y alcanzar la estabilidad** a través de asesoramiento y orientación, cursos de idiomas, educación y formación profesional.