



puenteproject.eu

Español



COURSE | KURS | KURS | CORSO | CORSO



puenteproject.eu

INTRODUCCIÓN

CONTEXTO SOCIOCULTURAL E HISTÓRICO

ASPECTOS JURÍDICOS Y POLÍTICA DE INCLUSIÓN

ASPECTOS SANITARIOS, PSICOLÓGICOS Y SOCIALES

CONCIENCIACIÓN SOBRE LA INCLUSIÓN Y LA EMPATÍA

LENGUAJE Y COMUNICACIÓN INTERCULTURAL

PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS INCLUSIVAS

ENFOQUE DEL TRAUMA

CASOS PRÁCTICOS

- 01.** 
- 02.** 
- 03.** 
- 04.** 
- 05.** 
- 06.** 
- 07.** 
- 08.** 
- 09.** 

01.

Introducción





Preámbulo

La invasión rusa de Ucrania ha provocado la llegada de casi seis millones de refugiados a Europa. Estas personas se enfrentan a trastornos de salud mental y al riesgo de exclusión social debido al trauma causado por la guerra, lo que supone un gran reto para la salud pública y la integración social. El acceso a la educación puede desempeñar un papel fundamental en la reconstrucción de las vidas de los refugiados ucranianos, proporcionándoles habilidades para toda la vida y creando oportunidades para la integración social y profesional. Sin embargo, los refugiados suelen dar prioridad a las necesidades inmediatas, como obtener permisos de residencia y conseguir alojamiento, posponiendo su participación en programas educativos.

El proyecto PUENTE tiene como objetivo construir un futuro en el que la educación sea la clave para abrir nuevas oportunidades a los refugiados, garantizando la autonomía, la dignidad y el acceso igualitario a una vida mejor en toda Europa. Creemos en el poder de la educación no formal para superar barreras, empoderar a los refugiados y desarrollar las habilidades y los conocimientos necesarios para prosperar. A través de una formación innovadora, asociaciones estratégicas y recursos de gran impacto, el proyecto PUENTE allana el camino para la inclusión, el empleo y un futuro más prometedor.

PUENTE está en consonancia con iniciativas clave de la UE, como el Pilar Europeo de Derechos Sociales y la Estrategia Europea de Cuidados. Estas políticas hacen hincapié en la importancia de la educación inclusiva y el aprendizaje permanente para todos, especialmente para los grupos vulnerables, como los refugiados de guerra.

Sus objetivos son:

- Mejorar las competencias profesionales de los educadores de adultos, contribuyendo a la trayectoria educativa de los refugiados ucranianos.
- Hacer que los centros educativos sean más inclusivos, para responder a las diversas necesidades de los refugiados ucranianos, creando un entorno que promueva el aprendizaje y la recuperación.
- Establecer directrices eficaces para supervisar el progreso educativo y la reintegración social de los refugiados de guerra ucranianos, garantizando que reciban el apoyo adecuado para su integración social y profesional.
- Apoyar la recuperación de los refugiados ucranianos del trauma de la guerra y promover su inclusión social y profesional en Europa, mejorando su bienestar físico y mental.

El proyecto PUENTE ha desarrollado materiales de formación para los profesionales que apoyan o pueden llegar a apoyar a los refugiados y para las instituciones educativas y de apoyo que desean ser más inclusivas y que mejorarán la formación de los adultos ucranianos desplazados por la guerra, incluidas las mujeres y las personas con discapacidad, que necesitan apoyo para reconstruir sus vidas.

El curso ha sido desarrollado por un consorcio europeo formado por hospitales y servicios sociosanitarios gestionados por la [Orden Hospitalaria de San Juan de Dios](#) y las [Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús](#), distribuidos en seis Estados miembros de la UE



(España, Italia, Portugal, Austria y Polonia y Bélgica) y que participan en el proyecto Erasmus+ PUENTE (2024-1-ES01-KA220-ADU-000243485). El proyecto y el consorcio de socios fueron promovidos y puestos en marcha por «Hospitality Europe asbl», que actúa como oficina de representación y enlace de la Orden y la red de Hermanas Hospitalarias ante las instituciones de la UE en Bruselas.

Todos los materiales desarrollados están disponibles en inglés, español, portugués, italiano, polaco y alemán. Además, los materiales relacionados con el Modo de Vida Europeo también se han traducido al ucraniano y al ruso, lo que garantiza su accesibilidad para las personas desplazadas.

Puede encontrar más información sobre los socios y el proyecto PUENTE en <https://puenteproject.eu/>.

Contextualización

La crisis humanitaria provocada por la guerra en Ucrania ha supuesto un importante reto social, educativo y emocional a la hora de acoger, comprender y apoyar a miles de refugiados que han llegado a nuestro país en busca de seguridad, protección y nuevas oportunidades. En este contexto, el papel de los educadores y cuidadores se vuelve esencial, no solo como proveedores de apoyo, sino también como referentes emocionales, culturales y humanos para las personas que se enfrentan a la pérdida, el desarraigo y la incertidumbre.

Este curso tiene como objetivo dotar a los profesionales de la educación y la asistencia social de las herramientas necesarias para llevar a cabo una intervención sensible, informada y eficaz. Por esta razón, nos hemos propuesto alcanzar los siguientes objetivos generales.

Objetivos formativos

El objetivo principal de esta formación es fortalecer las capacidades de los profesionales que trabajan directamente con refugiados, especialmente aquellos que provienen de contextos de conflicto y desplazamiento forzado.

Los objetivos específicos son los siguientes:

Proporcionar a los profesionales un conocimiento profundo del proceso migratorio y de los retos a los que se enfrentan los refugiados.

La formación abordará en detalle las etapas del proceso de asilo, el impacto emocional y psicológico del desplazamiento forzoso y las barreras estructurales que los refugiados pueden encontrar en las sociedades de acogida. El objetivo es ofrecer una comprensión contextualizada y sensible de las complejas realidades a las que se enfrentan los refugiados, como base para una intervención eficaz y respetuosa.

Dotar al personal de estrategias prácticas y eficaces de comunicación y apoyo emocional:

Se proporcionarán herramientas y técnicas para mejorar la comunicación verbal y no verbal con personas de diversos orígenes culturales y lingüísticos. La formación incluirá enfoques basados en el trauma, la mediación intercultural, la escucha activa y la validación emocional, todos ellos esenciales para generar confianza y ofrecer un apoyo real.



Promover actitudes empáticas, éticas y profesionales en la intervención social:

El curso fomentará una actitud de respeto, empatía y no juicio hacia los refugiados, al tiempo que se hará hincapié en la importancia de mantener límites profesionales saludables, sin perder la conexión humana en la relación de ayuda. Esto permitirá a los profesionales prestar un apoyo eficaz sin correr el riesgo de sufrir agotamiento emocional.

Proporcionar información actualizada sobre recursos, servicios y redes de apoyo institucional para los refugiados:

Se compartirá un mapa de recursos clave (vivienda, salud, educación, empleo, apoyo legal), junto con orientación práctica para ayudar a los refugiados a acceder y ejercer sus derechos. El objetivo es mejorar la capacidad de los profesionales para derivar, orientar y acompañar.

Desarrollar habilidades personales y profesionales esenciales para trabajar con poblaciones vulnerables:

La formación busca fortalecer habilidades como la sensibilidad cultural, la autorregulación emocional, la adaptabilidad, la resiliencia, el trabajo en equipo y la capacidad de construir relaciones de confianza. Estas habilidades son fundamentales para una intervención eficaz en contextos complejos y emocionalmente exigentes.

Resumen de los módulos de formación

Este curso debe impartirse en un ambiente cálido y participativo; los formadores deben motivar al grupo y proporcionar un contexto para la formación. El primer contacto con el grupo de alumnos debe incluir una breve bienvenida por parte del formador, seguida de una presentación del grupo; si el grupo es pequeño, una breve ronda de nombres y experiencias relacionadas. Para iniciar la sesión, se podría plantear la siguiente pregunta: «¿Qué imagen o palabra te viene a la mente cuando piensas en los refugiados ucranianos en nuestro país?».

Esta formación va más allá del mero intercambio de contenidos. Se trata de mejorar nuestras prácticas, ver las cosas desde una nueva perspectiva y ofrecer un apoyo sensible y responsable ante una realidad que nos desafía cada día.

Los siguientes bloques temáticos se tratarán en los capítulos:

Contexto sociocultural e histórico.

Este módulo explorará las causas y consecuencias del conflicto en Ucrania, los perfiles más comunes de las personas desplazadas y los valores culturales que influyen en su comunicación, sus estilos de crianza y sus interacciones sociales. Comprender «de dónde vienen» es esencial para evitar juicios y suposiciones.

Aspectos legales y política de integración.

Este módulo examinará el marco jurídico que protege a los refugiados en Europa, incluida la protección temporal, el acceso a los derechos y la normativa relativa a la educación y la asistencia social.



Aspectos sanitarios, psicológicos y sociales.

Se abordarán las necesidades sanitarias comunes y los impactos psicosociales del desplazamiento: trauma, ansiedad, inseguridad, soledad y la sensación de estar «en tránsito». También se discutirá la salud comunitaria, el sentido de pertenencia, las redes sociales y la identidad, lo que nos ayudará a comprender mejor los comportamientos, las ausencias o los bloqueos emocionales que a menudo se malinterpretan.

Sensibilización para la inclusión.

El objetivo de este módulo es refrescar y recordar a los participantes en el curso los aspectos más importantes de la inclusión y la empatía, con el fin de promover la empatía y sensibilizar sobre la inclusión de los refugiados ucranianos. Para ello, el módulo comienza con una aportación teórica con las definiciones y conceptos más importantes, así como consejos y ejemplos prácticos para crear un entorno inclusivo y empático. Por último, se ofrecen ejercicios prácticos para la lección como ejemplos para reforzar la autorreflexión, la empatía y el comportamiento inclusivo de los participantes en el curso, así como ejemplos prácticos de cómo se puede aplicar el módulo.

Lenguaje y comunicación intercultural.

Esta sesión se centrará en estrategias para comunicarse con personas que no hablan el idioma local: lenguaje claro, comunicación no verbal, uso de traductores o mediadores y ayudas visuales. También exploraremos cómo generar confianza a pesar de las barreras lingüísticas y culturales, una competencia esencial para los profesionales que trabajan en entornos multilingües y multiculturales.

Prácticas pedagógicas inclusivas.

Se hará hincapié en la importancia de adaptar tanto los métodos como los contenidos de enseñanza a las realidades específicas de los estudiantes refugiados ucranianos, teniendo en cuenta sus historias de vida, el contexto sociocultural y las posibles experiencias traumáticas. Esto incluye enfoques flexibles, materiales visuales y accesibles, apoyo individualizado y prácticas inclusivas que garanticen una verdadera equidad en el aprendizaje.

En contextos en los que el idioma de instrucción no es la lengua materna del estudiante, son fundamentales metodologías específicas de enseñanza de idiomas. Entre ellas se incluyen el enfoque comunicativo, el aprendizaje basado en tareas y el uso de recursos visuales, digitales y contextuales que apoyan la adquisición y producción gradual del idioma.

Enfoque del trauma.

Este módulo capacitará a los participantes para reconocer los signos de trauma y aplicar estrategias básicas de contención emocional. El objetivo no es convertirse en terapeutas, sino proporcionar un apoyo seguro y no perjudicial. Aprenderemos a identificar las señales de alerta, a responder con empatía y a saber qué hacer y qué no hacer durante una crisis emocional.

Estudios de casos y casos prácticos.

Se analizarán casos de la vida real y se simularán situaciones profesionales. Además, evaluaremos juntos la formación para mejorar la experiencia y compartir los aprendizajes clave.

02.

Contexto sociocultural e histórico





Introducción

El objetivo principal del módulo es familiarizar a los alumnos con el contexto sociocultural e histórico de la guerra en Ucrania, incluyendo sus causas, las consecuencias para las familias y la experiencia de los refugiados.

El curso se centra en el aprendizaje de los fundamentos de la historia, la geografía y la política de Ucrania, así como de los valores culturales, las tradiciones y las costumbres, con el fin de fomentar actitudes de respeto y empatía en un entorno intercultural. Los estudiantes analizan la situación de los refugiados, los retos de adaptación y el impacto del contexto sociocultural en la educación y el mercado laboral. El módulo desarrolla la sensibilidad hacia la diversidad cultural y fomenta actitudes de apertura y solidaridad.

La enseñanza se imparte mediante clases magistrales, debates, trabajos en grupo, análisis de casos prácticos y materiales multimedia. El logro de los objetivos se evalúa mediante cuestionarios Kahoot, preguntas abiertas y sesiones de brainstorming sobre la cultura ucraniana.

Ubicación geográfica de Ucrania

Familiarización con la información más importante sobre Ucrania, incluidos los principales valores de la cultura, la historia y los cambios sociopolíticos ucranianos.

Ucrania es el país más grande situado íntegramente en Europa (aproximadamente 603 700 km²). Limita con Polonia, Rusia, Bielorrusia, Hungría y Rumanía, entre otros. Tiene acceso al mar Negro y al mar de Azov.

Su capital es Kiev, una ciudad con más de mil años de historia y considerada la cuna de la civilización eslava oriental. Ucrania tiene una población de aproximadamente 36 millones de habitantes (en 2022), aunque esta cifra ha cambiado como consecuencia de la guerra y la migración.

Ucrania se encuentra principalmente en tierras bajas y llanuras, alrededor del 95 % de la superficie, con un clima continental y precipitaciones estacionales. Cuenta con los mejores tipos de suelo de Europa y, por lo tanto, es conocida como el «granero de Europa» debido a su alto potencial agrícola, zonas naturales: estepa forestal, una mezcla de bosques y estepas, una zona del país ideal para la agricultura; estepa, sureste de Ucrania, zonas secas y cubiertas de hierba; bosques del norte y los Cárpatos. Esto influye en su estructura y en la función dominante de la agricultura. Además de sus recursos minerales, Ucrania es conocida por sus suelos fértiles, lo que la convierte en un importante productor y exportador de productos agrícolas como cereales, aceite y semillas de girasol.

Ucrania cuenta con ricos recursos naturales, entre los que se incluyen vastos yacimientos de carbón duro (en la cuenca del Donets) y mineral de hierro (en la cuenca de Kryvyi Rih), así como yacimientos de manganeso, uranio, titanio, sal gema y mercurio (en todo el país). El país también es rico en minerales rocosos, lignito, litio y otros metales de tierras raras.

Resumen histórico

La historia de Ucrania es increíblemente compleja. A continuación, se presentan algunos aspectos destacados:



- Rus de Kiev (siglos IX-XIII): uno de los primeros estados de Europa del Este, fundado por los vikingos, adoptó el cristianismo en 988.
- Un período de fragmentación feudal e influencia extranjera: tras la caída de la Rus de Kiev, las tierras ucranianas quedaron bajo la influencia, entre otros, de Lituania, Polonia y el Imperio Otomano.
- Hetmanato y cosacía (siglo XVII): un fuerte movimiento cosaco liderado por Bohdan Khmelnytsky, que luchó por la independencia y los derechos de la población rutenia.
- Particiones y siglo XIX: Ucrania dividida entre Austria-Hungría y Rusia.
- Siglo XX: acontecimientos trágicos como la Gran Hambruna (Holodomor) en la década de 1930, la Segunda Guerra Mundial (Ucrania durante la Segunda Guerra Mundial, la colaboración con el Tercer Reich, Stepan Bandera y la «masacre de Volinia») y, posteriormente, el periodo del comunismo soviético.
- 1991: Ucrania recupera la independencia tras el colapso de la URSS. Ucrania se convierte en un Estado soberano.
- 2004-2005: Revolución Naranja: protestas masivas contra las elecciones presidenciales amañadas, que culminaron en cambios democráticos.
- 2013-2014: Euromaidán: protestas contra el acercamiento a Rusia y el fracaso de las negociaciones con la UE. Condujeron al derrocamiento del presidente prorruso Yanukóvich.
- 2014: «Hombres verdes»: anexión de Crimea y guerra en la región del Dombás. Rusia ocupa Crimea y estalla la lucha con los separatistas prorrusos en el este del país.
- 24 de febrero de 2022: guerra a gran escala en Ucrania.

Estos acontecimientos tuvieron un enorme impacto en la conciencia nacional, la unidad social y la dirección del desarrollo del país:

- Cada vez más proeuropeo
- Democrático.

Cultura ucraniana: valores, idioma, identidad

La cultura ucraniana es un rico mosaico de tradiciones populares, espiritualidad, música y literatura, que en conjunto conforman la identidad nacional. Entre los valores culturales más importantes se encuentran la libertad y la independencia, profundamente arraigadas en la historia de Ucrania y evidentes en la lucha contemporánea por la soberanía. El sentido de identidad nacional, reforzado por la lengua, la historia y las preciadas tradiciones ucranianas, también desempeña un papel crucial. La familia y la comunidad, así como la hospitalidad y la solidaridad, son especialmente importantes en la vida cotidiana de los ucranianos, y se manifiestan tanto en tiempos de paz como ante las crisis y la guerra.

El idioma oficial y el elemento más importante de la cultura es el ucraniano, una lengua eslava estrechamente relacionada con el polaco, pero con un carácter propio y distintivo. En algunas



regiones también se habla ruso, pero desde 2014 se ha producido un claro resurgimiento del idioma ucraniano como símbolo de independencia e identidad nacional. El arte y la literatura ocupan un lugar especial en la cultura ucraniana: entre sus autores más destacados se encuentran, entre otros, Taras Shevchenko, considerado el poeta nacional de Ucrania, y Lesya Ukrainka. La música folclórica, el bordado (vyshyvanka), la danza, así como el cine y las artes visuales, son también elementos importantes de nuestro patrimonio cultural, que refuerzan el sentido de comunidad y la continuidad cultural.

En la escena internacional, Ucrania ha estado representada por muchos creadores, artistas y deportistas de renombre, como Taras Shevchenko, Ivan Franko, Mykola Lysenko, Bohdan Stupka, Serhiy Bubka, Andriy Shevchenko, los hermanos Vitali y Volodymyr Klitschko, así como personas de ascendencia ucraniana activas a nivel internacional, entre ellas Mila Kunis, Mila Jovovich y Marina Luchenko.

Ucrania actualmente



Fuente: https://pl.wikipedia.org/wiki/Ukraina#/media/Plik:Ukraine_CIA_map.gif

Las ciudades más famosas de Ucrania:

- **Kiev**, la capital de Ucrania, es la ciudad más grande y una de las más antiguas del país, fundada probablemente en el siglo V. Es la cuna de la Rus de Kiev y del cristianismo en las tierras eslavas orientales. Monumentos: Catedral de Santa Sofía, Kiev Pechersk Lavra, Puerta Dorada. En el contexto presente, es el centro político, económico, científico y cultural de Ucrania. Desempeña un papel fundamental en la defensa del país en tiempos de guerra.
- **Leópolis** (situada en el oeste de Ucrania): ciudad con vínculos excepcionalmente fuertes con Polonia, ya que hasta 1945 perteneció a la Segunda República Polaca. Importante centro cultural, científico y multicultural: aquí convivían polacos, ucranianos, judíos y



armenios. Monumentos: casco antiguo incluido en la lista de la UNESCO, cementerio de Lychakiv, catedral armenia. Ahora se ha convertido en la capital del oeste de Ucrania, considerada la ciudad más «europea» del país. Importante centro del patriotismo ucraniano.

- **Járkov:** la segunda ciudad más poblada de Ucrania, situada en el este del país. Importancia: antigua capital de la República Socialista Soviética de Ucrania (1919-1934), hoy en día un importante centro industrial, científico y educativo. Monumentos: Plaza de la Libertad (una de las más grandes de Europa), edificios constructivistas; así como una ciudad gravemente dañada por la invasión rusa desde 2022. Un símbolo de resistencia.
- **Odessa:** ciudad portuaria del mar Negro, conocida por su bella arquitectura y su pasado multinacional. Importancia: centro clave del comercio marítimo, la cultura y el turismo. Monumentos: escaleras Potemkin, teatro de ópera y ballet, centro histórico de la ciudad. En el momento presente, a pesar de la guerra, sigue siendo un puerto importante y un símbolo del carácter marítimo de Ucrania.
- **Dnipro** (antes Dnipropetrovsk): gran ciudad industrial en el centro-este de Ucrania. Importancia: centro de las industrias armamentística y espacial de la URSS. Monumentos: museos de tecnología y aviación, iglesias, puentes sobre el Dniéper. En estos momentos la ciudad sigue desempeñando un papel importante en la organización de la ayuda militar y humanitaria desde 2014.
- **Zaporizhzhia:** ciudad situada a orillas del Dniéper, históricamente asociada a los cosacos zaporogos. Significado: símbolo de la libertad y la independencia cosacas. Monumentos: isla de Khortytsia, centro espiritual de los cosacos. En el presente es una ciudad industrial, cerca de la central nuclear de Enerhodar (central nuclear de Zaporizhzhia).
- **Ivano-Frankivsk:** ciudad histórica del oeste de Ucrania, antiguamente conocida como Stanislaviv. Significado: fuertes tradiciones ucranianas, intelectuales y patrióticas. Monumentos: ayuntamiento, iglesias, edificios de la época austrohúngara. Actualmente es una popular ciudad estudiantil y turística, cerca de los Cárpatos.

Platos:

La cocina ucraniana es una combinación de sencillez, saciedad y sabores intensos. Los ingredientes clave son las patatas, el repollo, la remolacha, la carne, el ajo, la nata agria y la harina. Los platos se preparan a menudo con espíritu de hospitalidad, para garantizar que haya suficiente para todos.

- **Borscht ucraniano:** sopa de remolacha roja a base de carne o verduras con col, zanahorias, patatas, judías, cebolla y ajo. Se sirve con crema agria y, a menudo, con pampuchy (bollos al vapor). Símbolo: plato nacional de Ucrania, incluido en la Lista del Patrimonio Cultural Inmaterial de la UNESCO.
- **Warenky:** albóndigas con diversos rellenos: patatas, col, queso, cerezas, setas. Se sirve con mantequilla, cebolla, nata o azúcar (versión dulce). Popularidad: ampliamente considerado como uno de los platos ucranianos más reconocibles.
- **Chuleta de Kiev:** filete de pollo empanado relleno de mantequilla de ajo, a veces con hierbas. Se sirve con patatas o ensalada. Dato curioso: conocido en todo el mundo, pero su origen es controvertido: los ucranianos lo consideran su marca culinaria.



- **Soljanka:** sopa espesa, agridulce, con carne, pepinos encurtidos, aceitunas, limón y especias. Se sirve con una cucharada de nata y, a veces, con eneldo. Características: sopa calentita y saciante, muy popular sobre todo en invierno. Si bien es un plato de origen ruso, es habitual en la cocina ucraniana.
- **Salo:** tocino salado o ahumado, a menudo considerado el «aperitivo nacional» de Ucrania. Se sirve con pan, ajo, cebolla y, a veces, con mostaza o rábano picante. Importancia cultural: símbolo de la cocina rural y la hospitalidad ucranianas.
- **Deruny:** tortitas de patata, a menudo servidas con crema agria. Variantes: a veces con carne en el interior o con cebolla. Popularidad: muy popular en los hogares, especialmente en el oeste de Ucrania.
- **Holubtsi:** col rellena de carne picada y arroz, guisada en salsa de tomate. Se sirve con crema agria. Variantes: a veces con trigo sarraceno o setas.
- **Kulesza / Granos de maíz:** plato tradicional a base de harina de maíz, similar a la polenta italiana. Región: especialmente popular en los Cárpatos y Transcarpatia. Se sirve con salo, cebolla y chicharrones.
- **Pastel de Kiev:** legendario pastel con merengue, avellanas y crema de mantequilla. Producción: se elabora en Kiev desde la década de 1950, es un símbolo de la repostería local. Singularidad: muy dulce, sabor y estética distintivos.

El sistema de política social en Ucrania

Ucrania inició su transformación política y económica en 1991, pasando de una economía planificada centralmente a un modelo de mercado. Los cambios políticos y económicos han tenido un impacto significativo en el sistema del estado del bienestar, lo que ha llevado a la reducción de muchas prestaciones sociales que existían durante la era soviética. Actualmente, la política social de Ucrania se encuentra bajo una enorme presión debido a la guerra con Rusia, que se prolonga desde 2014 y se está intensificando en 2022, así como a la crisis humanitaria y de refugiados, la inflación y la crisis económica general.

El sistema de seguridad social incluye diversas formas de ayuda, como prestaciones familiares, prestaciones únicas (por ejemplo, por nacimiento de un hijo), ayudas para la vivienda y programas de subvenciones para la asistencia sanitaria y la rehabilitación. Sin embargo, su ineficacia sigue siendo un problema importante, ya que muchas personas no reciben las prestaciones a tiempo o en su totalidad. Otro elemento crucial del sistema es el sistema de pensiones de reparto, en el que las cotizaciones actuales de los trabajadores financian los pagos a los jubilados. La pensión mínima es baja y, a menudo, insuficiente para cubrir los gastos básicos de subsistencia.

Al mismo tiempo, Ucrania está llevando a cabo reformas en el ámbito de la educación, con el objetivo de armonizar su sistema con las normas europeas mediante la introducción de un ciclo educativo de doce años y el aumento de la autonomía de las escuelas. Sin embargo, los retos a los que se enfrenta la política social son enormes. La magnitud de las necesidades sociales supera la capacidad presupuestaria del Estado, y la pobreza sigue siendo elevada, especialmente entre las personas mayores, las personas con discapacidad y los niños. Los sistemas de apoyo se caracterizan a menudo por una burocracia excesiva y una baja eficiencia, y el país depende en gran medida de la ayuda internacional, incluido el apoyo de la Unión Europea, los Estados Unidos y las Naciones Unidas. Un reto adicional es la necesidad de reconstrucción y modernización del país después de la guerra.



A pesar de las enormes dificultades asociadas a la guerra, la crisis humanitaria y la devastación, Ucrania demuestra una gran determinación, capacidad de autoorganización y una fuerte voluntad de sobrevivir. La sociedad civil es, en la actualidad, una de las más activas de Europa. Al mismo tiempo, Ucrania se esfuerza constantemente por integrarse en la Unión Europea y la OTAN, y el apoyo público a estas orientaciones de desarrollo sigue siendo muy alto.

Causas y consecuencias del conflicto en Ucrania

Causas del conflicto

- **Las ambiciones geopolíticas de Rusia:** Rusia lleva años tratando de mantener su influencia en la antigua Unión Soviética. Ucrania, como gran país fronterizo con la Unión Europea y aspirante a miembro de la OTAN, era percibida como una amenaza para los intereses estratégicos rusos.
- **Revolución de Maidan (2013-2014):** El derrocamiento del presidente prorruso Víktor Yanukóvich y el giro de Ucrania hacia Occidente (UE y OTAN) provocaron la oposición del Kremlin. En respuesta, Rusia anexionó Crimea en marzo de 2014 y apoyó a los separatistas en la región del Donbás.
- **Identidad nacional y disputas históricas:** Rusia no reconoce la plena independencia de Ucrania, argumentando que los ucranianos y los rusos son «una sola nación». Ucrania, por su parte, está construyendo su propia identidad nacional independiente, lo que está provocando tensiones.
- **Ampliación de la OTAN:** Rusia se ha opuesto durante años a la expansión de la OTAN hacia el este. Aunque Ucrania no era miembro de la OTAN, su acercamiento a la alianza fue percibido por Rusia como una manifestación de la plena independencia de Ucrania.

Consecuencias del conflicto

- **Catástrofe humanitaria:** Cientos de miles de víctimas, millones de refugiados internos y extranjeros, e infraestructura civil destruida. Ucrania sufrió enormes pérdidas humanas y materiales.
- **Sanciones internacionales contra Rusia:** Occidente impuso sanciones económicas, financieras y políticas sin precedentes a Rusia. Rusia quedó parcialmente aislada de los mercados mundiales, lo que afectó a su economía y a sus relaciones internacionales.
- **Fortalecimiento de la unidad occidental:** paradójicamente, la invasión de Rusia fortaleció la unidad de la OTAN y aceleró el proceso de adhesión de Suecia y Finlandia a la alianza.
- **Cambios energéticos y económicos en Europa:** Europa comenzó a depender menos de los recursos energéticos rusos, lo que aceleró la transición energética y cambió las direcciones de las importaciones.
- **Cambios políticos en la región:** La guerra ha provocado una radicalización de las actitudes en muchos países de Europa Central y Oriental y un aumento del gasto en defensa en toda la región.



Resumen

Ucrania es un país con mil años de historia, una rica cultura y una identidad nacional profundamente arraigada. Hoy en día, está viviendo momentos dramáticos, pero al mismo tiempo ofrece al mundo un ejemplo de valentía, solidaridad y lucha por la libertad.

Entender Ucrania no consiste solo en conocer los hechos, sino también en intentar verlo a través de los ojos de las personas que viven allí, con orgullo, lucha, pero también con esperanza.

El conflicto en Ucrania no es solo una guerra local, es un choque entre dos visiones del mundo: la autoritaria, representada por Rusia, y la democrática, apoyada por Occidente. Las consecuencias de esta guerra se sentirán durante generaciones, tanto en Ucrania como en toda Europa.

PRACTIQUEMOS

- **Debate en pequeños grupos sobre el tema:** «¿Qué acciones pueden ayudar a promover el respeto intercultural y la empatía en nuestro trabajo diario, en la escuela y en el barrio?».
- **Aplicación de estudios de casos:** debate sobre situaciones de conflicto seleccionadas en las que la falta de comprensión cultural dio lugar a malentendidos.

Preguntas de autoevaluación

1. ¿Cuál es la capital de Ucrania?
 - A. Leópolis.
 - B. Kiev.
 - C. Járkov.
 - D. Odesa.
2. ¿Qué porcentaje del territorio de Ucrania está formado por tierras bajas y llanuras?
 - A. Alrededor del 50 %.
 - B. Alrededor del 70 %.
 - C. Alrededor del 95 %.
 - D. Alrededor del 20 %.
3. ¿Por qué se suele llamar a Ucrania «el granero de Europa»?
 - A. Por sus extensos bosques.
 - B. Por su suelo fértil y su gran potencial agrícola.
 - C. Porque es el mayor productor de carbón de Europa.
 - D. Porque tiene el mayor número de ríos.
4. ¿En qué región se encuentran los principales yacimientos de mineral de hierro y manganeso de Ucrania?
 - A. Donbás.
 - B. Kryvyi Rih.
 - C. Región de Lviv.
 - D. Región de Odesa.



5. ¿Qué acontecimiento importante tuvo lugar en Ucrania en 1991?
 - A. La Gran Hambruna.
 - B. La Revolución Naranja.
 - C. Ucrania recuperó su independencia tras el colapso de la URSS.
 - D. Las protestas del Euromaidán.
6. ¿Quién es considerado el poeta nacional de Ucrania?
 - A. Lesya Ukrayinka.
 - B. Iván Franko.
 - C. Taras Shevchenko.
 - D. Nikolái Gógol.
7. ¿Qué plato ucraniano, una sopa de remolacha, está incluido en la Lista del Patrimonio Cultural Inmaterial de la UNESCO?
 - A. Soljanka.
 - B. Borscht ucraniano.
 - C. Deruny.
 - D. Holubtsi.
8. ¿Qué ciudad ucraniana fue la antigua capital de la República Socialista Soviética de Ucrania (1919-1934)?
 - A. Odessa.
 - B. Járkov.
 - C. Dnipro.
 - D. Zaporizhzhia.
9. ¿Cuál fue una de las principales causas del conflicto de 2014 entre Ucrania y Rusia?
 - A. Un desastre natural.
 - B. Desacuerdo sobre las rutas comerciales.
 - C. Las relaciones más estrechas de Ucrania con la UE y la OTAN.
 - D. Una disputa territorial con Polonia.
10. ¿Cuál es una de las principales consecuencias de la guerra actual en Ucrania?
 - A. Disminución de la cooperación dentro de la OTAN.
 - B. Fortalecimiento de la unidad occidental y sanciones contra Rusia.
 - C. El colapso del Gobierno ucraniano.
 - D. Aumento del comercio entre Rusia y Europa.

03.

Aspectos legales y política de integración





Introducción

El objetivo principal del módulo es familiarizar a los participantes con los fundamentos del derecho y las formas de asistencia disponibles, con especial énfasis en el derecho a la educación y la integración social.

El curso incluye un debate sobre las normativas de protección de los refugiados en determinados países europeos, los principios de la política de integración y la importancia del apoyo psicosocial para los niños, los jóvenes y sus familias. Los participantes amplían sus conocimientos sobre la legislación en materia de asilo y las políticas inclusivas, aprenden a identificar las formas de asistencia institucionales y locales, y desarrollan actitudes basadas en la igualdad, la justicia social y los derechos humanos.

El curso utiliza clases, análisis jurídicos, debates y trabajo en grupo, con el apoyo de presentaciones multimedia y estudios de casos.

¿Quién es un refugiado? Comencemos con una definición básica.

Según la Convención de Ginebra de 1951 sobre el Estatuto de los Refugiados, un refugiado es una persona que:

«... debido a un temor fundado de ser perseguido por motivos de raza, religión, nacionalidad, pertenencia a un determinado grupo social u opiniones políticas, se encuentra fuera del país de su nacionalidad y no puede o, a causa de dicho temor, no quiere acogerse a la protección de ese país, o que, no teniendo nacionalidad, se encuentra fuera del país de su residencia habitual como consecuencia de acontecimientos similares, no puede o, a causa de dicho temor, no quiere regresar a él». (punto 3).

La Unión Europea define a los refugiados como:

«refugiado»: un nacional de un tercer país que, debido a un temor fundado de ser perseguido por motivos de raza, religión, nacionalidad, sus opiniones políticas o su pertenencia a un determinado grupo social, se encuentra fuera del país de su nacionalidad y no puede o, a causa de dicho temor, no quiere acogerse a la protección de ese país, o un apátrida que, encontrándose fuera del país de su residencia habitual por las mismas razones mencionadas anteriormente, no puede o, a causa de dicho temor, no quiere regresar a él, y al que no se aplica el artículo 12; (DIRECTIVA 2011/95/UE DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO, de 13 de diciembre de 2011, sobre normas para la concesión de la condición de beneficiario de protección internacional a nacionales de terceros países o apátridas, para un estatuto uniforme de refugiado o de persona con derecho a protección subsidiaria, y para el contenido de la protección concedida).

«persona que puede acogerse a la protección subsidiaria»: un nacional de un tercer país o un apátrida que no reúne los requisitos para ser considerado refugiado, pero respecto del cual se han demostrado motivos fundados para creer que, si fuera devuelto a su país de origen o, en el caso de un apátrida, a su país de residencia habitual anterior, correría un riesgo real de sufrir daños graves, tal como se definen en el artículo 15, y al que no se aplican los apartados 1 y 2 del artículo 17, y que no puede o, debido a dicho riesgo, no quiere acogerse a la protección de ese país; (DIRECTIVA 2011/95/UE DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO, de 13 de diciembre de 2011, sobre normas para la concesión de la condición de beneficiario de protección internacional a nacionales de terceros



países o apátridas, para un estatuto uniforme de refugiado o de persona con derecho a protección subsidiaria, y para el contenido de la protección concedida)

Esto significa que un refugiado no es un migrante económico, sino una persona obligada a huir debido a una amenaza grave para su vida o su libertad.

La magnitud del problema

Los migrantes son personas que abandonan su lugar de residencia y se desplazan, tanto dentro como fuera de su propio país, durante períodos cortos o largos, por diversas razones. No existe una definición internacional única y universalmente aceptada de este concepto, por lo que el término se refiere a personas en una amplia variedad de situaciones vitales.

El ACNUR define el desplazamiento forzoso como el movimiento involuntario de personas desde sus hogares o regiones debido a conflictos, persecuciones, violencia, abusos de los derechos humanos, desastres o cambio climático, siendo el factor clave la falta de elección o consentimiento, incluyendo a aquellos que cruzan las fronteras (refugiados) y a los desplazados dentro de su propio país (desplazados internos). Abarca la huida o el traslado forzoso, siendo fundamental la ausencia de una elección voluntaria.

Según el ACNUR, el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados, en 2025 se estima que habrá más de 120 millones de personas desplazadas por la fuerza viviendo en el mundo, de las cuales más de 40 millones serán refugiados, migrantes y desplazados forzados.

Detrás de cada una de estas cifras se esconde la tragedia de un individuo, una persona que ha tenido que abandonar su hogar, su familia y su trabajo para salvar su vida.

Fuentes de protección de los derechos de los refugiados

Derecho internacional

Documentos principales:

- La Convención de Ginebra de 1951 y el Protocolo de Nueva York de 1967 son los actos jurídicos básicos que regulan la condición de los refugiados en todo el mundo.
- Declaración Universal de Derechos Humanos (1948): el artículo 14 reconoce el derecho a solicitar asilo.
- Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos: protege los derechos de las personas, incluidas aquellas que se encuentran en proceso de asilo.
- Principio fundamental: no devolución —prohibición de expulsar o devolver a los refugiados a países en los que corren peligro—.

Legislación de la Unión Europea

En 2013, la UE adoptó una serie de reglamentos en el marco del Sistema Europeo Común de Asilo. Entre los documentos actualizados en virtud de este sistema figuran:



- Directiva del Parlamento Europeo y del Consejo, de 14 de mayo de 2024, por la que se establecen normas para la acogida de los solicitantes de protección internacional
- Reglamento Dublín III, que determina qué país de la UE es responsable de examinar una solicitud de asilo.
- Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea: garantiza la protección de los derechos fundamentales, incluidos los de los extranjeros.

Legislación nacional

- Constitución Española: arts. 13.4 (La ley establecerá los términos en que los ciudadanos de otros países y los apátridas podrán gozar del derecho de asilo en España) y 149.1.2.ª (establece como competencia exclusiva del Estado las materias de: nacionalidad, inmigración, emigración, extranjería y derecho de asilo).
- Ley 12/2009, de 30 de octubre, reguladora del derecho de asilo y de la protección subsidiaria.
- Real Decreto 220/2022, de 29 de marzo, por el que se aprueba el Reglamento por el que se regula el sistema de acogida en materia de protección internacional.
- Orden ISM/680/2022, de 19 de julio, por la que se desarrolla la gestión del sistema de acogida de protección internacional mediante acción concertada.
- Orden ISM/922/2023, de 6 de julio, por la que se desarrolla el régimen disciplinario del sistema de acogida en materia de protección internacional.

¿Qué derechos tienen los refugiados?

Los refugiados tienen derecho a:

- Protección contra el retorno forzoso (no devolución).
- Procedimientos de asilo justos y equitativos.
- Acceso a asistencia jurídica, médica y social.
- Educación y trabajo (en determinadas condiciones).
- Vivir con dignidad y seguridad.

No se trata de privilegios, sino de derechos humanos garantizados por el derecho internacional y nacional.

La importancia de estas normas jurídicas

¿Por qué son tan importantes estas normas?

- Protegen a las personas del trato arbitrario por parte de los Estados.



- Obligan a los Estados a respetar los principios de humanidad.
- Crean un marco para la cooperación internacional que es esencial ante las crisis mundiales de refugiados.
- Evitan la impunidad y los abusos, incluidas las deportaciones ilegales y los cierres de fronteras.

Retos y controversias

A pesar de la existencia de amplios sistemas de protección, el sistema no está exento de defectos:

- La politización del tema: la migración y los refugiados se convierten en una herramienta de lucha política.
- Falta de solidaridad entre países, especialmente en la UE, diferencias en los intereses nacionales.
- Los sistemas de asilo están sobrecargados.
- Condiciones inhumanas en los centros de refugiados.

Resumen

Los derechos de los refugiados no son solo una cuestión jurídica, sino también moral. Por eso son tan difíciles de evaluar. Las normas jurídicas internacionales y nacionales son la base de esta protección, pero su eficacia depende de la voluntad política, de la eficacia de las instituciones y de la empatía social.

Comprender los derechos educativos de los refugiados, tanto a nivel internacional como nacional.

Comencemos con una reflexión básica: la educación no es un privilegio, sino un derecho humano.

Para los refugiados y sus hijos, la educación cumple varias funciones clave:

- Les da la oportunidad de reconstruir su vida en un nuevo país.
- Permite el desarrollo personal y profesional.
- Apoya la integración en la sociedad de acogida.
- Reduce el riesgo de exclusión social y económica.
- Ayuda a superar experiencias traumáticas.

Según datos del ACNUR de los últimos años, más del 50 % de los niños refugiados de todo el mundo no asisten a la escuela y solo alrededor del 5 % de los jóvenes refugiados tienen acceso a la educación superior. Se trata de una enorme brecha que amenaza no solo su futuro, sino también la estabilidad social.



Garantías internacionales del derecho a la educación.

Derecho internacional.

El derecho de los refugiados a la educación está firmemente arraigado en documentos internacionales, entre los que se incluyen:

1. Convención sobre los Derechos del Niño (1989)
 - Artículo 28: Todo niño tiene derecho a la educación, independientemente de su situación jurídica.
 - Artículo 22: Los Estados deben proporcionar protección especial a los niños refugiados.
2. Convención de Ginebra de 1951 sobre el Estatuto de los Refugiados
 - Artículo 22: Obliga a los Estados a garantizar que los refugiados tengan el mismo acceso a la educación que los ciudadanos.
3. Declaración Universal de Derechos Humanos (1948)
 - Artículo 26: «Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo que se refiere a la enseñanza primaria».
4. Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas (Agenda 2030)
 - Objetivo 4: «Garantizar una educación de calidad para todos y promover el aprendizaje permanente».

ACNUR y otras organizaciones.

El ACNUR reconoce la educación como un elemento fundamental de la protección de los refugiados. Colabora con los Estados, las organizaciones no gubernamentales y las instituciones educativas para aumentar el acceso a la educación.

Legislación de la Unión Europea.

La Unión Europea también garantiza los derechos educativos de los refugiados, entre otras cosas mediante:

- Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea: el artículo 14 garantiza el derecho a la educación.
- Directivas sobre asilo, incluida la Directiva sobre la acogida de los solicitantes de asilo, que impone la obligación de facilitar el acceso al sistema educativo a los niños.

Los Estados miembros deben permitir que los niños extranjeros asistan a las escuelas públicas en las mismas condiciones que los nacionales, al menos hasta que se obtenga una decisión sobre su estatuto.

Legislación nacional

- Constitución Española: arts. 13.4 (La ley establecerá los términos en que los ciudadanos de otros países y los apátridas podrán gozar del derecho de asilo en España) y 149.1.2.ª (establece como competencia exclusiva del Estado las materias de: nacionalidad, inmigración, emigración, extranjería y derecho de asilo).



- Ley 12/2009, de 30 de octubre, reguladora del derecho de asilo y de la protección subsidiaria.
- Real Decreto 220/2022, de 29 de marzo, por el que se aprueba el Reglamento por el que se regula el sistema de acogida en materia de protección internacional.
- Orden ISM/680/2022, de 19 de julio, por la que se desarrolla la gestión del sistema de acogida de protección internacional mediante acción concertada.
- Orden ISM/922/2023, de 6 de julio, por la que se desarrolla el régimen disciplinario del sistema de acogida en materia de protección internacional.

Barreras al acceso a la educación

A pesar de las leyes y declaraciones existentes, en la práctica los refugiados se enfrentan a muchas dificultades:

- Barreras lingüísticas: el desconocimiento del idioma del país de acogida es el principal obstáculo para el aprendizaje.
- Trauma y estrés: los niños que han vivido una guerra o una migración forzosa suelen tener dificultades para concentrarse y relacionarse socialmente.
- Falta de acceso a documentos: por ejemplo, certificados de fin de estudios en el país de origen.
- Discriminación y aislamiento, tanto por parte de sus compañeros como de las instituciones.
- Falta de plazas en las escuelas, escasez de personal, sistemas educativos sobrecargados, especialmente en los países que acogen a un gran número de refugiados.

Buenas prácticas y líneas de actuación

Para que la educación de los refugiados sea un derecho real y no solo una disposición legal, se necesitan medidas específicas:

- Apoyo lingüístico, por ejemplo, clases preparatorias y clases de recuperación.
- Formación para profesores: cómo trabajar con niños con experiencias migratorias y traumáticas.
- Integración con los compañeros: actividades interculturales, proyectos conjuntos.
- Reconocimiento de certificados extranjeros: procedimientos simplificados.
- Colaboración con organizaciones no gubernamentales que apoyan a los niños refugiados y sus familias.



Resumen

El derecho a la educación de los refugiados no es solo responsabilidad de los Estados, sino también una inversión en el futuro de la sociedad en su conjunto. Ofrece oportunidades para una vida mejor, favorece la integración y tiende puentes interculturales.

¿Quiénes son los estudiantes refugiados y por qué necesitan apoyo?

Un estudiante refugiado es alguien a quien se le ha concedido el estatuto de refugiado, protección subsidiaria, asilo, permiso de residencia humanitario u otro estatuto de protección en Europa y que está cursando o continuando estudios superiores. Los refugiados a menudo tienen que reconstruir sus vidas desde cero. En el caso de los estudiantes, estos retos incluyen la falta de documentación que acredite su formación previa, las barreras lingüísticas, las dificultades económicas, el conocimiento limitado del sistema educativo y la necesidad de una rápida adaptación cultural.

Tipos de apoyo para los refugiados de Ucrania

Las instituciones y organizaciones han ofrecido y siguen ofreciendo apoyo en muchas áreas:

- Asistencia jurídica y administrativa: asistencia para legalizar su estancia, obtener un número de identificación.
- Alojamiento: asignación de plazas en locales municipales, refugios, familias de acogida.
- Financiera y social: prestaciones, subsidios, cupones de alimentos.
- Educativa: acceso a escuelas, apoyo docente, cursos de idiomas.
- Psicológico y sanitario: terapia, asistencia para acceder a médicos.
- Profesional: orientación profesional, formación, colocación laboral.

PRACTIQUEMOS

Temas para debatir en grupo:

- **Ayuda psicológica:** el papel de los psicólogos, terapeutas y psicoterapeutas en el trabajo con refugiados.
- **Grupos de apoyo:** ¿Qué grupos de apoyo hay disponibles para los refugiados (por ejemplo, grupos de apoyo para mujeres, niños, personas con discapacidad)?
- **Centros de intervención en crisis:** ¿Qué centros ofrecen atención de emergencia para reacciones postraumáticas graves?



- **Asistencia social y bienestar social:** ¿Qué apoyo proporcionan las instituciones estatales y las organizaciones no gubernamentales?
- **Programas de apoyo a la infancia:** programas psicológicos especializados, terapia ocupacional, clases de relajación.

Trabajo en grupo: Identificación de las necesidades de los refugiados y formas de apoyo.

Trabajo en grupo, análisis de casos.

Tarea: Los participantes se dividirán en grupos y se les presentarán casos específicos de refugiados que necesitan apoyo psicosocial. Los grupos tendrán la tarea de identificar las necesidades de estas personas y proponer formas de apoyo.

- Caso 1: Un niño refugiado que ha sobrevivido a la guerra y tiene dificultades para adaptarse a la escuela. ¿Qué formas de apoyo son adecuadas para él?
- Caso 2: Una mujer refugiada que lucha contra el trauma de haber perdido a sus seres queridos. ¿Qué tipo de apoyo psicosocial podría ayudarla?
- Caso 3: Un refugiado que ha sufrido el trauma de la guerra y tiene dificultades en sus relaciones interpersonales. ¿Qué tipo de apoyo podría ayudarlo?
- Presentación de resultados: cada grupo presenta sus conclusiones y debate las soluciones propuestas.

Resumen de los temas debatidos.

- Los refugiados son personas que huyen de la persecución. Sus derechos están protegidos por el derecho internacional (incluida la Convención de Ginebra), el derecho de la UE y el derecho nacional (por ejemplo, la Constitución de la República de Polonia y la Ley de Extranjería).
- La educación es un derecho humano fundamental, también para los refugiados, y la clave para su integración e independencia.
- Los estudiantes refugiados tienen derecho a estudiar en Polonia, pero necesitan un apoyo sistémico para poder ejercer realmente este derecho.
- En respuesta a la guerra en Ucrania, muchas instituciones y organizaciones de Polonia están apoyando a los refugiados en materia de alojamiento, educación, salud e integración.

Preguntas de autoevaluación

1. Según la Convención de Ginebra de 1951, ¿quién se considera refugiado?
 - A. Una persona que abandona su país por motivos económicos.
 - B. Una persona que viaja al extranjero para estudiar.
 - C. Una persona que huye de la persecución por motivos de raza, religión, nacionalidad, grupo social u opinión política.
 - D. Una persona que busca mejores oportunidades laborales en el extranjero.



2. ¿Qué principio clave prohíbe devolver a los refugiados a países donde puedan correr peligro?
 - A. El principio de integración.
 - B. Principio de igualdad.
 - C. Principio de no devolución.
 - D. Principio de reciprocidad.
3. ¿Qué documento reconoció por primera vez el derecho a solicitar asilo?
 - A. La Convención de Ginebra (1951).
 - B. La Declaración Universal de Derechos Humanos (1948).
 - C. El Reglamento Dublín III.
 - D. La Constitución polaca.
4. Según el ACNUR, ¿cuántos refugiados habrá aproximadamente en todo el mundo en 2025?
 - A. 10 millones.
 - B. 25 millones.
 - C. 40 millones.
 - D. 120 millones.
5. ¿Qué reglamento de la UE determina qué Estado miembro es responsable de examinar una solicitud de asilo?
 - A. Acuerdo de Schengen.
 - B. Reglamento Dublín III.
 - C. Tratado de Lisboa.
 - D. Carta Social Europea.
6. Según el derecho internacional, ¿qué derechos tienen los refugiados?
 - A. Solo el derecho al trabajo.
 - B. Protección contra el retorno forzoso, un proceso de asilo justo, acceso a la salud y la educación.
 - C. Solo el derecho a la alimentación.
 - D. Solo el derecho a un alojamiento temporal.
7. Según el ACNUR, ¿qué porcentaje de niños refugiados en todo el mundo no asiste a la escuela?
 - A. 10%
 - B. 25%
 - C. 50%
 - D. 75%
8. ¿Qué documento internacional garantiza la igualdad de acceso a la educación para los refugiados (artículo 22)?
 - A. Convención de Ginebra sobre los Refugiados (1951).
 - B. Convención sobre los Derechos del Niño (1989).
 - C. Carta Europea de los Derechos Fundamentales.
 - D. Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas.

04.

Aspectos de salud, psicológicos y sociales





Introducción

Desde el estallido de la guerra en Ucrania, millones de personas se han visto obligadas a huir de su país en condiciones de extrema vulnerabilidad, lo que supone para los países europeos de acogida no solo un reto logístico, sino también una profunda responsabilidad humana, ética y profesional. En este contexto, los profesionales que trabajan en primera línea, como los educadores, el personal sanitario, los trabajadores sociales y los voluntarios, deben contar con herramientas básicas que les permitan comprender la situación de los refugiados desde una perspectiva holística.

Este módulo se enmarca en un enfoque de atención integral a los refugiados, centrado en los elementos clave de la salud física, el bienestar psicológico y la integración social, y tiene como objetivo esbozar los principales factores que intervienen en estas áreas, ofreciendo una propuesta pedagógica y práctica accesible a profesionales de diversos sectores y que promueve una atención sensible, respetuosa y transformadora.

Salud: impactos y atención básica

El estado de salud de los refugiados no puede analizarse de forma aislada, sino como el resultado de múltiples factores de riesgo acumulados. A menudo, quienes llegan a los países de acogida lo hacen después de haber pasado por experiencias extremadamente duras: largos viajes, exposición al frío o al calor extremos, hacinamiento, falta de acceso a agua potable y alimentos y, en muchos casos, después de pasar días o semanas en refugios, estaciones o campamentos improvisados. Todo ello repercute directamente en la salud física y puede agravar enfermedades preexistentes. Entre las afecciones más comunes se encuentran las infecciones respiratorias, los problemas gastrointestinales, las afecciones cutáneas, las heridas sin tratar y los síntomas relacionados con el agotamiento físico. Las mujeres embarazadas son especialmente vulnerables debido a la falta de atención médica durante el embarazo o el posparto. Del mismo modo, la falta de seguimiento de enfermedades crónicas como la hipertensión, la diabetes o el asma puede dar lugar a complicaciones graves.

Además, muchas personas suelen abstenerse de buscar ayuda médica debido al desconocimiento de sus derechos, las barreras lingüísticas o el miedo al rechazo. En este contexto, el papel de los educadores o los profesionales sociales como figuras de apoyo es esencial. Facilitar la comprensión del funcionamiento del sistema sanitario, ayudar a gestionar las citas o explicar las recomendaciones médicas en términos sencillos son pequeñas acciones que pueden marcar una gran diferencia.

Promover el autocuidado también es una herramienta clave. Enseñar hábitos de higiene, fomentar el descanso, garantizar el acceso a ropa adecuada o alimentos saludables y promover la vacunación no son tareas exclusivas de los profesionales sanitarios, sino acciones compartidas por todos aquellos que trabajan con refugiados.

Afecciones comunes en contextos de refugiados

Los refugiados suelen sufrir desplazamientos forzados prolongados en condiciones adversas. En el caso de la población ucraniana, muchos han viajado por tierra o por ferrocarril durante días o semanas, enfrentándose a condiciones climáticas extremas (en algunos casos, un invierno severo), acceso limitado a alimentos nutritivos, agua potable, higiene básica y atención médica continua.



Estas circunstancias agravan la aparición o el desequilibrio de enfermedades preexistentes. Según la experiencia profesional,, además del viaje en sí, los ucranianos han sufrido condiciones adversas en su propio país porque, para protegerse de los bombardeos, se escondieron en sótanos y zonas subterráneas durante días, donde estuvieron expuestos a condiciones insalubres de frío, humedad, ratas, falta de luz y falta de agua potable. En muchos casos, presentaban riesgo de tuberculosis latente, por lo que se les instó a hacerse la prueba de Mantoux.

Principales problemas de salud física en las poblaciones de refugiados

Las siguientes afecciones son muy frecuentes en las primeras etapas de la llegada:

- Infecciones respiratorias agudas: como bronquitis, tuberculosis y neumonía, como resultado de la exposición prolongada al frío, el hacinamiento y la falta de un refugio adecuado.
- Enfermedades gastrointestinales: diarrea, vómitos e infecciones parasitarias relacionadas con la falta de higiene o el consumo de alimentos contaminados.
- Problemas dermatológicos: dermatitis, infecciones cutáneas, sarna o infestaciones por piojos (pediculosis), comunes en situaciones de alojamiento colectivo sin una higiene personal regular.
- Dolores musculoesqueléticos: distensiones, lesiones articulares o dolores crónicos por caminar largas distancias, transportar cargas pesadas, dormir en superficies inadecuadas o estrés físico continuo.
- Descompensación de enfermedades crónicas: como diabetes mellitus, hipertensión, epilepsia y enfermedades cardíacas, que requieren un tratamiento continuo difícil de mantener en contextos de desplazamiento.

Los profesionales sanitarios que atienden a los refugiados deben dar prioridad al triaje para identificar los casos de descompensación aguda y los riesgos que ponen en peligro la vida, incluso si no hay una emergencia aparente.

Atención a los grupos especialmente vulnerables

Es esencial aplicar un enfoque diferencial que tenga en cuenta las necesidades específicas de determinados grupos dentro de la población refugiada:

- Mujeres embarazadas o madres lactantes: necesitan seguimiento obstétrico, una nutrición adecuada, suplementos vitamínicos, acceso seguro al parto y apoyo posnatal. Muchas desconocen cómo acceder a los servicios de salud locales o temen acudir a los centros debido a barreras lingüísticas o administrativas.
- Niños con calendarios de vacunación incompletos: es habitual que los niños no hayan recibido todas las vacunas del calendario nacional o que su historial médico no esté documentado. La vacunación contra el sarampión, la poliomielitis y la COVID-19 es prioritaria.
- Personas mayores con enfermedades crónicas: La fragilidad física, el aislamiento y la pérdida de sus redes familiares aumentan su vulnerabilidad. Necesitan apoyo emocional, adherencia a los tratamientos y cuidados geriátricos específicos.



- Personas con diversidad funcional (física, sensorial o intelectual): Las barreras arquitectónicas, de comunicación y de actitud pueden crear múltiples formas de exclusión. Es fundamental garantizar la accesibilidad, los intérpretes y la asistencia técnica adecuada.

Recomendaciones para los profesionales

- Realizar una evaluación inicial exhaustiva, no solo física, sino también psicológica y social.
- Promover el acceso equitativo a la atención sanitaria, teniendo en cuenta el derecho universal a los servicios de salud.
- Trabajar con intérpretes o mediadores culturales para reducir las barreras lingüísticas.
- Coordinarse con los servicios de atención primaria, la salud pública y las organizaciones sociales para adoptar un enfoque integral.
- Mantener una actitud empática y no paternalista, entendiendo que muchos refugiados eran autosuficientes y activos en sus países de origen.

Marco jurídico y protección internacional

Los refugiados tienen derecho a acceder a la atención sanitaria según el país de acogida. En el caso de la Unión Europea, se ha activado la Directiva sobre protección temporal (2001/55/CE), que garantiza el acceso a la atención sanitaria, la educación y los servicios sociales a las personas desplazadas por la guerra en Ucrania.

Barreras para acceder al sistema sanitario

Aunque en la mayoría de los países europeos se reconoce a los refugiados el derecho a acceder a la asistencia sanitaria básica, el ejercicio efectivo de ese derecho se ve a menudo obstaculizado por múltiples barreras, que pueden ser estructurales, personales o culturales.

Principales barreras de acceso

Barreras lingüísticas y de comunicación

- Dificultad para comprender el idioma local, tanto en las conversaciones con el personal sanitario como en la comprensión de recetas, instrucciones médicas o formularios.
- La falta de intérpretes profesionales, lo que a menudo lleva a recurrir a menores o familiares como traductores, lo que puede generar riesgos éticos y clínicos.
- Bajo nivel de conocimientos sobre salud, lo que dificulta la comprensión de conceptos básicos de salud, prevención y tratamiento.

Miedo, desconfianza y desinformación

- Algunos refugiados desconocen sus derechos en materia de atención sanitaria y temen que solicitar asistencia médica pueda afectar negativamente a su situación legal.



- Hay casos en los que el miedo a ser deportados, incluso cuando es infundado en el contexto de la protección internacional, puede disuadirles de ponerse en contacto con las instituciones.
- La desconfianza puede aumentar si han sufrido corrupción, discriminación o negligencia en sistemas sanitarios anteriores.

Barreras administrativas y burocráticas

- La falta de documentación, como un documento de identidad oficial, una tarjeta sanitaria o una dirección fija, lo que puede retrasar o impedir el acceso a los servicios médicos.
- Procesos complejos que no están adaptados a las personas que no hablan el idioma, especialmente cuando se trata de concertar citas, derivaciones, registrarse en el sistema o gestionar recetas.

Diferencias culturales en materia de salud

- Modelos culturales diversos de enfermedad y tratamiento: algunas personas pueden preferir remedios tradicionales, evitar el contacto físico con el personal médico del sexo opuesto o expresar el dolor de formas que difieren de la norma en el país de acogida.
- Estigmas relacionados con la salud mental, especialmente en algunas comunidades donde acudir al psicólogo o al psiquiatra puede considerarse un signo de debilidad o locura.

Papel del personal educativo, comunitario y social

El apoyo prestado por profesionales no médicos (educadores, trabajadores sociales, mediadores, voluntarios) puede ser crucial para superar estas barreras. Algunas funciones clave son:

- Explicar el funcionamiento básico del sistema sanitario local (por ejemplo, la diferencia entre atención primaria, servicios de urgencias, especialistas, farmacias, etc.), siempre con su consentimiento expreso y respetando su privacidad.
- Acompañar a las personas a las citas médicas para traducir, proporcionar apoyo emocional y facilitar el cumplimiento de las instrucciones médicas.
- Promover campañas de concienciación sobre la salud en las zonas de acogida (escuelas, refugios, centros comunitarios).
- Actuar como puentes culturales, ayudando a los profesionales sanitarios a comprender ciertos comportamientos, creencias o expresiones de malestar.

En una comunidad escolar que acoge a estudiantes ucranianos, los profesionales de las escuelas pueden detectar signos de malestar físico o psicológico en un niño y derivarlo al sistema sanitario, explicando a las familias en su idioma qué pasos deben seguir, con empatía y sin causar alarma.



Mejores prácticas para reducir las barreras

- Implementar servicios de interpretación profesional, especialmente durante los primeros contactos con la atención sanitaria.
- Crear materiales visuales o traducidos sobre los derechos sanitarios y el funcionamiento del sistema.
- Formar a los profesionales sanitarios en competencia cultural y comunicación intercultural.
- Incluir mediadores interculturales en los centros de salud y hospitales.
- Coordinarse con las ONG y las entidades sociales que trabajan directamente con los refugiados para garantizar un enfoque integral.

Señales de alerta y educación sanitaria

Los refugiados pueden mostrar señales sutiles u obvias de problemas de salud física, mental o social que pueden pasar desapercibidos sin una perspectiva capacitada y empática. La detección de estos indicadores tempranos permite activar redes de apoyo y evitar el empeoramiento de su situación.

Señales de alerta a tener en cuenta

Estas señales no siempre indican una enfermedad, pero pueden ser indicadores de vulnerabilidad física, emocional o social:

Apariencia visiblemente deteriorada o signos de desnutrición:

- Pérdida de peso significativa, palidez extrema, piel seca, ojos hundidos, debilidad muscular.
- En niños: peso bajo para su edad, baja estatura, falta de energía o retrasos en el desarrollo.

Fatiga crónica o quejas somáticas frecuentes:

- Dolores de cabeza persistentes, dolor abdominal o muscular sin causa médica aparente.
- Dificultad para dormir, agotamiento constante, irritabilidad o llanto fácil.
- Estas molestias pueden estar relacionadas con trastornos de salud mental (estrés postraumático, depresión, ansiedad) que se manifiestan de forma somática.

Descuido del cuidado personal o del cuidado de los niños:

- Falta prolongada de higiene, ropa inadecuada, no acudir a citas médicas o escolares.
- Niños con necesidades básicas insatisfechas, desnutrición, abandono escolar o aislamiento social.
- Esto puede reflejar agotamiento extremo, problemas de salud mental o desintegración familiar debido al desplazamiento.



Estos signos deben interpretarse dentro de su contexto cultural, evitando juzgar y teniendo en cuenta las precarias condiciones en las que viven muchos refugiados.

La educación sanitaria básica como herramienta de protección

Además de detectar los signos de alerta, los profesionales en contacto con las poblaciones refugiadas deben promover prácticas saludables como parte del apoyo diario. La educación sanitaria se basa en:

Promoción de la higiene personal y el cuidado del entorno:

- Lavado de manos, cuidado de heridas, higiene bucal, gestión de residuos en espacios compartidos.
- Con los niños, esto se puede hacer a través de juegos, rutinas y refuerzo positivo.

Fomentar el autocuidado y el descanso:

- Respetar las horas de sueño, reconocer los signos de agotamiento y desarrollar hábitos saludables.
- Enseñar que el descanso es un derecho, no un lujo.

Nutrición equilibrada basada en los recursos locales:

- Orientación sobre cómo obtener una dieta básica y nutritiva con los recursos disponibles.
- Educación sobre la hidratación, evitando el consumo excesivo de azúcar o alimentos procesados siempre que sea posible.
- Salud preventiva:
 - Promoción de la vacunación (infantil, COVID-19, gripe).
 - Proporcionar información sobre salud sexual y reproductiva, prevención de infecciones y acceso a métodos anticonceptivos.
- Normalizar la salud mental como parte del bienestar general:
 - Hablar del estrés, la tristeza o el miedo como reacciones normales.
 - Desestigmatizar la búsqueda de ayuda de profesionales de la salud mental.
 - Incorporar actividades que promuevan la expresión emocional: arte, deportes, escritura, conversación.

Recomendaciones para los profesionales

- Respetar sus ritmos en general y, en particular, en días en los que, por ejemplo, haya habido un atentado en su ciudad de origen, ya que están preocupados por lo sucedido y necesitan comunicarse con sus familias. En tales circunstancias, es difícil lidiar con la angustia y atender las actividades laborales o académicas.
- Observar sin entrometerse, escuchar sin interrogar y acompañar sin imponer.



- Incluir la educación sanitaria en diversos entornos, como escuelas, comedores, centros de acogida o espacios comunitarios.
- Utilizar materiales visuales, ejemplos sencillos y técnicas participativas.
- Coordinarse con el personal sanitario para reforzar los mensajes clave y facilitar el acceso a los recursos.

Psicológico: Trauma y resiliencia

Reacciones emocionales comunes

El desplazamiento forzoso, como el que han sufrido muchos refugiados ucranianos, es una experiencia potencialmente traumática que conlleva una intensa carga emocional. Las situaciones que pueden generar traumas incluyen:

- Exposición directa o indirecta a violencia extrema, como bombardeos o ataques armados.
- Pérdida de familiares, amigos o vecinos, a menudo en circunstancias trágicas.
- Separación familiar forzosa, con miembros que quedan en zonas de conflicto. Además de dejar a sus familias atrás en zonas de conflicto (la mayoría de los refugiados asistidos tienen familiares que luchan en el frente y, en ocasiones, no saben nada de ellos durante largos periodos de tiempo).
- Abandono repentino del hogar, el trabajo, el entorno educativo y social. Del mismo modo, la pérdida de sus hogares y pertenencias personales, ya que en muchos casos, tras los bombardeos, lo han perdido todo.
- Condiciones adversas durante el viaje migratorio, a menudo peligroso, incierto o inhumano.

Estas experiencias no solo causan un malestar psicológico inmediato, sino que pueden dejar una profunda huella en el funcionamiento emocional, cognitivo y social de la persona.

Reacciones emocionales más comunes

Es importante destacar que las reacciones emocionales al trauma no son «anormales», sino respuestas humanas a situaciones extremas. Algunas de las reacciones más frecuentes son:

Ansiedad generalizada e hipervigilancia:

- Estar constantemente en alerta, sobresaltarse con ruidos fuertes o movimientos repentinos.
- Dificultad para relajarse o dormir.
- Preocupación persistente por la seguridad personal o la seguridad de los seres queridos.



Tristeza profunda y anhedonia:

- Pérdida de interés o placer en actividades que antes eran significativas.
- Sentimientos de vacío, desesperanza o inutilidad.
- Aislamiento social y retraimiento.

Culpa y vergüenza:

- «Culpa del superviviente» (sentirse culpable por haber escapado mientras otros se quedaron atrás o murieron).
- Sentirse indigno de recibir ayuda o como si se estuviera siendo una carga para los demás.

Irritabilidad o reacciones de ira:

- Cambios bruscos de humor, reacciones desproporcionadas ante estímulos menores.
- A veces, expresiones agresivas que ocultan un profundo dolor emocional.

Dificultades cognitivas:

- Problemas de concentración, olvidos frecuentes, confusión mental.
- Dificultad para tomar decisiones o bajo rendimiento escolar/laboral.

Estas reacciones pueden variar según la edad, el sexo, los antecedentes personales y los recursos para afrontar la situación. En los niños, los síntomas pueden manifestarse a través de comportamientos regresivos (como la enuresis), juegos repetitivos con contenido traumático o miedo a la separación de las figuras de apego.

¿Cuándo hay que preocuparse? Indicadores de posibles trastornos de salud mental

Aunque muchas personas se adaptan con el tiempo, algunas pueden desarrollar trastornos psicológicos que requieren derivación especializada, como:

- Trastorno por estrés postraumático (TEPT): síntomas como revivir constantemente el trauma (flashbacks, pesadillas), evitar lugares o conversaciones relacionados y reactividad emocional exagerada.
- Depresión grave o trastornos de ansiedad: estas afecciones afectan al funcionamiento diario y no mejoran con el tiempo.
- Trastornos del sueño graves o prolongados: impiden el descanso y exacerban otros síntomas.

Comportamientos autolesivos, pensamientos suicidas o agresividad incontrolada: requieren una intervención inmediata.



Recomendaciones para abordarlos desde una perspectiva psicosocial

- Valide el malestar sin minimizarlo («Es normal sentirse así en tu situación»).
- Evitar etiquetar o patologizar desde el primer contacto.
- Ofrecer espacios seguros para expresarse sin juzgar.
- Promover rutinas y una sensación de previsibilidad para ayudar a reconstruir la sensación de control.
- Estimular los recursos de resiliencia internos y comunitarios.

Trauma psicosocial

El trauma psicosocial se refiere no solo al impacto del evento traumático inicial (como un bombardeo o la pérdida de un familiar), sino también a las condiciones posteriores que exacerban o prolongan este sufrimiento, especialmente en contextos de refugiados: desarraigo, separación familiar, incertidumbre, pérdida de referencias culturales o religiosas, exclusión social y precariedad material.

Manifestaciones del trauma psicosocial en los niños

El trauma en la infancia no siempre se expresa verbalmente. A menudo, se manifiesta en comportamientos, cambios en el cuerpo o relaciones sociales:

- Regresión conductual:
 - Reaparición de comportamientos de etapas anteriores, como chuparse el dedo, hablar como un bebé o mojar la cama (enuresis).
- Comportamientos disruptivos o desafiantes:
 - Irritabilidad, rabietas frecuentes, desobediencia o hiperactividad inusual.
- Silencio selectivo o retraimiento:
 - No hablar en determinados contextos, negarse a participar, evitar el contacto visual.
- Juegos repetitivos con contenido traumático:
 - Juegos centrados en la guerra, la muerte, la huida o el miedo, que permiten al niño revivir o intentar controlar simbólicamente lo que ha vivido.

Estas reacciones no deben interpretarse como mal comportamiento, sino como formas de adaptación al trauma. La intervención debe centrarse en el apoyo, no en el castigo o la corrección forzada.

Los aspectos relacionados con el trauma se tratarán con mayor profundidad en capítulos posteriores.

Factores de protección y promoción de la resiliencia

La resiliencia es la capacidad de una persona o comunidad para adaptarse positivamente a la adversidad, sin negar el dolor, pero sin quedar paralizada por él. En contextos de refugiados, es fundamental identificar y fortalecer los factores de protección que amortiguan el impacto del trauma y fomentan un desarrollo saludable.



Factores de protección clave:

Estabilidad en el entorno inmediato:

- Mantener rutinas diarias predecibles (hora de acostarse, comidas, asistencia a la escuela).
- Establecer reglas claras con límites emocionales coherentes.

Presencia de adultos comprensivos y disponibles:

- Cuidadores que escuchen, validen y contengan sin dramatizar.
- Coherencia entre lo que dicen y lo que hacen (seguridad emocional).

Participación en actividades significativas:

- Juegos, deportes, arte, música, comunidad o tareas escolares.
- Espacios donde puedan sentirse útiles, reconocidos y activos.

Acceso a apoyo emocional y espacios seguros:

- Lugares donde expresar emociones sin ser juzgados.
- Contacto con profesionales, compañeros o figuras significativas.

En la práctica educativa y comunitaria, la resiliencia se fomenta más por el entorno que por la «fuerza de voluntad» individual. La creación de entornos seguros y humanos es, en sí misma, una forma de intervención.

Primeros auxilios psicológicos (PFA)

Los primeros auxilios psicológicos (PFA) son una herramienta básica para la intervención psicosocial inmediata tras situaciones de crisis. No sustituyen a la psicoterapia ni pretenden imponer una narrativa, sino que contienen, calman y guían a las personas en situaciones de estrés agudo.

Principios fundamentales de los PFA:

Escuchar con atención y sin juzgar:

- Estar presente, dando espacio sin presionar.
- Evitar preguntas invasivas o demasiado directas.

Validar las emociones sin forzar la narrativa traumática:

- No es necesario revivir el trauma para sanar.
- Frases como: «Lo que sientes tiene sentido», «No es culpa tuya» o «Reaccionar así es completamente humano».



Proporciona tranquilidad y una sensación de seguridad:

- Utilice un tono tranquilo, transmita serenidad.
- Evite expresiones de alarma o angustia.

Orientación práctica y clara:

- Proporcione información útil («¿Dónde está el centro de salud?», «¿Con quién puede hablar?»).
- Facilite el acceso a las redes de apoyo social y familiar.

Ejemplos de intervenciones respetuosas y eficaces:

- «Ahora estás a salvo. No estás solo».
- «Es normal sentirse así después de lo que has pasado».
- «Estoy aquí para ayudarte con lo que necesites en este momento».
- «Si alguna vez quieres hablar, estaré cerca».

Cualquier persona capacitada, no solo los profesionales de la salud mental, puede aplicar la PFA: profesores, educadores, voluntarios y personal de primera línea.

Social: integración, dignidad y redes

El desplazamiento forzoso y la ruptura del tejido social

El desplazamiento forzoso no solo implica un cambio geográfico, sino también una profunda dislocación social, emocional y simbólica. La persona desplazada no solo ha perdido un lugar físico, sino también una red: familia extensa, amigos, colegas, vecinos, costumbres, rituales, símbolos culturales e identidad comunitaria.

Este proceso conlleva una ruptura del tejido social, lo que puede desencadenar múltiples formas de sufrimiento, a menudo invisibles, pero profundamente limitantes.

Impactos sociales más comunes del desplazamiento forzoso

- Soledad y aislamiento
 - Al llegar al país de acogida, muchos refugiados se encuentran solos, sin una red de apoyo ni referencias culturales comunes.
 - Las barreras lingüísticas, las diferencias religiosas o culturales y la falta de espacios comunes agravan esta desconexión.
 - En el caso de los refugiados varones, el aislamiento se suele vivir en silencio debido a la presión cultural de «no parecer vulnerable».
- Rompimiento de vínculos significativos
 - La separación de los seres queridos, a menudo sin saber cuándo se reunirán, genera un dolor ambivalente: no hay certeza sobre la muerte o la supervivencia de los que se quedan atrás.



- Se pierde el sentido de continuidad en la historia familiar, lo que genera sentimientos de pérdida de identidad y desarraigo.
 - Dificultad para redefinir el papel social
 - Los profesionales altamente cualificados pueden encontrarse inactivos o trabajando en puestos muy por debajo de su nivel de competencia.
 - Las madres o los padres pueden perder la capacidad de proteger a sus hijos como lo hacían antes, lo que puede dañar su autoestima y provocarles culpa. En muchos casos, esto también puede conducir a una tendencia a la sobreprotección disfuncional, lo que da lugar, por ejemplo, a comportamientos disruptivos en los niños o al absentismo escolar.
 - Los jóvenes y adolescentes pueden sentirse desorientados al intentar integrarse en el sistema educativo, laboral o social.
- Ejemplo:** Un médico refugiado que ahora vive en un refugio colectivo sin permiso de trabajo puede experimentar una profunda pérdida de identidad profesional y utilidad social, lo que afecta a su salud mental y a su motivación para integrarse.
- Vulnerabilidad a la exclusión y la discriminación
 - Los refugiados pueden enfrentarse a actitudes xenófobas o racistas, a menudo sutiles, como la estigmatización en los medios de comunicación, la desconfianza en los espacios públicos o la burocracia hostil.
 - Las barreras estructurales (idioma, documentación, falta de reconocimiento de las cualificaciones) refuerzan la sensación de estar «fuera del sistema».
 - Las mujeres, las personas LGBTQ+, las personas mayores y las personas con diversidad funcional se enfrentan a múltiples capas de exclusión.

Recomendaciones para los profesionales

- Evitar perspectivas paternalistas o basadas en la caridad: los refugiados son agentes activos, no solo receptores de ayuda.
- Promover espacios de escucha, participación y expresión cultural, donde puedan compartir sus historias, conocimientos y recursos.
- Facilitar redes de apoyo horizontales, no solo verticales (ayuda profesional), para fomentar el sentido de pertenencia.
- Trabajar desde una perspectiva intercultural, reconociendo la diversidad como un valor, no como una dificultad.

Educación e inclusión

La escuela —y, por extensión, cualquier espacio educativo o formativo— no es solo un lugar de aprendizaje académico, sino también un espacio clave de socialización en el proceso de integración de los niños, adolescentes y adultos refugiados. Puede convertirse en uno de los primeros entornos de seguridad, pertenencia y reconstrucción de la identidad si se gestiona con sensibilidad intercultural y un enfoque inclusivo.

Función social de los espacios educativos en contextos de refugiados

Para quienes han experimentado la pérdida de su hogar, comunidad o país, la escuela puede ser el primer lugar donde se les reconoce como parte de algo. Su valor va mucho más allá del contenido curricular:



- Proporciona estructura y rutina, generando una sensación de control y previsibilidad.
- Facilita la creación de nuevos vínculos emocionales y sociales.
- Ofrece espacios para la expresión emocional y creativa.
- Puede servir como puerta de acceso a servicios de apoyo (sociales, sanitarios, psicológicos).

Recomendaciones clave para los profesionales de la educación

- Crear un entorno predecible, seguro y respetuoso
 - Establecer normas y rutinas claras y visibles.
 - Evitar cambios repentinos, castigos humillantes o comparaciones públicas.
 - Presta atención a los posibles efectos traumáticos en el comportamiento: interpreta las reacciones con empatía.

Ejemplo: un niño que se sobresalta ante un ruido fuerte puede estar reaccionando debido a una experiencia pasada (bombardeos, alarmas antiaéreas). Critarle o ridiculizarlo empeorará su inseguridad.

- Adapte los materiales a la diversidad lingüística y cultural
 - Incorpore señalización bilingüe o multilingüe.
 - Traduzca las instrucciones y comunicaciones básicas para las familias.
 - Utilice recursos visuales o pictogramas para facilitar la comprensión.

Idea: Trabajar con cuentos tradicionales tanto del país de acogida como del país de origen, creando un diálogo intercultural.

- Promover el respeto mutuo y el trabajo cooperativo
 - Fomente actividades en las que se valore el trabajo en equipo y la diversidad.
 - Evitar la segregación por idioma o nacionalidad en los grupos.
 - Destaque en los contenidos escolares historias de superación de adversidades, migración o resiliencia.

Ejemplo de actividad: En una clase tutorial o de idiomas, pedir a cada alumno que comparta algo de su lugar de origen (comida, palabra favorita, celebración tradicional).

- Prevenir el acoso y la estigmatización
 - Formar a profesores y alumnos en convivencia intercultural y educación emocional.
 - Establezca protocolos claros para hacer frente a la discriminación o el racismo.
 - Involucrar a las familias refugiadas en la comunidad educativa.

Señales de alerta: Aislamiento constante, burlas relacionadas con el acento o el origen, largos silencios, negativa a participar.

Red de apoyo comunitario

La inclusión social de los refugiados no es un proceso individual, sino un fenómeno profundamente comunitario. La reconstrucción del sentido de pertenencia y dignidad depende en gran medida del tejido social que se construye o se fortalece en el lugar de acogida.



Papel de la red comunitaria

Una red comunitaria sólida:

- Facilita la integración social y cultural.
- Proporciona apoyo emocional, práctico y simbólico.

Reduce los sentimientos de aislamiento y vulnerabilidad.

- Mejora la autonomía y la participación activa.

Estrategias para fortalecer la red comunitaria

Involucrar a las asociaciones locales y a los vecinos en el proceso de acogida

- Fomentar las asociaciones con organizaciones sociales, ONG, grupos religiosos, clubes deportivos, centros culturales y vecinales.
- Animar a los vecinos a actuar como mediadores culturales y acompañantes, ayudando a romper las barreras lingüísticas y culturales.
- Promover la voluntad de colaboración para que la acogida no recaiga únicamente en las entidades oficiales.

Crear espacios de encuentro intercultural

- Organizar actividades sociales, culturales y recreativas que promuevan el intercambio de experiencias, tradiciones y conocimientos.
- Apoyar eventos abiertos (festivales, talleres de cocina, clases de idiomas, encuentros artísticos).
- Garantizar que estos espacios sean seguros, accesibles y respetuosos para todas las edades y condiciones.

Promover iniciativas de ayuda mutua y participación ciudadana

- Apoyar grupos autogestionados en los que los refugiados puedan liderar actividades y proyectos.
- Fomentar la participación en procesos comunitarios formales e informales (reuniones de vecinos, comités escolares, actividades municipales).
- Reconocer y destacar las habilidades y los recursos que aportan los refugiados.

Recursos prácticos para profesionales

Observar y registrar los cambios de comportamiento o los síntomas persistentes: identificar los signos que pueden indicar un malestar emocional o social no expresado, como el aislamiento, la ansiedad o la irritabilidad.



Haga preguntas abiertas con un lenguaje sencillo: Ejemplos: «¿Cómo se siente en su barrio?», «¿Hay alguien con quien le guste pasar tiempo?», «¿Qué le gustaría hacer o aprender aquí?».

Proporcione información clara y comprensible sobre los recursos disponibles: utilice materiales traducidos y adaptados culturalmente. Asegúrese de que la persona comprende y puede acceder a los servicios básicos (salud, educación, empleo).

Apoye la autonomía de los refugiados: fomente la toma de decisiones, la iniciativa y el liderazgo en su proceso de integración.

Utilice herramientas visuales:

- Pictogramas para explicar horarios, normas o trámites administrativos.
- Carteles que representen los servicios y contactos clave.
- Tablas de emociones para ayudar a expresar y reconocer los sentimientos.

Preguntas de autoevaluación

1. ¿Cuál es una afección habitual entre los refugiados tras un desplazamiento forzoso prolongado?
 - a) Hipertensión controlada sin necesidad de medicación
 - b) Infecciones respiratorias y gastrointestinales
 - c) Mejora de la salud dermatológica
2. ¿Qué obstáculo podría dificultar el acceso de los refugiados al sistema sanitario?
 - a) El idioma y la comprensión de las instrucciones médicas
 - b) El exceso de información sobre sus derechos
 - c) La facilidad para conseguir citas médicas
3. ¿Cuál de las siguientes opciones es un signo de alerta sanitaria que debe abordarse en los refugiados?
 - a) Un buen estado nutricional
 - b) Fatiga crónica y molestias somáticas constantes
 - c) Gran energía y actividad física constante
4. ¿Cuál es una reacción emocional habitual en las personas que han sufrido un desplazamiento forzoso?
 - a) Ansiedad y reacciones de sobresalto frecuentes
 - b) Alegría excesiva y exceso de confianza
 - c) Indiferencia total hacia su entorno
5. En los niños refugiados con trauma psicosocial, ¿cuál de los siguientes comportamientos podría observarse?
 - a) Juego repetitivo con temática relacionada con la guerra
 - b) Participación activa y constante en las clases
 - c) Expresión verbal fluida de las emociones



6. ¿Cuál es un factor protector importante para potenciar la resiliencia en los refugiados?
- a) La falta de rutinas y de normas claras
 - b) La presencia de adultos afectuosos y coherentes
 - c) Evitar hablar de las emociones
7. ¿Cuál es un principio clave de los primeros auxilios psicológicos (PFA)?
- a) Obligar a la persona a contar su experiencia traumática
 - b) Escuchar sin juzgar y validar las emociones
 - c) Ignorar las emociones para evitar revivir el trauma
8. En el ámbito de la integración social, ¿qué repercusión tiene la ruptura del tejido social en los refugiados?
- a) Un aumento de la red de apoyo inmediato
 - b) Sentimientos de soledad y aislamiento
 - c) Una mejor adaptación a la nueva comunidad
9. ¿Cuál es una buena práctica en el ámbito educativo para promover la inclusión de los niños refugiados?
- a) Segregar a los grupos por idioma o nacionalidad
 - b) Adaptar los materiales a la diversidad lingüística y cultural
 - c) Aplicar las mismas normas rígidas a todo el mundo sin adaptarlas
10. ¿Qué estrategia ayuda a reforzar la red de apoyo comunitario para los refugiados?
- a) Crear espacios de encuentro interculturales
 - b) Limitar la participación de los refugiados en las actividades comunitarias
 - c) Fomentar el aislamiento para evitar conflictos culturales

05.

Concienciación sobre la inclusión y la empatía





Introducción

El objetivo de este módulo es recordar a los participantes del curso los aspectos más importantes de la inclusión y la empatía con el fin de promover la última y sensibilizar sobre la primera y su repercusión en los refugiados ucranianos. Para lograrlo, el módulo comienza con una introducción teórica con las definiciones y conceptos más importantes, así como consejos y ejemplos prácticos para crear un entorno inclusivo y empático. Por último, se ofrecen ejercicios prácticos para la lección como ejemplos para reforzar la autorreflexión, la empatía y el comportamiento inclusivo de los participantes en el curso, así como ejemplos prácticos de cómo se puede aplicar el módulo. sensible, respetuosa y transformadora.

Terminología y fundamentos teóricos

Hay varios términos y conceptos que desempeñan un papel importante en el contexto del desplazamiento. Algunos de ellos pueden resultar ya familiares a los participantes en el curso y servir como repaso, mientras que otros tienen por objeto complementar los conocimientos existentes. Se hace hincapié en los términos xenofobia, discriminación, inclusión y empatía, que revisten especial importancia en este módulo.

Xenofobia frente a racismo

La palabra «xenofobia» proviene del griego y se deriva de las palabras xénos, que significa «extraño», y phobia, que significa «miedo». Por lo tanto, la xenofobia describe un miedo infundado a los extraños o una falta de confianza hacia ellos. Es importante no confundir la xenofobia con el racismo, que supone que una raza es preferible y superior a otra.

En la investigación, los términos «extranjería» y «forastero» han tenido gran resonancia, pero existen debates sobre la construcción y las dimensiones de la extranjería. La extranjería no solo se entiende como una crisis, un problema o una falta de comprensión, sino también, por ejemplo, como una oportunidad o una familiaridad. El forastero se entiende como un amigo o un enemigo, como alguien que pertenece o no pertenece, como alguien curioso o peligroso.

Las causas de la xenofobia y el comportamiento xenófobo son muy diversas. Se ven agravadas por las dificultades económicas, el auge del nacionalismo y la presión asociada a la migración. El autoritarismo y las experiencias de privación también desempeñan un papel importante. El autoritarismo se ha demostrado científicamente en numerosas ocasiones en relación con el racismo y la enemistad centrada en grupos, y es significativamente más pronunciado en la xenofobia. Una explicación para ello podría ser que las personas xenófobas se definen a sí mismas por pertenecer a un grupo basado en reglas establecidas, mientras que devalúan fuertemente otras reglas y normas. Las experiencias de privación, es decir, la sensación de estar en desventaja, pueden aumentar las opiniones de extrema derecha. Por lo tanto, las personas xenófobas se perciben a sí mismas como políticamente ineficaces y sienten que su situación económica es peor que la de las personas no xenófobas.

Discriminación/barreras

Otro concepto importante en relación con la inclusión y la empatía es la discriminación o las barreras a las que se enfrentan los refugiados con y sin discapacidad. La inclusión, que implica una reflexión continua, requiere ser consciente de la posibilidad de que los refugiados se enfrenten



repetidamente a la discriminación y a barreras a medida que se establecen en su país de destino, con el fin de romper y eliminar estas barreras.

La discriminación se refiere al trato injusto de personas o grupos por motivos de origen, etnia, género o religión. A menudo no es solo el resultado del comportamiento individual, sino que también puede estar profundamente arraigada en las estructuras e instituciones sociales. La discriminación puede producirse de forma directa y abierta o de forma indirecta a través de normas aparentemente neutrales que perjudican a determinados grupos.

Según el artículo 2 de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, la discriminación por motivos de discapacidad se produce cuando las personas con discapacidad son tratadas de manera diferente, excluidas o restringidas en sus oportunidades, de tal manera que no pueden disfrutar de sus derechos humanos y libertades fundamentales en igualdad de condiciones con las demás personas. Esto se aplica a todos los ámbitos de la vida y también incluye los casos en los que se niegan los ajustes o las medidas de apoyo necesarios.

¿A qué discriminación/barreras se enfrentan los refugiados?

Los refugiados ucranianos se enfrentan a diversas formas de discriminación y a retos relacionados con la integración. Entre ellos se incluyen:

- **Mercado laboral:** Las principales razones de esto en Europa son el no reconocimiento de las titulaciones educativas extranjeras, las barreras lingüísticas y las dificultades para adaptarse al mercado laboral europeo. Las mujeres se ven cada vez más afectadas por esto y denuncian dificultades para conciliar la vida laboral y familiar.
- **Discriminación social y racismo:** los refugiados sufren discriminación cotidiana a través de la hostilidad racista o la exclusión social en el mercado inmobiliario, en la educación y en su contacto con las autoridades.
- **Barreras educativas:** El acceso a la educación de niños y adultos se ve obstaculizado por la falta de conocimientos lingüísticos, la falta de reconocimiento de las titulaciones y la insuficiencia de los servicios de apoyo, especialmente para los refugiados adultos y los jóvenes. El sistema escolar presenta retos estructurales que dificultan la integración.
- **Integración social:** aunque las redes sociales están creciendo, una quinta parte de los refugiados sigue sin tener contactos cercanos fuera de sus familias. Los prejuicios sociales y los estereotipos dificultan la plena participación.
- **Incertidumbres jurídicas:** Los obstáculos burocráticos, las incertidumbres relativas al estatuto de residencia, la reunificación familiar y las prestaciones sociales provocan estrés psicosocial y dificultan el establecimiento de raíces estables en la sociedad.

En resumen, los refugiados se ven afectados por una compleja red de discriminación estructural, social y jurídica que reduce sus oportunidades de trabajo, educación, vivienda y participación social y perjudica su calidad de vida.

Causas: La discriminación contra los refugiados se basa principalmente en la amenaza percibida que representan, tanto cultural como económicamente, siendo más pronunciada la amenaza cultural. Se trata, por tanto, de un miedo a lo desconocido, mientras que la amenaza económica está relacionada con la competencia por los escasos recursos.



Barreras y discriminación a las que se enfrentan los refugiados con discapacidad

- Accesibilidad y alojamiento: Existen problemas particulares en lo que respecta al alojamiento, que pueden dar lugar a restricciones, estrés y aislamiento.
- El acceso al sistema sanitario y a las terapias necesarias también supone un reto debido al acceso limitado al sistema sanitario.
- Los refugiados con discapacidad no están contemplados en el sistema, son «invisibles» en él.
- Apenas hay cifras o estadísticas sobre los refugiados con discapacidad. Se necesitan medidas políticas e investigaciones en este ámbito para determinar el alcance real de la situación y dar voz a las personas afectadas.

La integración o inclusión de los migrantes o refugiados es muy importante. El término «integración» se utiliza a menudo en relación con la migración en la literatura, pero se considera de forma crítica porque implica que los migrantes están sujetos a la tarea de cambiar y adaptarse culturalmente a la sociedad mayoritaria. No obstante, esta concepción de la integración, es decir, la adaptación de los migrantes y refugiados a la sociedad mayoritaria, está presente tanto en los debates políticos como en los cotidianos.

Integración frente a inclusión

El término «inclusión» difiere de los términos «exclusión», «separación» e «integración». Mientras que el concepto de exclusión en el contexto educativo significa que una persona tiene derecho a la vida, pero no forma parte del contexto educativo, la separación se refiere al derecho a la educación, pero no en el contexto habitual del aula. El concepto de integración, por otro lado, se refiere a las personas que antes estaban excluidas de la vida social, las actividades y las oportunidades, y que ahora se incluyen en ellas. Por lo tanto, el término supone la existencia de dos grupos sociales, uno de los cuales debe integrarse en el otro, es decir, cambiar y adaptarse. Por esta razón, el concepto de integración, muy común en el debate cotidiano, se considera de forma crítica.

El concepto de inclusión, por su parte, no considera la sociedad como varios grupos, sino como un grupo heterogéneo de personas caracterizado por su diversidad y que incluye a todas las personas de forma incondicional.

Heterogeneidad e interseccionalidad

La heterogeneidad y la interseccionalidad constituyen un marco central para demostrar las complejas experiencias de los refugiados con discapacidad. Identifican las diferencias, el reconocimiento y las desventajas superpuestas a las que se enfrentan los refugiados.

La heterogeneidad describe la diversidad natural de los grupos, como los refugiados con discapacidad, debido a las diferentes culturas, grados de discapacidad, generaciones o rutas de huida. Abarca características sociales como los dialectos o los roles de género, que coexisten sin jerarquías y requieren ajustes, ya que este grupo no es en absoluto uniforme. Aunque los refugiados comparten la experiencia común de haber huido de sus hogares, son personas con necesidades individuales que deben tenerse en cuenta para lograr una inclusión satisfactoria. Las necesidades de los refugiados con diferentes discapacidades también difieren entre sí.



La interseccionalidad examina cómo factores como la discapacidad, la condición de refugiado, el género o el origen interactúan y dan lugar a múltiples formas de discriminación. Por ejemplo, una mujer refugiada con discapacidad a menudo se enfrenta no solo a una dimensión de discriminación, sino a la exclusión racista, capacitista y patriarcal al mismo tiempo. Esto, a su vez, dificulta el acceso a la salud y a una educación, por lo que se debe adoptar un enfoque más diferenciado en lugar de considerar las categorías de forma aislada.

En lo que respecta a la inclusión de los refugiados con discapacidad, también es importante tener en cuenta que el significado de la discapacidad y la forma de abordarla pueden tener aspectos específicos de cada cultura. Del mismo modo, los aspectos específicos de la migración pueden tener un impacto decisivo en las condiciones de vida de las personas afectadas debido al acceso o las barreras a los sistemas de apoyo. Por lo tanto, es importante que exista una cooperación interdisciplinaria entre las disciplinas que se ocupan de las diferentes facetas de la heterogeneidad y que se tenga en cuenta la interseccionalidad, es decir, la interacción de las diversas dimensiones de la diversidad, con el fin de captar la diversidad de las personas y permitir la inclusión.

Inclusión/integración exitosa

Los objetivos ideales de la inclusión son la participación, la apreciación, el reconocimiento y la igualdad de oportunidades, pero en la práctica también deben tenerse en cuenta otras condiciones de la educación escolar. Para algunos alumnos, la preocupación general de la escuela por unas condiciones de aprendizaje óptimas y un alto rendimiento no es adecuada y debe adaptarse. El objetivo principal sería aumentar la participación de los alumnos y proporcionarles un apoyo óptimo.

Aspectos importantes de la educación inclusiva:

- Enseñanza conjunta.
- Servicios de apoyo cualificados.
- Esfuerzos para promover una mayor uniformidad, reconocimiento mutuo y apreciación
- Consideración de las necesidades especiales de apoyo y las formas especiales de escolarización temporales resultantes.
- Consideración de las dimensiones clave de la diversidad .
- Incluye no solo objetivos académicos, sino también habilidades sociales y desarrollo personal.
- Reducción y eliminación de barreras, tanto estructurales como comunicativas/digitales
- Basado en la reflexión continua y el desarrollo ulterior de todos los implicados en el sistema de aprendizaje.
- El enfoque se centra en la educación y las oportunidades educativas para todos.



RIM – Modelo de inclusión de Rügen: El Modelo de inclusión de Rügen (RIM) es un concepto de apoyo educativo que se describirá brevemente aquí.

Su objetivo es enseñar y apoyar a los niños con y sin necesidades educativas especiales de manera inclusiva. El modelo se basa en el enfoque estadounidense de Respuesta a la Intervención (RTI) y ha sido especialmente adaptado para la educación primaria inclusiva. Los puntos clave son:

- Aprendizaje conjunto para todos los niños: los niños con y sin necesidades educativas especiales reciben enseñanza conjunta en clases normales de primer y segundo curso. No hay clases especiales separadas para áreas específicas de apoyo.
- Diagnósticos y evaluaciones del aprendizaje regulares: al comienzo y a mitad de cada año escolar, se evalúa a todos los niños mediante procedimientos de detección para identificar las necesidades de apoyo individuales en una fase temprana.
- Apoyo gradual/prevenición multinivel: en función de los resultados del diagnóstico, los niños reciben un apoyo gradual e individualizado. Si el éxito en un nivel es insuficiente, se intensifican las medidas.
- Cooperación entre profesores y profesores de educación especial: Los profesores de primaria son responsables de la enseñanza y reciben apoyo de los profesores de educación especial, que actúan en calidad de asesores y recomiendan y aplican medidas de apoyo específicas, por ejemplo, logopedia o intervenciones conductuales.
- Práctica basada en la evidencia: El concepto vincula estrechamente las medidas de diagnóstico con medidas coordinadas de apoyo y enseñanza.
- Enfoque en el apoyo preventivo e integrador: El objetivo es prevenir las necesidades educativas especiales e integrar y apoyar individualmente a los niños con trastornos del aprendizaje o anomalías del desarrollo existentes.
- Evaluación y seguimiento científico: la evaluación y el seguimiento continuos y tempranos del desarrollo del aprendizaje tienen por objeto garantizar la eficacia del apoyo.

En resumen, el modelo de Rügen es un sistema cíclico que consiste en: diagnóstico (cribado, CBM) → evaluación de las necesidades de apoyo → apoyo individual y escalonado → nuevo diagnóstico y documentación → ajuste de las medidas.

Este apoyo al aprendizaje cooperativo, en varias etapas y respaldado por diagnósticos, convierte al modelo de Rügen en un concepto innovador para una escuela primaria inclusiva basada en la prevención y el apoyo sistemático.

Empatía

La empatía significa que uno se conmueve por los sentimientos o la situación de otra persona y experimenta emociones similares. En otras palabras, una persona siente lo que otra persona siente o presumiblemente sentiría en una situación determinada. Especialmente cuando se trata de cuestiones morales, la empatía suele referirse a sentir compasión por las personas necesitadas. Una forma más avanzada de empatía se caracteriza por el reconocimiento de que se pueden comprender los propios sentimientos, cómo uno mismo u otros podrían sentirse en la situación de la persona afectada, y el conocimiento de que lo que una persona muestra en el exterior no siempre refleja su estado interior real.



La empatía refuerza la cohesión dentro de un grupo porque sus miembros son más capaces de ponerse en el lugar de los demás. Al mismo tiempo, les ayuda a representar con confianza sus propios intereses sin perder de vista las preocupaciones y necesidades de los demás. Por lo tanto, la empatía desempeña un papel esencial a la hora de gestionar de forma constructiva la ira y el enfado, por lo que es uno de los aspectos más importantes para lograr una paz duradera y prevenir la violencia. Tiene un efecto desescalador, y una persona empática no suele sentir el deseo de venganza cuando alguien ha hecho algo sin intención. Es capaz de comprender que una acción no fue intencionada y es más probable que responda con comprensión o ayuda que con venganza.

Comprender y ofrecer ayuda, a su vez, aumenta el potencial de reciprocidad, lo que a su vez tiene un efecto positivo en el espíritu comunitario. La empatía es una base crucial para la moralidad y la ética. No basta con empatizar y comprender lo que sienten los demás para actuar de forma moral. La empatía por sí sola no convierte automáticamente a una persona en moral. Solo puede considerarse moralmente valiosa cuando se combina con acciones solidarias, una actitud adecuada y la conciencia de formar parte de una comunidad. Sin esta conexión, la empatía sigue siendo una mera experiencia individual que amplía la comprensión del mundo, pero no conduce necesariamente a un comportamiento ético

Medidas que pueden adoptar las escuelas para prevenir la discriminación y la xenofobia

Sensibilización y concienciación

- Sensibilizar al personal escolar, a los alumnos y a los padres sobre las cuestiones relacionadas con la discriminación.
- Ofrecer formación y educación periódicas sobre la discriminación, los prejuicios y la igualdad de trato.
- Promover una cultura escolar abierta y apreciativa en la que la diversidad se considere normal.

Desarrollar una política contra la discriminación

- Las escuelas deben desarrollar una política vinculante que incluya normas y medidas claras contra la discriminación.
- Involucrar a todas las partes interesadas (profesores, alumnos, padres, dirección escolar) en el desarrollo y la aplicación de la política.
- La política debe incluir procedimientos de prevención, intervención y denuncia.

Normas de conducta y reglamentos escolares claros

- Formulación de normas claras contra el comportamiento y el lenguaje discriminatorios.
- Aplicación coherente y sanciones por infracciones para garantizar un entorno de aprendizaje seguro.

Crear personas de contacto y opciones para presentar quejas.

- Establecimiento de puntos de contacto confidenciales y de fácil acceso para denunciar casos de discriminación.



Promoción del empoderamiento y la participación

- Empoderar a los estudiantes para que reconozcan la discriminación y tomen medidas activas para combatirla.
- Animar a los estudiantes a participar en el desarrollo de conceptos y la toma de decisiones.
- Promover las habilidades sociales y el coraje moral.

Integración de contenidos contra la discriminación en la enseñanza

- Abordar la diversidad, los derechos humanos, la igualdad de trato y la discriminación en el plan de estudios.
- Utilizar métodos y materiales adecuados a la edad que rompan los prejuicios y promuevan la empatía.

Promover la diversidad y la inclusión.

- Reconocer y valorar la diversidad de todas las personas.
- Diseñar entornos de aprendizaje que tengan en cuenta las necesidades de todos los niños.
- Utilizar métodos de enseñanza diferenciados e inclusivos.

Cooperación con agencias y redes especializadas externas

- Cooperación con organismos contra la discriminación, centros de asesoramiento, oficinas de protección de menores y asociaciones.
- Recurrir a expertos externos para la formación continua, los programas de prevención y el apoyo a la escuela.

Evaluación continua y desarrollo posterior.

- Revisión periódica de la eficacia de las medidas y adaptación de las mismas según sea necesario.
- Obtención de comentarios y opiniones de alumnos, profesores y padres.

Programas y métodos de formación ejemplares para promover la empatía y la inclusión de diferentes grupos destinatarios

EPaN 10-16: Programa de formación en empatía

El programa EPaN está dirigido a niños y jóvenes de entre 10 y 16 años y les ayuda a reconocer mejor las emociones, empatizar con los demás y comprender sus sentimientos. Los módulos individuales están diseñados para ser prácticos y ofrecen muchos consejos para su aplicación flexible en el aula. Los diversos materiales y métodos se derivan de la práctica docente y la investigación, han sido probados y han demostrado su eficacia. En general, EPaN es un programa que aporta mejoras cuantificables y que además resulta divertido para los participantes.



«Entenderme a mí y a ti»: para fomentar las habilidades emocionales en las clases escolares y los grupos de niños

El programa se divide en tres etapas temáticas secuenciales:

- Percibir los sentimientos: los niños aprenden a reconocer, comprender y expresar sus propios sentimientos.
- Practicar la empatía: a partir de la primera fase, los niños practican ponerse en el lugar de otras personas, reconocer sus sentimientos y necesidades, y responder a ellos con empatía.
- Afrontar el miedo y el estrés: los niños aprenden estrategias para lidiar con el miedo y el estrés, utilizando lo que han aprendido sobre la sensibilidad emocional.

En resumen, «Entenderme y entenderte» promueve de forma sistemática la percepción de los propios sentimientos y los de los demás, el desarrollo de la empatía y el manejo de la ansiedad y el estrés en los niños de una manera estructurada, práctica y teóricamente sólida.

«Faustlos»

El programa «Faustlos» es un servicio de apoyo cuyo objetivo principal es reforzar la empatía y prevenir la violencia en guarderías y colegios. Su objetivo es ayudar a los niños y jóvenes a comprender mejor y ampliar su comportamiento y sus experiencias. En el proceso, aprenden a empatizar con los demás, a gestionar de forma competente sus propios sentimientos y los de los demás, a resolver conflictos de forma creativa y sin violencia, y a lidiar con la ira de forma constructiva. Con la ayuda de imágenes y juegos, se reconocen y nombran las seis emociones básicas, al tiempo que se abordan las diferencias individuales en la experiencia emocional. Los niños aprenden que los sentimientos, los deseos y las preferencias pueden cambiar. También exploran cómo su propio comportamiento influye en los sentimientos de los demás. Otro aspecto importante es la distinción entre el comportamiento intencionado y el no intencionado, y el entrenamiento de habilidades como los mensajes «yo», la empatía y la escucha activa.

Raíces de la empatía

El programa Raíces de la empatía es un programa escolar reconocido internacionalmente y científicamente probado que ha demostrado reducir la agresividad y el acoso entre los niños, al tiempo que refuerza sus habilidades sociales y emocionales y su empatía. Está dirigido a niños de entre 5 y 13 años y se utiliza en muchos países de todo el mundo, entre ellos Nueva Zelanda, Estados Unidos, Irlanda, Gran Bretaña, Noruega, Suiza y los Países Bajos.

En el programa Raíces de la empatía, un bebé y sus padres del barrio visitan la clase varias veces durante el año escolar. Formadores cualificados acompañan a los niños mientras observan el desarrollo del bebé y nombran sus sentimientos. El aprendizaje se basa en esta experiencia; el bebé actúa como «maestro» para ayudar a los niños a reconocer y reflexionar mejor sobre sus propios sentimientos y los de los demás. Esto mejora la interacción social en el aula, que se vuelve más segura y solidaria. Los niños que participan en Roots of Empathy desarrollan habilidades importantes como: funciones ejecutivas, competencia emocional, autorregulación emocional, resiliencia, firmeza contra la crueldad y la injusticia, habilidades para la resolución de conflictos y participación en una comunidad escolar solidaria.



Formas de aprendizaje cooperativas y colaborativas

El trabajo en grupo, en el que los alumnos colaboran en las tareas y se responsabilizan del resultado del aprendizaje (por ejemplo, el método jigsaw, pensar-emparejar-compartir), refuerza el espíritu de equipo, el apoyo mutuo y la solidaridad en el aula.

Participación y cambio de perspectiva

Los alumnos pueden opinar, elegir tareas y desarrollar empatía por los demás mediante métodos como los juegos de rol o los cambios de perspectiva.

Enseñanza en equipo y cooperación multiprofesional

Dos o más profesores (posiblemente de diferentes grupos profesionales) enseñan juntos para responder mejor a las necesidades individuales.

KoKids: paquete de materiales

El paquete de materiales KoKids (Kompetente Kids) ofrece apoyo práctico y orientado a las habilidades para la enseñanza inclusiva. Está dirigido a todos los niños y combina conocimientos educativos especiales y generales para apoyar eficazmente a grupos de aprendizaje heterogéneos.

Las características principales son:

- Orientación a las competencias: KoKids utiliza cuadros de competencias y objetivos de aprendizaje para registrar y promover específicamente el desarrollo individual de los alumnos.
- Individualización y diferenciación: el material promueve el apoyo individual adaptado al proceso de aprendizaje, teniendo en cuenta las diferentes capacidades y evitando la exclusión.
- Vinculación de la educación especial y la educación general: esto crea oportunidades de aprendizaje inclusivas que responden a necesidades diversas.
- Relevancia práctica: los materiales, claramente estructurados, permiten a los profesores aplicar fácilmente métodos de enseñanza inclusivos sin un esfuerzo adicional significativo.
- Actitud inclusiva: KoKids promueve una cultura docente apreciativa que considera la diversidad como un enriquecimiento.
- Trabajo con portafolios: los materiales son adecuados para documentar y reflexionar sobre el progreso individual del aprendizaje.
- En general, KoKids ofrece una herramienta flexible y bien fundamentada que los profesores pueden utilizar para diseñar lecciones inclusivas y aprovechar la diversidad de los alumnos como una oportunidad.

Los métodos y programas de formación que se enumeran aquí son solo ejemplos y no representan una visión completa de todos los métodos posibles. Apoyan el uso de la diversidad como recurso y garantizan que todos los niños puedan beneficiarse de un aprendizaje compartido y apreciativo.



La enseñanza inclusiva también se nutre de la reflexión regular y el desarrollo continuo de los métodos por parte del profesor.

Para conocer otras prácticas educativas inclusivas, consulte el contenido del módulo «Prácticas pedagógicas inclusivas».

Ejemplos de ejercicios interactivos en grupo para el módulo

Introducción al tema/recopilación de conocimientos previos

Para que el módulo y la introducción al tema sean lo más interactivos posible y para obtener una visión general de los conocimientos previos de los participantes, existen varias opciones, algunas de las cuales se enumeran aquí a modo de ejemplo:

Uso de herramientas técnicas: Mentimeter, Kahoot!, Slido, etc.:

El profesor plantea a los participantes del curso una pregunta como «¿Qué te viene a la mente cuando piensas en inclusión y empatía?» o «¿Qué sabes ya y sobre qué temas te gustaría/necesitarías más conocimientos/información?», y recopila las respuestas utilizando herramientas técnicas, a las que se puede volver a recurrir durante el curso.

Material de vídeo:

Como introducción a la lección y al tema, también es una buena idea mostrar un vídeo introductorio sobre el tema.

Lluvia de ideas con la cabeza hacia abajo:

En este ejercicio, al comienzo de la unidad, se pide a los participantes del curso que creen un mapa mental sobre el tema «¿Cómo se puede prevenir la inclusión?». Dependiendo del tamaño del grupo, es aconsejable dividirlo en varios grupos más pequeños. Al final de la unidad, la lluvia de ideas se resuelve con una lluvia de ideas sobre la pregunta «¿Cómo se puede crear un entorno inclusivo y empático?». Este ejercicio también puede realizarse como trabajo en grupo según los grupos de personas, por ejemplo, para personas sordas, personas con discapacidad visual, etc.

Ejemplos de ejercicios prácticos para la autorreflexión de los participantes en el curso

Los siguientes ejercicios son adecuados para utilizarlos al comienzo del módulo, como refuerzo y relajación entre medias, así como al final de la unidad. Ponen de relieve los prejuicios y motivan a los participantes, hacen que las barreras y las frustraciones sean comprensibles y refuerzan lo aprendido para que pueda trasladarse a la vida cotidiana.

Ejercicios para cambiar de perspectiva:

Los ejercicios para cambiar de perspectiva pueden realizarse mediante estaciones de aprendizaje o juegos de rol, como una carrera de obstáculos en silla de ruedas, si se dispone del material adecuado, tareas con gafas de simulación o cancelación de ruido para simular la discapacidad auditiva y la lectura de un texto en lenguaje sencillo en comparación con una versión compleja. El objetivo de estos ejercicios es experimentar las barreras de primera mano y así comprender mejor la frustración



de las personas afectadas. A continuación, se celebra un debate en grupo en el que los participantes reflexionan sobre cómo se sintieron durante los ejercicios, qué les sorprendió y qué ideas les aporta esto para interactuar con los demás.

Mapa de empatía:

El mapa de empatía también se puede realizar como trabajo en grupo y es ideal para la autorreflexión de los participantes en el curso. Cada pequeño grupo crea un mapa de empatía para una persona (real o ficticia) elegida libremente que está marginada en el espacio social (por ejemplo, debido a una discapacidad, la migración o la adicción) y aborda las siguientes preguntas: «¿Qué ve/oye/siente/piensa la persona? ¿Qué barreras experimenta?». A continuación, los resultados se presentan a todo el grupo para identificar patrones comunes y barreras estructurales. Esto también puede servir como punto de partida para la reflexión: «¿Qué sentimientos te provoca ponerte en el lugar de esta persona?», «¿Cómo se pueden romper los prejuicios?».

Resumen

El módulo tiene como objetivo explicar conceptos y actitudes clave relacionados con la inclusión y la empatía para que las interacciones con los refugiados ucranianos sean más sensibles y conscientes. Explica conceptos básicos como la xenofobia, la discriminación, la inclusión y la empatía, y muestra que la xenofobia se basa a menudo en el miedo a lo desconocido, el autoritarismo, las desventajas percibidas y los sentimientos de amenaza económica y cultural. La discriminación se describe como una desventaja injusta basada en características como el origen, la discapacidad o la religión, y abarca tanto las actitudes individuales como las barreras estructurales, por ejemplo, en el mercado laboral, el sistema educativo, la vivienda, la salud y la protección jurídica.

Cabe destacar especialmente que los refugiados con discapacidad se enfrentan a múltiples barreras y a menudo permanecen «invisibles», por lo que son necesarias medidas políticas específicas y una cooperación interdisciplinaria. La inclusión se distingue de la integración: mientras que la integración suele significar que un «grupo externo» se adapta a la sociedad mayoritaria, la inclusión entiende la sociedad como un todo diverso. Conceptos como heterogeneidad, diversidad e interseccionalidad señalan que las diferentes dimensiones de la discriminación —como las experiencias de huida y discapacidad— se superponen y deben considerarse conjuntamente.

La empatía se describe como la capacidad de empatizar con los demás, reconocer sus sentimientos y responder a ellos con comprensión; fortalece la cohesión, previene la violencia y contribuye a la convivencia pacífica. Las escuelas pueden prevenir la discriminación y la xenofobia estableciendo normas claras contra la discriminación, promoviendo una cultura escolar respetuosa, creando canales para presentar quejas, fortaleciendo las habilidades sociales e incorporando temas como los derechos humanos, la diversidad y la igualdad de trato en el plan de estudios. Para ello, existen diversos programas y métodos que ayudan a utilizar la diversidad como un recurso y a diseñar entornos de aprendizaje de tal manera que todos los niños se beneficien de procesos de aprendizaje compartidos e inclusivos.

**Preguntas de autoevaluación**

1. ¿Qué característica distingue la inclusión de la integración en un contexto social?
 - A) Adaptación a la mayoría.
 - B) Pertenencia incondicional para todos.
 - C) Separación de grupos.

2. ¿Cuál es una causa típica de la xenofobia?
 - A) La falta de educación
 - B) Dificultades económicas.
 - C) Gran prosperidad.

3. ¿Qué se entiende por «barreras» en el contexto de la migración?
 - A) Obstáculos naturales del paisaje.
 - B) Obstáculos estructurales, sociales y legales.
 - C) Malentendidos lingüísticos.

4. ¿Qué describe el término «empatía»?
 - A) El intercambio de conocimientos.
 - B) Comprender y simpatizar con las emociones de los demás.
 - C) El análisis objetivo de los problemas.

5. ¿Qué medida escolar ayuda a prevenir la discriminación?
 - A) La expulsión de los alumnos conflictivos.
 - B) Promoción de la concienciación y la sensibilidad.
 - C) Centrarse en el aprendizaje académico.

6. ¿Qué significa «perspectiva interseccional» en relación con la heterogeneidad?
 - A) Centrarse únicamente en las diferencias de género.
 - B) Tener en cuenta las múltiples dimensiones de la diversidad y su interacción.
 - C) Evaluar únicamente por origen.

7. ¿Cómo promueve la enseñanza en equipo la educación inclusiva?
 - A) Los profesores enseñan por separado.
 - B) Varios profesores trabajan de forma cooperativa e interdisciplinar.
 - C) Se prefiere la enseñanza individualizada.



8. ¿Por qué la autorreflexión es crucial para la empatía?
 - A) Mejora el rendimiento en los exámenes en clase.
 - B) Fomenta la comprensión de los propios sentimientos y los de los demás.
 - C) Ayuda a memorizar.

9. ¿Qué describe la diferencia entre xenofobia y racismo?
 - A) La xenofobia está relacionada con la cultura, mientras que el racismo considera que hay una raza «superior».
 - B) La xenofobia se refiere al nivel educativo.
 - C) Ambos términos son sinónimos.

10. ¿Cuál es un factor clave para una inclusión exitosa?
 - A) Medidas puntuales.
 - B) La reflexión continua y el desarrollo posterior.
 - C) Ignorar las necesidades individuales.

06.

Lenguaje y comunicación





Introducción

La comunicación es uno de los procesos fundamentales que caracterizan a los seres humanos y, en mayor o menor medida, a todas las formas de vida. Es el acto mediante el cual los individuos o grupos intercambian información, significados y emociones, con el objetivo de influir, coordinar o comprender el comportamiento de los demás. No se trata simplemente de la transmisión de palabras: implica gestos, tonos, expresiones faciales, posturas e incluso silencios. Todos los aspectos de nuestra vida social están impregnados de formas de comunicación, desde las conversaciones cotidianas hasta las interacciones formales, desde las señales de tráfico hasta las obras de arte.

Según el modelo de Shannon y Weaver, la comunicación puede considerarse como un flujo entre diferentes elementos:

- Remitente: la persona que produce y envía el mensaje.
- Codificación: el proceso por el cual el pensamiento se traduce en una señal (palabras, imágenes y sonidos).
- Mensaje: la información transmitida.
- Canal: el medio por el que viaja el mensaje (aire, papel, teléfono, Internet).
- Receptor: la persona que recibe el mensaje.
- Decodificación: la interpretación del mensaje por parte del receptor.
- Retroalimentación: la respuesta del receptor, que confirma o niega la comprensión.
- Ruido: cualquier factor que interfiera en la transmisión o la comprensión del mensaje (ruido físico, barreras lingüísticas, prejuicios)

Tipos de comunicación:

- Verbal: uso de palabras, ya sean habladas o escritas. Es estructurada, codificada y sigue reglas lingüísticas.
- No verbal: incluye gestos, expresiones faciales, postura, contacto visual, proxémica (uso del espacio) y tono de voz. A menudo transmite más información emocional que las propias palabras.
- Paralingüística: elementos vocales que acompañan al habla, como la entonación, el ritmo y el volumen.
- Visual: imágenes, símbolos, gráficos y señales visuales que transmiten significado.
- Digital y mediada: comunicación a través de las redes sociales, el correo electrónico, chats y videoconferencias, lo que añade nuevas dinámicas (asincronía, anonimato, velocidad).

Si se trata de la comunicación en un contexto educativo, es muy útil conocer bien los famosos cinco axiomas formulados en la década de 1960 por el psicólogo y teórico de la comunicación Paul



Watzlawick, junto con sus colegas de la Escuela de Palo Alto. Estos describen principios universales que rigen todas las formas de interacción humana, independientemente del contexto, la cultura o el medio. Estos axiomas no son «reglas» en el sentido normativo, sino condiciones inevitables: cada vez que nos comunicamos, están en funcionamiento. Téngalos siempre presentes cuando se enfrente a la comunicación intercultural.

Primer axioma: No se puede no comunicar

Significado: Todo comportamiento, intencionado o no, tiene un valor comunicativo. Incluso el silencio, la ausencia de respuesta, una expresión facial o un gesto involuntario transmiten un mensaje.

Ejemplo: Una persona que, durante una reunión, permanece en silencio y mira por la ventana, sigue comunicando, tal vez desinterés, incomodidad o desacuerdo.

Implicación: Es imposible «dejar» de comunicarse; incluso evitar el contacto es un mensaje.

Segundo axioma: Toda comunicación tiene un contenido y un aspecto relacional.

Significado: Todo mensaje transmite un contenido (la información literal) y un aspecto relacional (la actitud del emisor hacia el receptor). El aspecto relacional define cómo debe interpretarse el contenido.

Ejemplo: Decir «cierra la ventana» puede ser una orden autoritaria, una petición educada o una sugerencia, dependiendo del tono, la expresión y la relación entre las dos personas.

Implicación: Los conflictos interpersonales a menudo se derivan de problemas con el aspecto relacional más que en el contenido.

Tercer axioma: La naturaleza de una relación depende de la puntuación de las secuencias de comunicación.

Significado: En una interacción continua, cada persona interpreta y organiza los intercambios en secuencias de causa y efecto según su propia perspectiva. Las personas tienden a puntuar los acontecimientos de manera diferente, lo que puede dar lugar a malentendidos.

Ejemplo: En una discusión de pareja, una persona puede decir: «Grito porque no me escuchas», mientras que la otra responde: «No te escucho porque gritas». Cada una ve su propia reacción como una consecuencia de la otra.

Implicación: Comprender la puntuación de los demás es esencial para romper los ciclos de comunicación.

Cuarto axioma: La comunicación humana implica modalidades verbales y no verbales.

Significado: Nos comunicamos utilizando códigos verbales (palabras, frases, lenguaje escrito) y códigos no verbales (gestos, postura, prosodia, expresiones faciales). La comunicación no verbal suele ser más poderosa que la verbal a la hora de determinar el significado percibido.

Ejemplo: Decir «estoy bien» con voz temblorosa y mirada baja contradice el contenido verbal: el interlocutor captará principalmente el mensaje no verbal.



Implicación: La coherencia entre la comunicación verbal y no verbal aumenta la credibilidad y la claridad.

Quinto axioma: Todos los intercambios comunicativos son simétricos o complementarios.

Significado: Las interacciones pueden ser simétricas, cuando las personas se sitúan en pie de igualdad, o complementarias, cuando existe una diferencia de rol o estatus (una en una posición superior y la otra en posición inferior).

Ejemplo: Un diálogo entre amigos tiende a ser simétrico; una conversación entre médico y paciente suele ser complementaria.

Implicación: Los problemas surgen cuando no se comparte el tipo de relación: una persona puede interpretar una interacción como simétrica, mientras que la otra la percibe como jerárquica, lo que genera tensión.

Barreras lingüísticas

La comunicación plantea muchos retos, por lo que es muy importante que los educadores aprendan a superar estas dificultades. Entre los obstáculos que pueden comprometer el entendimiento mutuo, las barreras lingüísticas desempeñan un papel fundamental. Estas se producen cuando las diferencias de idioma, dialecto, registro o habilidades lingüísticas limitan la transmisión eficaz de un mensaje. Las barreras lingüísticas no solo se dan entre hablantes de idiomas diferentes, sino también entre hablantes del mismo idioma que tienen diferentes niveles de competencia, vocabulario o referencias culturales. Las barreras lingüísticas pueden adoptar diversas formas, cada una con un impacto diferente en la comunicación:

- **Diferencia lingüística:** este es el caso más evidente; dos personas que hablan idiomas diferentes (por ejemplo, italiano y japonés) sin un idioma común. En estos contextos, la comunicación solo es posible a través de traductores, intérpretes o herramientas tecnológicas, con el consiguiente riesgo de pérdida de significado.
- **Diferencias de dialecto o acento:** dentro de un mismo idioma, pueden existir variaciones regionales o locales que dificulten el entendimiento mutuo. Ciertos términos, expresiones idiomáticas o pronunciaciones pueden resultar incomprensibles para quienes no están familiarizados con esa variante.
- **Nivel de dominio del idioma:** una persona con un dominio limitado del idioma puede tener dificultades para expresarse o comprender, especialmente en contextos complejos, como reuniones profesionales o textos técnicos.
- **Diferencias en el registro:** el registro lingüístico varía de formal a informal. Un lenguaje excesivamente técnico o burocrático puede suponer una barrera para quienes no están familiarizados con el vocabulario, del mismo modo que la jerga puede resultar incomprensible para los ajenos a ella.
- **Uso de metáforas y referencias culturales:** las expresiones idiomáticas, los proverbios, las metáforas y las referencias culturales pueden dar lugar a malentendidos. Por ejemplo, una expresión común en un país puede no tener sentido o incluso resultar ofensiva en otro.



- Las barreras lingüísticas suelen ser el resultado de una combinación de factores, como:
 - El aumento del multiculturalismo: la globalización y la migración aumentan la probabilidad de interacción entre personas con idiomas diferentes.
 - La especialización lingüística: en los ámbitos técnicos, científicos y profesionales, se desarrolla una jerga especializada que resulta poco clara para los no expertos.
 - La velocidad de la comunicación: los mensajes rápidos (por ejemplo, en salas de chat o en redes sociales) reducen la posibilidad de aclarar dudas o matizar significados.
- Las diferencias en el nivel de alfabetización: la capacidad de leer, escribir e interpretar textos varía considerablemente entre las personas.

Existen diversas estrategias y herramientas que un educador puede utilizar para reducir el impacto de las barreras lingüísticas:

- Aprendizaje y formación lingüística: es esencial invertir en el conocimiento de idiomas extranjeros o en la mejora del idioma de trabajo común. Los cursos, las aplicaciones y los tutores son herramientas útiles.
- Uso de un lenguaje sencillo: adaptar el lenguaje al público, evitando el exceso de jerga técnica, las frases complejas o el argot, facilita la comprensión.
- Apoyo visual: el uso de imágenes, diagramas, gráficos y vídeos ayuda a transmitir conceptos de forma no verbal.
- Tecnologías de traducción: herramientas como los traductores automáticos, el software de subtítulos y los intérpretes virtuales pueden ser de ayuda, aunque no están exentas de errores.
- Formación intercultural: comprender los códigos culturales asociados al idioma mejora la comunicación y reduce el riesgo de malentendidos.

Enseñar idiomas a los refugiados

La enseñanza de idiomas, hoy más que nunca, no puede limitarse a transmitir reglas gramaticales, listas de vocabulario y patrones de conversación estandarizados. Vivimos en un entorno multicultural, globalizado y altamente interconectado, en el que la diversidad de los estudiantes es la norma, no la excepción. Esto significa que en un aula (física o virtual) podemos encontrar alumnos de edades, orígenes, experiencias, capacidades y necesidades muy diferentes. Por lo tanto, es esencial adoptar un enfoque accesible e inclusivo para garantizar la igualdad de oportunidades de aprendizaje y potenciar el potencial de todas las personas.

La accesibilidad significa que los materiales, las actividades y los métodos de enseñanza son accesibles para todos, independientemente de cualquier limitación física, cognitiva, sensorial o socioeconómica. Por otro lado, la inclusión implica un entorno de aprendizaje en el que todos los estudiantes se sientan acogidos, respetados y representados, y en el que la diversidad se considere un recurso, no un obstáculo. La enseñanza accesible e inclusiva no es un «método especial», sino



un conjunto de prácticas integradas en la enseñanza cotidiana, diseñadas para reducir las barreras y promover la participación activa.

Si se quiere enseñar idiomas a los refugiados de forma inclusiva y accesible, es imprescindible conocer los aspectos psicológicos asociados a las barreras lingüísticas. De hecho, las barreras lingüísticas no son solo un obstáculo técnico para la transmisión de información, sino que también tienen un profundo impacto en las esferas emocional y cognitiva de las personas implicadas. Cuando una persona no es capaz de expresarse en el idioma del contexto en el que vive o trabaja, puede percibirse a sí misma como menos competente o menos inteligente, incluso si sus capacidades reales son elevadas. Esta discrepancia entre las habilidades reales y las capacidades expresivas puede reducir la autoestima y generar ansiedad comunicativa.

La comunicación lingüística eficaz está estrechamente relacionada con la creación de confianza. Si una persona tiene dificultades para comprender o ser comprendida, es menos probable que comparta información personal o profesional, lo que genera un círculo vicioso de distanciamiento y cierre relacional. Asimismo, Las barreras lingüísticas aumentan el riesgo de malinterpretaciones: una expresión directa en una cultura puede parecer agresiva en otra, mientras que una declaración vaga puede percibirse como desinterés. Psicológicamente, estas interpretaciones erróneas pueden dar lugar a conflictos basados en percepciones distorsionadas. En contextos grupales, las dificultades lingüísticas pueden hacer que algunos miembros permanezcan en silencio, reduciendo el flujo de ideas y la creatividad. Al mismo tiempo, quienes dominan el idioma pueden asumir un papel predominante, creando desequilibrios de poder tanto percibidos como reales. Por último, el idioma está estrechamente vinculado a la identidad cultural. Cuando una persona se ve obligada a comunicarse en un idioma distinto al suyo, puede experimentar una sensación de pérdida cultural o alienación. Por el contrario, el reconocimiento y el respeto por la lengua materna pueden reforzar el sentido de pertenencia e inclusión.

Estos son los puntos clave para enseñar idiomas en este ámbito:

- Enfoque centrado en el estudiante: partir de las necesidades reales, del contexto vital y los objetivos personales de cada estudiante.
- Variedad de canales de comunicación: proporcionar información lingüística y explicaciones a través de múltiples modalidades (oral, escrita, visual y gestual) para adaptarse a los diferentes estilos de aprendizaje.
- Adaptabilidad: ajustar el ritmo, la complejidad y el apoyo en función de las necesidades del alumnado, sin comprometer la calidad del aprendizaje.
- Participación activa: promover actividades en las que el estudiante no sea solo un receptor de contenidos, sino un creador de conocimiento.
- Retroalimentación constructiva y motivadora: centrarse en el progreso y las estrategias, no solo en los errores.

Ahora veremos las principales estrategias para los factores mencionados:

Estrategias de accesibilidad

Simplificación y claridad

- Utilice frases cortas, una estructura lógica y una terminología clara en las explicaciones.



- Evite la jerga técnica innecesaria en las etapas iniciales.
- Proporcione ejemplos concretos y reales.

Soporte visual y multimedia

- El uso de diagramas, mapas conceptuales, imágenes y vídeos ayuda a consolidar conceptos abstractos.
- Incluya subtítulos en los vídeos para facilitar la comprensión, especialmente para las personas con dificultades auditivas o que no son hablantes nativos.

Acceso a materiales alternativos

- Ofrezca folletos en formatos digitales accesibles (por ejemplo, compatibles con lectores de pantalla).
- Incorpore lecciones en audio para personas con discapacidad visual o que prefieren escuchar.

Ritmo y segmentación

- Divida las lecciones en fragmentos cortos y manejables.
- Alterne sesiones de introducción y práctica.

Estrategias de inclusión

Promover la diversidad lingüística y cultural

- Invitar a los alumnos a compartir palabras, expresiones o modismos de su lengua materna.
- Utilizar textos, diálogos y materiales que representen diferentes culturas, etnias, géneros y capacidades.

Crear un entorno seguro y respetuoso

- Establecer normas de interacción basadas en el respeto mutuo.
- Combatir los estereotipos lingüísticos y la discriminación (por ejemplo, burlarse de los acentos o los errores).

Ofrecer opciones y personalización.

- Dar a los alumnos la libertad de seleccionar los temas de conversación o los tipos de ejercicios en función de sus intereses.
- Permitir la evaluación a través de diversos métodos (oral, escrito o multimedia).

Trabajo cooperativo

- Desarrollar proyectos en grupo y actividades en parejas que fomenten la colaboración y el aprendizaje mutuo.
- Implementar tutorías entre compañeros, en las que los alumnos más avanzados ayudan a los menos avanzados.

Ejemplos de las técnicas de enseñanza accesibles e inclusivas más utilizadas

- Enseñanza multisensorial: combinación de la escucha, la lectura, la escritura, el movimiento y las imágenes.
- Narración de historias: las historias facilitan la memorización y crean conexiones emocionales con el idioma.
- Gamificación: transformar el aprendizaje en un juego, con puntos, retos y recompensas simbólicas.
- Tareas auténticas: simular situaciones de la vida real (reservar un hotel, pedir en un restaurante, escribir un correo electrónico de trabajo).



- Enfoque de andamiaje: proporcionar apoyos temporales (glosarios, diagramas, plantillas de frases) y retirarlos gradualmente para desarrollar la autonomía.
- Tecnología: uso de plataformas de aprendizaje electrónico con interfaces personalizables y funciones de accesibilidad; aplicaciones de traducción y pronunciación para apoyar el aprendizaje independiente; y foros educativos o chats para aquellos que son tímidos o tienen dificultades para participar en clase.

Por último, pero no menos importante:

- Evitar evaluar únicamente la precisión grammatical y tener en cuenta la capacidad de comunicarse de forma eficaz.
- Ofrecer múltiples intentos y oportunidades de recuperación.
- Personalizar los horarios y los métodos de examen para los alumnos con necesidades educativas especiales.
- Un profesor inclusivo no es solo un transmisor de contenidos, sino un facilitador, un motivador y un punto de referencia. Esto requiere:
 - Empatía: escuchar y comprender las dificultades de los alumnos.
 - Formación continua: mantenerse al día sobre nuevas técnicas, herramientas y enfoques pedagógicos.
 - Autoconciencia: reflexionar sobre los propios prejuicios y modelos culturales.

RESUMEN

La comunicación es un proceso humano fundamental mediante el cual las personas intercambian información, significados y emociones a través de canales verbales, no verbales, paralingüísticos, visuales y digitales. Según el modelo de Shannon y Weaver, la comunicación implica un emisor, la codificación, un mensaje, un canal, un receptor, la decodificación, la retroalimentación y el ruido. Por su parte, los cinco axiomas de Watzlawick destacan que la comunicación es inevitable; siempre incluye tanto contenido como significado relacional; depende de la interpretación de las secuencias de interacción; combina elementos verbales y no verbales; y puede adoptar formas relacionales simétricas o complementarias.

Barreras lingüísticas

Las barreras lingüísticas surgen de las diferencias de idioma, dialecto, nivel de competencia, registro, metáforas y referencias culturales. Están influenciadas por contextos multiculturales, la jerga especializada, los formatos de comunicación rápidos y diferentes niveles de alfabetización. Las barreras afectan no solo a la comprensión, sino también a la identidad, la autoestima, la confianza, la participación y las dinámicas de poder dentro de los grupos. Los malentendidos pueden desencadenar conflictos, silenciar la participación o reforzar las desigualdades sociales.

Estrategias para reducir las barreras lingüísticas

Los educadores pueden promover una comunicación más clara mediante el aprendizaje y la formación lingüística, el uso de un lenguaje sencillo y accesible, apoyos visuales y multimedia, tecnologías de traducción e interpretación, y formación en competencia intercultural para comprender mejor los códigos y significados culturales.



Enseñar idiomas a los refugiados: accesibilidad e inclusión

La enseñanza de idiomas debe ir más allá de la gramática y el vocabulario, garantizando que los materiales, los entornos y los métodos sean accesibles e inclusivos. La accesibilidad hace que el aprendizaje sea útil para todos los alumnos; mientras que la inclusión garantiza que todos los estudiantes se sientan representados y valorados. Deben reconocerse los aspectos psicológicos de las barreras lingüísticas, como la ansiedad, la percepción de incompetencia, la pérdida de identidad y la distancia relacional. Los principios pedagógicos clave incluyen el aprendizaje centrado en el alumno, el uso de canales de comunicación multimodales, la adaptabilidad del ritmo y la dificultad, la participación activa y la retroalimentación constructiva.

Estrategias de accesibilidad

Utilizar un lenguaje claro y sencillo, dividir los contenidos en segmentos cortos y emplear ejemplos de la vida real; integrar apoyos visuales y multimedia; proporcionar materiales alternativos en formatos digitales accesibles; estructurar las lecciones en unidades manejables y alternar la explicación con la práctica.

Estrategias de inclusión

Se debe promover la diversidad lingüística y cultural, crear entornos de aprendizaje seguros y respetuosos, evitar el estigma en torno a los acentos o a los errores, permitir la elección de temas y métodos de evaluación, y fomentar el aprendizaje cooperativo y la tutoría entre compañeros.

Técnicas de enseñanza inclusivas

Entre los enfoques útiles se incluyen la enseñanza multisensorial, la narración de historias, la gamificación, las tareas auténticas de la vida real, el andamiaje pedagógico y el uso de tecnologías educativas (plataformas de aprendizaje electrónico, herramientas de traducción, y colaboración en línea).

Recomendaciones finales

Es recomendable evaluar la eficacia comunicativa más allá de la precisión gramatical, permitir múltiples intentos y ofrecer formatos de evaluación adaptados, así como personalizar el apoyo a los estudiantes con necesidades educativas especiales. Los educadores inclusivos actúan como facilitadores y motivadores, y desarrollan la empatía, la formación profesional continua y la autorreflexión sobre sus propios supuestos culturales.

Actividades de autoevaluación

1. Según el texto, ¿qué es lo que mejor define la comunicación?
 - A) Una simple transmisión de información verbal.
 - B) Un intercambio de información, significados y emociones que también implica elementos no verbales.
 - C) Solo el intercambio intencional de mensajes entre individuos.



2. En el modelo de Shannon y Weaver, ¿qué elemento se refiere a los factores que interfieren en la comprensión?
 - A) Retroalimentación.
 - B) Codificación.
 - C) Ruido.
3. ¿Cuál de los siguientes es un ejemplo de comunicación no verbal?
 - A) Un correo electrónico con instrucciones detalladas.
 - B) Las expresiones faciales y la postura durante una conversación.
 - C) Un contrato escrito.
4. ¿Cuál es la idea central del primer axioma de Watzlawick («No se puede no comunicar»)?
 - A) La comunicación solo se produce cuando hablamos.
 - B) Solo las acciones intencionadas tienen valor comunicativo.
 - C) Todo comportamiento, incluido el silencio o la evasión, tiene valor comunicativo.
5. El segundo axioma enfatiza que toda comunicación:
 - A) Es puramente informativa.
 - B) Tiene aspectos tanto de contenido como relacionales.
 - C) Está determinada principalmente por las diferencias culturales.
6. La frase «Grito porque no escuchas / No escucho porque gritas» ilustra:
 - A) Primer axioma: imposibilidad de no comunicarse
 - B) Tercer axioma: puntuación de las secuencias comunicativas
 - C) Quinto axioma: intercambios simétricos y complementarios
7. ¿Qué afirmación sobre las barreras lingüísticas se ajusta MÁS al texto?
 - A) Solo se producen entre hablantes de idiomas diferentes.
 - B) También pueden surgir dentro de un mismo idioma (dialecto, competencia, registro, metáforas).
 - C) Se deben principalmente a una falta de motivación para comunicarse.
8. ¿Cuál es una estrategia recomendada para reducir las barreras lingüísticas en la educación?
 - A) Utilizar jerga técnica compleja para ser preciso.
 - B) Mantener una única modalidad de enseñanza para evitar confusiones.
 - C) Utilizar un lenguaje sencillo, apoyo visual y herramientas de traducción adecuadas.
9. ¿Por qué es fundamental tener en cuenta los aspectos psicológicos de las barreras lingüísticas a la hora de enseñar a los refugiados?
 - A) Porque las dificultades lingüísticas solo afectan al rendimiento en los exámenes.
 - B) Porque repercuten en la autoestima, la confianza, la participación y el sentido de identidad.
 - C) Porque hacen imposible la enseñanza de la gramática.
10. En un enfoque docente inclusivo y accesible para los refugiados, la función principal del profesor es:
 - A) Evaluar estrictamente la precisión gramatical.
 - B) Actuar como facilitador, motivador y guía reflexivo y empático.
 - C) Mantener métodos rígidos y estandarizados para todos los alumnos.

07.

Prácticas pedagógicas





Introducción

El objetivo de este módulo es enseñar y familiarizar a los participantes con métodos de enseñanza específicamente adaptados a las necesidades y retos de los refugiados ucranianos, especialmente aquellos con necesidades especiales. Dados los diferentes puntos de partida y circunstancias individuales, los participantes en el módulo aprenderán cómo adaptar eficazmente sus métodos de enseñanza y por qué esto es importante para facilitar el proceso de aprendizaje de los refugiados y promover la integración. Esto incluye tanto el uso de ayudas técnicas como estrategias específicas para tener en cuenta los niveles educativos y las posibles discapacidades o dificultades en el aprendizaje.

También se centra en la creación de un entorno acogedor y la mediación intercultural para promover el diálogo.

Para lograrlo, el curso se basa en la interacción entre los participantes para reforzar los conocimientos teóricos a través de sus propias investigaciones y ampliar sus conocimientos.

Aportaciones o repeticiones

Gran parte del contenido ya se ha tratado en los módulos anteriores. En pequeños grupos, los participantes pueden dividir el contenido y revisarlo brevemente. Algunos ejemplos son los temas del trauma y la inclusión, con posibles preguntas al comienzo del módulo.

Trauma:

Los refugiados suelen haber vivido situaciones traumáticas y necesitan un entorno seguro para aprender. Las personas afectadas deben poder evaluar siempre bien las situaciones, por lo que es importante la transparencia estructural. Es necesario designar una persona de contacto y ofrecer una visión general de lo que se ofrece, continuidad de los cuidadores y comunicación en un plano de igualdad.

- ¿Cómo puedo garantizar el aprendizaje en un entorno seguro?
- ¿Cómo puedo garantizar la continuidad de los cuidadores?
- ¿Qué opciones tengo en el marco de mi curso para hacer frente a crisis agudas causadas por traumas?

Inclusión

Esta parte también se puede combinar bien con el autoaprendizaje o las tareas asignadas con antelación. En este caso, se podría exigir una investigación independiente sobre el tema de la inclusión o se podría proporcionar material (por ejemplo, un vídeo sobre el tema).

- ¿Qué significa inclusión?
- ¿Qué entiende usted por inclusión en la educación?
- ¿Qué métodos de enseñanza inclusivos conozco o utilizo ya?



El apoyo lingüístico como base

El éxito educativo está estrechamente relacionado con las habilidades lingüísticas. Estas también contribuyen de manera significativa a la participación social y son un componente indispensable del trabajo de integración y un factor importante para acceder al mercado laboral y a la educación. El acceso al aprendizaje del idioma es una prioridad en los países que acogen a personas refugiadas precisamente por estas razones.

Para muchos refugiados, un curso de idiomas es su primera experiencia educativa en el país de llegada, lo que influye significativamente en su motivación y en los pasos que darán para seguir formándose. Por lo tanto, el aprendizaje del idioma del país de acogida es esencial.

Los refugiados son un grupo muy heterogéneo. Su nivel educativo depende de aspectos sociodemográficos como la edad, la escolarización, el país de origen, pero también la ruta y la duración de su proceso migratorio. Cabe esperar un alto nivel de cualificación, pero la formación profesional o las perspectivas de carrera están estrechamente vinculadas al aprendizaje del idioma del país de destino.

El lenguaje escrito desempeña un papel importante y está influenciado por diversos factores. Especialmente a partir del nivel A2, el proceso de escritura presenta dificultades, ya que los alumnos tienden a utilizar la ortografía y la pronunciación de su lengua materna. Esto debe tenerse en cuenta, sobre todo en lo que se refiere a la conjugación verbal y al uso de los artículos. Por lo tanto, es especialmente importante fomentar las habilidades lingüísticas escritas. Se debe prestar atención a las diferencias en las reglas gramaticales con respecto a la lengua materna.

El reconocimiento jurídico de la accesibilidad comunicativa en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad ha dado lugar a un enorme aumento de la difusión de textos en lenguaje sencillo. Por ello, el grupo destinatario se ha ampliado considerablemente y, por lo tanto, también ha encontrado su lugar en entornos educativos inclusivos.

Otro aspecto es la educación lingüística bimodal (dos canales: auditivo y visual) y bilingüe (dos idiomas), que ofrece un valor añadido no solo para los alumnos con discapacidad auditiva. Los métodos y materiales deben adaptarse a las habilidades de los alumnos. Una forma de diferenciar la enseñanza y adaptarse a la heterogeneidad de un grupo es ofrecer diferentes formas de presentación. En función de sus habilidades, los alumnos pueden, por ejemplo, crear un póster o hacer una presentación oral. Otra idea es proporcionar hojas de trabajo bilingües con fotos o dibujos.

La comunicación aumentativa y alternativa ofrece una buena guía, centrándose en las opciones de apoyo visual. Por un lado, es importante utilizar todo el cuerpo (por ejemplo, con el uso de signos de la lengua de signos nacional correspondiente), pero, por otro lado, también es importante utilizar símbolos, tarjetas con imágenes y salas etiquetadas. Aquí no hay límites para la imaginación:

- Ayudas para la comunicación visual en el aula (horarios semanales, procedimientos recurrentes, etc.).
- Tarjetas con símbolos como etiquetas.
- Visualizaciones.
- Enseñanza de vocabulario basada en imágenes (por ejemplo, diccionarios ilustrados).



Los bolígrafos de audio o de escucha, que pueden utilizarse para acceder al contenido de una imagen de forma acústica, son asequibles y pueden utilizarse perfectamente en la enseñanza de idiomas.

Una idea eficaz para los alumnos más jóvenes es el «libro yo». En él, los alumnos pueden trabajar su propia biografía y presentar etapas de sus vidas. Esto también se puede implementar en versión digital. Estos «libros yo» se pueden utilizar en clase para la comunicación entre alumnos.

El uso de los medios digitales es desde hace tiempo habitual en la enseñanza de lenguas extranjeras. Las posibilidades de uso son muy diversas y van desde las grabaciones de voz y la producción de vídeos hasta las aplicaciones de aprendizaje, activando una amplia variedad de áreas de competencia. Los medios digitales pueden fomentar el disfrute y la motivación en el aprendizaje, ya que permiten enfoques diversos y, a menudo, lúdicos.

Integración temática de la diversidad cultural

Existe una estrecha relación entre el idioma y la cultura, por lo que la adquisición del idioma siempre va de la mano del aprendizaje de la cultura extranjera. El concepto de cultura debe interpretarse de forma muy amplia y, en el espíritu de la globalización cultural, debe incluir no solo los hábitos cotidianos, sino también los mundos simbólicos (literatura, arte, etc.).

Los métodos de enseñanza que promueven el diálogo intercultural, incorporan historias de origen y valoran las diferencias pueden fortalecer la cohesión social. Esto es importante no solo para el rendimiento académico, sino también para el bienestar general de los refugiados, ya que una integración social positiva mejora su capacidad para adaptarse y su participación en clase.

La cultura siempre ha sido un componente importante en la enseñanza de una lengua extranjera y una segunda lengua. Sin embargo, la globalización ha cambiado el concepto de cultura, y hay que cuestionar los conceptos homogeneizadores de las culturas nacionales. Estamos dejando de comparar nuestras propias tradiciones y costumbres con las de otros países y, en su lugar, estamos adoptando una comprensión más polimórfica de la cultura.

Los métodos de enseñanza que promueven el diálogo intercultural incorporan historias de origen y valoran las diferencias pueden fortalecer la cohesión social. Esto es importante no solo para el rendimiento académico, sino también para favorecer el bienestar general de los refugiados, ya que una integración social positiva mejora su capacidad de adaptación y su participación en clase.

Un ejemplo de actividad intercultural en el aula es la presentación de «fiestas y tradiciones». Cada participante presenta una fiesta o festividad de su propio país de origen, como el Ramadán, la Navidad, el Nowruz o el Holi. El objetivo de aprendizaje lingüístico de esta actividad incluye vocabulario relacionado con las fiestas, verbos en tiempo presente y expresiones temporales, mientras que el objetivo cultural es promover la comprensión de los rituales, las similitudes y las diferencias. Este método no solo promueve la comprensión lingüística, sino también el reconocimiento de la diversidad cultural y contribuye a una interacción respetuosa entre los participantes.



Digresión: Personas desplazadas con discapacidad auditiva: retos especiales y métodos de enseñanza adaptados

Las personas desplazadas con discapacidad auditiva representan un grupo especial, ya que también necesitan aprender dos idiomas en su país de llegada: el idioma escrito respectivo y el lenguaje de signos del país. Este último es importante para poder utilizar los servicios de interpretación y comunicarse con éxito con la comunidad sorda local.

A la hora de seleccionar los cursos de idiomas, hay que asegurarse de que se impartan en lengua de signos o con intérpretes. En muchos países, la oferta de cursos para personas con discapacidad auditiva es muy limitada, por lo que puede ser necesario adaptar un curso para refugiados oyentes a este grupo específico.

Al aprender la lengua escrita, hay que tener en cuenta que el ucraniano se escribe en alfabeto cirílico, lo que significa que se requiere un esfuerzo adicional para aprender el alfabeto latino.

A menudo no existe una base jurídica para la prestación de cuidados específicos a los refugiados sordos. Los derechos de las personas con discapacidad están regulados por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad; si un país no ha ratificado la Convención, es necesario informarse sobre las disposiciones específicas del país de llegada correspondiente.

Cuando se trata con personas sordas, es importante tener en cuenta no solo la perspectiva médica y la clasificación en diferentes grados de discapacidad auditiva o sordera, sino sobre todo la identidad social de cada persona.

Las personas que utilizan al menos dos idiomas en su vida cotidiana se denominan bilingües; si uno de estos idiomas es la lengua de signos, se denomina bimodalidad. Las personas con discapacidad auditiva necesitan más tiempo para aprender. Dado que el acceso a los idiomas en general suele ser más difícil en la primera infancia, el aprendizaje puede llevar más tiempo.

En el aula, hay que procurar que todos puedan participar. Si hay un grupo mixto de idiomas, especialmente personas oyentes y con discapacidad auditiva, esto supone un gran reto que requiere una planificación cuidadosa. El entorno debe estar diseñado de tal manera que todos los idiomas hablados y de signos puedan percibirse fácilmente. Para ello se requiere una buena acústica en la sala y una iluminación adecuada. Además, los participantes con discapacidad auditiva deben poder ver bien y comprender el contenido de los signos. Las experiencias de interacción cotidianas son importantes en el proceso de aprendizaje y deben fomentarse.

Las personas con discapacidad auditiva tienen diferentes estilos de vida, por lo que tiene sentido involucrar a modelos a seguir y compañeros de su país de origen. Esto también puede promover el intercambio intercultural dentro de la cultura de las comunidades sordas. La integración de (pequeños) grupos en un curso de idiomas también es útil y debe ser un objetivo, siempre que no se pueda ofrecer un curso exclusivo para personas con discapacidad auditiva.

En la enseñanza, la atención debe centrarse en el alumno, deben establecerse conexiones con la vida real y debe hacerse hincapié en el aprendizaje orientado a la acción. Es esencial tener en cuenta las limitaciones y los obstáculos individuales para no crear nuevas barreras.

Es importante no sobrecargar ni subestimar a los alumnos. Esto se puede evitar ofreciendo una amplia gama de materiales y métodos. Se deben tener en cuenta los siguientes puntos:



- Se debe prestar atención a la conexión con el mundo real. Los temas deben ser interesantes y relevantes para los alumnos y basarse en los conocimientos previos que puedan tener.
- Los materiales deben ofrecerse en diferentes niveles de dificultad, evitando la complejidad. Diseñar materiales de forma clara y concisa es un factor esencial para el éxito del aprendizaje.
- Las personas refugiadas suelen presentar traumas y su estado emocional también debe tenerse en cuenta a la hora de elegir los temas. Se necesitan ejemplos positivos y tiempo y espacios adecuados para el intercambio, lo que también influye positivamente en la dinámica del grupo.
- La participación activa de los alumnos en la clase resulta beneficiosa y fomenta la autodeterminación. Al final de cada secuencia de aprendizaje, hay que asegurarse de que lo aprendido se pueda aplicar, lo que tiene un efecto positivo en la autoeficacia.
- Los profesores deben utilizar un lenguaje comprensible para todos, apoyado en ayudas como imágenes y símbolos. Esto es especialmente necesario para los alumnos con necesidades especiales.

Adaptación de los métodos de enseñanza

La inclusión puede entenderse como la valoración de la diversidad, en la que las diferencias se consideran oportunidades. La diversidad y la heterogeneidad son productos de la globalización que abren nuevas vías. La enseñanza inclusiva plantea retos a muchos profesores. El objetivo es identificar primero las barreras en el proceso de aprendizaje y, a continuación, permitir un aprendizaje personalizado e individualizado mediante la diferenciación de los materiales didácticos. Un criterio de la enseñanza inclusiva es la capacidad de aprender juntos de forma individualizada y constructiva. Además, la enseñanza inclusiva se define por su carácter orientado a los procesos y la búsqueda constante de recursos que puedan utilizarse para eliminar las barreras al aprendizaje.

Para que los métodos sean inclusivos, se debe reconocer la individualidad de los alumnos, incluidas las estrategias de aprendizaje y los potenciales específicos. Los idiomas existentes deben vincularse de forma consciente.

Por lo general, las clases se imparten en secuencias temáticas estructuradas de lecciones individuales, que a menudo son autónomas. La atención se centra en un objetivo de aprendizaje común para los participantes y, en última instancia, en una evaluación del rendimiento. Este sistema tiene sus limitaciones en términos de inclusión. Para enseñar de manera inclusiva, la planificación de las clases debe adaptarse para incluir, por ejemplo, tareas de diferentes niveles. Las clases deben ofrecer diferentes itinerarios de aprendizaje para proporcionar una opción de procesos de aprendizaje individuales para todos. Una forma de lograrlo sería utilizar el modelo de componentes de la planificación en serie. El objetivo es planificar una serie de clases de tal manera que sean posibles variaciones en los entornos de enseñanza (desde entornos guiados hasta entornos abiertos). Esta planificación puede entenderse como un principio de bloques de construcción, utilizando principios de apoyo individual y vinculando diferentes modelos didácticos.

Una forma de adaptar las lecciones a los diferentes niveles de aprendizaje es estructurar el contenido. Esto implica enumerar las habilidades básicas, los puntos temáticos centrales y los objetivos de desarrollo.



En la enseñanza inclusiva también se da por supuesto el interés compartido por un tema de aprendizaje, por lo que debe disponerse de una amplia gama de métodos, que son especialmente importantes durante las fases de enseñanza individualizada más largas.

Para garantizar la participación, que es esencial para una enseñanza inclusiva, es fundamental planificar con antelación. Se deben tener en cuenta los diferentes contextos culturales y socioeconómicos, así como cualquier discapacidad, que pueda requerir, por ejemplo, la provisión de ayudas técnicas.

Métodos como el trabajo libre, la enseñanza basada en proyectos, los planes semanales o el aprendizaje por estaciones son especialmente adecuados para su uso en el aula. La flexibilidad con respecto a los participantes también contribuye a una enseñanza más inclusiva, por ejemplo, cuando se forman pequeños grupos según los niveles de habilidad para determinados contenidos. La apertura en el aula permite un intercambio constante con los alumnos y hace posible responder a los estímulos directamente en la situación.

A través de prácticas educativas inclusivas, los profesores perciben más claramente los pequeños progresos en el aprendizaje. También se recomienda establecer una estrecha red de contactos con socios colaboradores para crear un buen entorno de aprendizaje interdisciplinario.

Resumen

El módulo «Prácticas docentes inclusivas» aborda el apoyo lingüístico como requisito previo para una integración satisfactoria y, en este contexto, examina diferentes formas de preparar materiales didácticos y de aprendizaje.

También aborda la cultura y la diversidad cultural, que también tienen un gran impacto en el diseño de los cursos y en la integración deseada.

Una digresión analiza más detenidamente el grupo destinatario especial de las personas desplazadas con discapacidad auditiva. También en este caso se tiende un puente hacia la enseñanza y los requisitos especiales.

Por último, el módulo aborda la adaptación de los métodos de enseñanza en aras de la inclusión. Es necesario identificar las barreras para poder ofrecer un proceso de aprendizaje personalizado con materiales didácticos adaptados.



Preguntas de autoevaluación

1. ¿Cuál es el objetivo principal del Módulo 7?
 - a) Formar a los refugiados para que se conviertan en profesores
 - b) Métodos de enseñanza adaptados a los refugiados ucranianos, incluidos aquellos con necesidades especiales
 - c) Aprender teoría lingüística avanzada
 - d) Evaluar el rendimiento académico de los refugiados

2. ¿Por qué es especialmente importante la transparencia estructural para los refugiados que han sufrido traumas?
 - a) Mejora los resultados de las pruebas
 - b) Reduce el tiempo de preparación
 - c) Ayuda a los alumnos a evaluar las situaciones y a sentirse seguros
 - d) Sustituye al apoyo psicológico

3. ¿Qué factor se describe como esencial para el éxito educativo y la integración?
 - a) Únicamente la escolarización previa
 - b) Las competencias lingüísticas
 - c) La asimilación cultural
 - d) La competencia digital

4. ¿A partir de qué nivel lingüístico la expresión escrita se convierte en un reto especial para muchos alumnos?
 - a) A1
 - b) A2
 - c) B2
 - d) C1

5. ¿A qué se refiere el término «educación bilingüe bimodal»?
 - a) Dos lenguas habladas
 - b) Lenguaje escrito y oral
 - c) Una lengua hablada y una lengua de signos
 - d) Aprendizaje con medios digitales

6. ¿Cuál de las siguientes opciones no se menciona como ayuda para la comunicación visual?
 - a) Horarios semanales
 - b) Tarjetas con símbolos
 - c) Vocabulario basado en imágenes
 - d) Tablas de traducción gramatical



7. ¿Cuál es el objetivo de las actividades interculturales en el aula, como la presentación de festivales?
- a) Comparar las culturas nacionales
 - b) Practicar únicamente la gramática
 - c) Fomentar el entendimiento lingüístico y cultural
 - d) Evaluar los conocimientos históricos
8. ¿Por qué los refugiados sordos suelen necesitar más tiempo para aprender?
- a) Por falta de motivación
 - b) Porque solo aprenden un idioma
 - c) Porque el acceso al lenguaje suele ser más limitado en la primera infancia
 - d) Porque la lengua de signos sustituye al lenguaje escrito
9. ¿Qué condiciones del aula son especialmente importantes para los alumnos con discapacidad auditiva?
- a) Materiales de audio con volumen alto
 - b) Buena acústica e iluminación adecuada
 - c) Clases de ritmo rápido
 - d) Solo exámenes escritos
10. ¿Cuál es una característica clave de la enseñanza inclusiva según el módulo?
- a) Planificación estandarizada de las clases
 - b) Impartir una única vía de aprendizaje
 - c) Diferenciación y aprendizaje individualizado
 - d) Centrarse en la evaluación final

08.

Enfoque del trauma





Introducción

Las personas que han sufrido traumas a lo largo de su vida se enfrentan a una serie de retos y problemas que pueden alterar su bienestar y su capacidad para aprender e interactuar socialmente de forma positiva. El objetivo de este módulo es refrescar y recordar a los participantes del curso los aspectos más importantes del trauma, con el fin de orientar a quienes desean prestar una atención específica a los usuarios con antecedentes de trauma, como los refugiados ucranianos, y potenciar su inclusión.

El trauma psicológico puede entenderse como la respuesta a experiencias altamente estresantes que superan la capacidad de afrontamiento del individuo, generando un impacto duradero en el funcionamiento emocional, cognitivo y conductual.

Las consecuencias del trauma varían en función de muchos factores, entre ellos la edad en la que se experimenta y sus características. Los efectos del trauma son mayores cuando se sufre durante la infancia, cuando es interpersonal y cuando se sufre durante largos periodos de tiempo. Las personas con antecedentes de trauma pueden presentar dificultades emocionales (culpa, vergüenza, tristeza), cognitivas (desconfianza, sensación de amenaza) y relacionales (aislamiento, dificultades de vinculación) por lo que habría mayores posibilidades de desarrollar problemas psicológicos.

Reconocer los signos y síntomas del trauma

La identificación de los signos y síntomas del trauma es una tarea de vital importancia. Los profesionales deben prestar atención a una serie de indicadores que apuntan a la posibilidad de que un usuario concreto haya sufrido antecedentes de trauma. Estos indicadores son:

- Comportamentales.
- Emocionales.
- Físicos.

Signos conductuales y emocionales

Las respuestas conductuales y emocionales anormales en personas que han sufrido un trauma no se ajustan a lo que cabría esperar dada la edad del usuario y no pueden atribuirse a otras afecciones médicas, psiquiátricas o del desarrollo neurológico conocidas.

Ejemplos:

- Irritabilidad o agresividad.
- Comportamiento marcadamente oposicionista.
- Hipervigilancia hacia el entorno.
- Respuestas de sobresalto exageradas a estímulos sonoros o visuales (por ejemplo, el ruido de un objeto que cae al suelo).



- Comportamiento imprudente o autodestructivo, incluidos los intentos de suicidio.
- Balanceo corporal persistente u otros movimientos rítmicos, incluida la masturbación compulsiva.
- Problemas de memoria, concentración o dificultad para mantener comportamientos orientados a objetivos.
- Marcado aislamiento social.
- Alteraciones en la regulación de las funciones corporales.
- Consumo o abuso de alcohol o drogas.

Signos físicos

Las personas que han sufrido un trauma suelen presentar lesiones físicas frecuentes compatibles con golpes, estrangulamientos o caídas, y a menudo dan explicaciones débiles o poco creíbles para justificarlas. También es bastante común que intenten ocultar y disimular estos signos. Los efectos del trauma físico pueden ser no solo agudos (a corto plazo -> trauma presente o reciente), sino también crónicos (que duran mucho tiempo -> trauma pasado).

Se prestará especial atención si la persona con la que estamos tratando presenta:

- Hematomas (normalmente en los brazos, el cuello y la cara)
- Cortes y quemaduras en el cuerpo.
- Quejas médicas crónicas vagas, como dolor pélvico crónico (especialmente en mujeres), dolores de cabeza crónicos, fatiga, dolor de estómago y similares.

También hay que tener en cuenta que los signos físicos del trauma en los refugiados ucranianos pueden ser:

- Secuelas claramente derivadas de la tortura.
- Consecuencias de múltiples traumatismos contusos que, debido a su ubicación, morfología y multiplicidad, son atribuibles a golpes infligidos intencionadamente.
- Lesiones sufridas en el curso de la violencia sexual.
- Resultados de lesiones sin especificidad, pero que, debido a su carácter, son atribuibles a situaciones en las que no se proporcionó atención médica.
- Resultados indicativos de una estancia prolongada en condiciones higiénicas deficientes.

Tenga siempre en cuenta que la percepción del trauma puede estar sujeta a variaciones individuales y culturales. Las personas que huyen de la guerra, como los refugiados ucranianos, suelen dar más importancia al trauma físico que al trauma psicológico.



Trauma y adaptación

Los refugiados ucranianos pueden estar lidiando con traumas psicológicos, pérdidas y la adaptación a un nuevo país. La migración, en sus múltiples formas, es una constante en la historia de la humanidad. Sin embargo, en las sociedades contemporáneas, adquiere una complejidad sin precedentes, especialmente cuando no es el resultado de una libre elección, sino de una necesidad impuesta por la guerra, la persecución, la pobreza o los desastres medioambientales. En estos casos, la experiencia migratoria se considera no solo un acontecimiento de cambio geográfico y cultural, sino un proceso potencialmente traumático, capaz de afectar profundamente a la identidad, el equilibrio psicológico y la calidad de vida del migrante.

El trauma migratorio no es un acontecimiento aislado, sino más bien un conjunto complejo de experiencias que abarca múltiples fases del proceso migratorio: la partida, el viaje y la instalación en un nuevo contexto. La partida suele ir acompañada de una ruptura con la patria, la cultura y los lazos afectivos. Esta separación puede generar sentimientos de culpa, nostalgia y dolor no resuelto. El viaje, especialmente para los migrantes forzados, puede estar marcado por la violencia, los abusos, las privaciones y situaciones de peligro extremo. Por último, la llegada a un país extranjero requiere una redefinición de la identidad: el migrante se enfrenta a la diversidad lingüística, cultural y social, a menudo en un contexto marcado por la discriminación, la marginación y la precariedad.

Los procesos migratorios se desarrollan en tres fases distintas pero interrelacionadas: pre-migración, migración y post-migración. Cada una de estas fases puede crear un contexto de vulnerabilidad psicológica, con consecuencias significativas para la salud mental de la persona.

Trauma pre-migratorio

La fase previa a la migración comprende el período anterior a la salida del país de origen. A menudo, la decisión de migrar no es voluntaria, sino que viene impuesta por circunstancias traumáticas como la guerra, la persecución política, la hambruna, los desastres medioambientales, la pobreza extrema o las amenazas a la vida y la seguridad personal. En estos contextos, las personas se ven expuestas a experiencias muy estresantes y traumáticas, como la pérdida de familiares, la detención, la tortura, la violencia sexual o la destrucción de su entorno social. Estas experiencias predisponen a las personas a desarrollar trastornos psicológicos importantes, como trastornos de ansiedad, depresión y trastorno de estrés postraumático (TEPT). Además, la percepción de impotencia y la ruptura de los vínculos emocionales o sociales arraigados en el país de origen generan una profunda crisis de identidad y de sentido de pertenencia.

Trauma migratorio

La fase de migración propiamente dicha representa un período de transición que, en muchos casos, puede ser igual o incluso más traumático que la fase anterior. Los viajes migratorios pueden ser largos, peligrosos y deshumanizantes. Muchos migrantes se enfrentan a viajes en condiciones extremas: cruzar desiertos, mares, fronteras hostiles, encuentros con traficantes de personas, detenciones arbitrarias o abusos físicos y psicológicos.

Además, el viaje refuerza los sentimientos de aislamiento, incertidumbre y vulnerabilidad. La falta de apoyo estructurado, el miedo al rechazo o la repatriación y la exposición constante al riesgo contribuyen a la acumulación de estrés agudo y crónico. Durante esta fase, la supervivencia psicológica suele garantizarse mediante mecanismos de defensa extremos, como la disociación o la negación, que, sin embargo, pueden convertirse en crónicos si no se procesan posteriormente.



Trauma posmigratorio

Una vez alcanzado el destino, comienza la fase posmigratoria, que no marca necesariamente el final de las dificultades. Por el contrario, muchas dificultades surgen o empeoran durante esta etapa. Los migrantes deben enfrentarse a nuevos retos: el idioma, el sistema legal, las barreras culturales, la búsqueda de empleo, el acceso a los servicios sanitarios y, a menudo, incluso la inseguridad en materia de vivienda.

Además, la sensación de alienación y discriminación puede empeorar el estado psicológico del individuo. No debe subestimarse el «síndrome de emigración» o «síndrome de Ulises». Este concepto descriptivo, ampliamente utilizado aunque no reconocido como categoría diagnóstica formal, describe el sufrimiento extremo, pero no necesariamente patológico, asociado a la migración, caracterizado por síntomas como tristeza, insomnio, ansiedad, culpa y pérdida del sentido existencial. En algunos casos, la fase posterior a la migración puede reactivar traumas anteriores, generando síntomas complejos que requieren un enfoque terapéutico integrado y culturalmente competente.

Estrategias para crear un entorno seguro y acogedor tras el efecto del trauma en el aprendizaje y el comportamiento

Una de las cuestiones más complejas y a menudo subestimadas es el impacto del trauma en el aprendizaje y el comportamiento de los refugiados ucranianos. Las experiencias traumáticas de los refugiados pueden afectar a su rendimiento académico y a sus relaciones interpersonales. Desde una perspectiva educativa, el trauma experimentado por estas personas puede manifestarse en forma de disminución de la motivación, dificultad para mantener la atención, desorganización, baja autoestima y problemas de comportamiento, lo que dificulta el aprendizaje y, especialmente, la integración en el entorno escolar.

De hecho, el aprendizaje no es un proceso aislado, sino que está profundamente entrelazado con el bienestar psicoemocional de la persona. Cuando la persona se encuentra en un estado constante de alerta o activación emocional elevada o abrumado por emociones no procesadas, se vuelve menos receptivo a los estímulos cognitivos y menos capaz de procesar la información de manera eficaz. Esto es especialmente cierto en el caso de los niños y adolescentes, cuyo desarrollo neurológico aún está en curso y puede verse profundamente afectado por experiencias traumáticas no mediadas. Uno de los principales obstáculos para crear un entorno educativo inclusivo es la falta de comprensión de la conexión entre el trauma y el comportamiento. Es esencial que los profesores, los educadores y el personal escolar estén capacitados para reconocer los signos del trauma y evitar etiquetar los comportamientos disfuncionales como simples actos de desobediencia o negligencia. Una actitud crítica o punitiva corre el riesgo de agravar el malestar y reforzar la sensación de exclusión ya existente. En este contexto, el papel de los profesionales no sanitarios no es realizar intervención clínica, sino proporcionar un entorno seguro y facilitar estrategias básicas de regulación y acompañamiento.

Además, es importante evitar las generalizaciones y los estereotipos culturales que pueden marginar aún más a los estudiantes refugiados. Cada historia es única, y escuchar con empatía y de forma individualizada es el primer paso para acogerlos de verdad.

Para fomentar el aprendizaje de los estudiantes refugiados, es necesario actuar en múltiples niveles, adoptando estrategias sistémicas e inclusivas. A continuación, se proponen algunas acciones clave:



- **Formación del personal escolar:** Los profesores y el personal deben adquirir habilidades en materia de educación informada sobre el trauma, aprendiendo a crear rutinas predecibles, gestionar las crisis emocionales y responder con empatía y flexibilidad.
- **Creación de espacios seguros:** El entorno físico e interpersonal debe transmitir seguridad. Los espacios ordenados, los rincones tranquilos, las normas claras y las relaciones de confianza son esenciales para reducir el estrés y facilitar la integración.
- **Apoyo psicológico y mediación cultural:** La inclusión de profesionales especializados, como psicólogos escolares y mediadores lingüísticos y culturales, puede facilitar el diálogo entre la escuela, la familia y el estudiante, ofreciendo un apoyo específico y competente.
- **Promover el aprendizaje socioemocional:** integrar la educación emocional, la gestión de conflictos y la cooperación entre compañeros ayuda a construir relaciones más positivas y a desarrollar la resiliencia.
- **Participación de la familia:** Establecer un canal de comunicación abierto y respetuoso con las familias refugiadas es esencial para fortalecer el sentido de comunidad y pertenencia.

Técnicas de evaluación y selección

La aplicación sistemática de procedimientos de evaluación y selección es un componente estratégico para garantizar una atención adecuada y oportuna que respete los derechos fundamentales de la persona. La evaluación inicial, es un proceso sistemático destinado a recopilar información esencial sobre la salud, la condición psicológica, la situación jurídica y el perfil social y educativo del refugiado.

Este proceso debe iniciarse en las fases iniciales de la acogida, idealmente en las primeras 48-72 horas tras la llegada a las instalaciones designadas, y debe ser llevado a cabo por un equipo interdisciplinario compuesto por profesionales de la salud, trabajadores sociales, mediadores culturales, psicólogos y, cuando proceda, expertos jurídicos.

El objetivo principal es:

- Identificar situaciones de vulnerabilidad (como embarazo, discapacidad, trauma psicológico, menores no acompañados, víctimas de trata);
- Detectar cualquier patología activa;
- Reconocer los factores de riesgo psicosociales y las barreras culturales o lingüísticas.
- Promover la inclusión en los programas de protección y la atención personalizada.

En este contexto, la evaluación puede estructurarse en tres ámbitos fundamentales:

- Evaluación de la salud.
- Evaluación psicológica.
- Evaluación social y educativa.



Evaluación de la salud

El examen médico es una fase fundamental del proceso de evaluación y debe incluir:

- Historial médico general y estado de vacunación.
- Examen médico general.
- Detección de enfermedades infecciosas con un alto impacto en la salud pública (por ejemplo, tuberculosis, VIH, hepatitis viral, sarna, pediculosis)
- Evaluación del estado nutricional y de cualquier enfermedad crónica (diabetes, hipertensión, asma)
- Pruebas de laboratorio (cuando sea posible), incluidas las relacionadas con afecciones asintomáticas.
- Evaluación de la salud sexual y reproductiva, especialmente en mujeres y adolescentes.

Estas pruebas de detección deben realizarse respetando la dignidad de la persona, con su consentimiento informado y, cuando sea necesario, en presencia de personal del mismo sexo, especialmente en casos de vulnerabilidad relacionados con la violencia sexual o la mutilación genital femenina.

Evaluación psicológica

La experiencia de los refugiados se caracteriza a menudo por múltiples acontecimientos traumáticos, vividos tanto en el país de origen como a lo largo de la ruta migratoria o en los centros de detención. Por lo tanto, el examen psicológico es esencial y debe realizarse con especial precaución, evitando la patologización prematura o la imposición de etiquetas clínicas.

La evaluación puede incluir:

- Observación clínica.
- Entrevistas psicológicas.
- Cuestionarios validados y adaptados culturalmente, fácilmente disponibles en línea (por ejemplo, el Cuestionario de Trauma de Harvard, el Cuestionario de Salud para Refugiados; RUDAS - Escala Universal de Evaluación de la Demencia de Rowland);
- Identificación de signos de depresión, ansiedad, trastorno por estrés postraumático (TEPT), disociación, insomnio, irritabilidad o mutismo selectivo en menores.

Si se detectan signos de alerta, se debe derivar rápidamente al individuo a los servicios de salud mental o, en casos graves, a centros especializados. Es esencial la presencia constante de mediadores lingüísticos y culturales con experiencia en el tratamiento de traumas.



Evaluación social y educativa

La evaluación social sirve para obtener una visión global de la situación de la persona, teniendo en cuenta elementos clave para desarrollar un plan de acogida e integración personalizado, entre los que se incluyen:

- Composición familiar.
- Condiciones previas de vivienda y trabajo.
- Nivel educativo y habilidades profesionales.
- Existencia de redes sociales formales o informales.
- Cualquier experiencia de trata, explotación laboral o violencia doméstica.

Esta recopilación de datos debe ir acompañada de un plan de derivación a los servicios locales (escuelas, centros de empleo, formación lingüística, asistencia jurídica), que facilite la reconstrucción de la autonomía individual.

Recomendaciones finales

Para garantizar la eficacia de la evaluación y la selección, se recomienda:

- Formación obligatoria y continua para los profesionales implicados, centrada en el trauma, los derechos humanos, la comunicación intercultural y la salud global.
- Adopción de protocolos nacionales comunes, adaptables a las circunstancias locales, que integren indicadores claros, herramientas validadas y procedimientos de derivación.
- Centralización de la mediación cultural, considerada parte integrante del equipo operativo.
- El uso de herramientas informáticas seguras y protegidas para la gestión de datos sensibles, de conformidad con la normativa de privacidad (RGPD y legislación nacional).
- Participación de las comunidades y asociaciones de migrantes en el diseño conjunto y el seguimiento de las prácticas de evaluación.

Estrategias para afrontar el trauma

Enseñar técnicas de relajación y mindfulness puede ayudar a los estudiantes a gestionar el estrés y la ansiedad y a evitar la retraumatización.

El término «afrontamiento» se refiere al conjunto de pensamientos y comportamientos que una persona adopta para gestionar las exigencias internas o externas que percibe como estresantes. Lazarus y Folkman (1984), entre los principales teóricos del afrontamiento, distinguen dos



grandes categorías: el afrontamiento centrado en el problema y el afrontamiento centrado en las emociones. El primero tiene como objetivo modificar la situación estresante, mientras que el segundo busca regular las emociones negativas asociadas a ella. Posteriormente se añadieron otras categorías, como el afrontamiento evasivo y el afrontamiento centrado en el significado, que es especialmente relevante en contextos de migración forzada, donde la sensación de pérdida y desorientación puede ser profunda.

Estrategias de afrontamiento comúnmente observadas en los refugiados

Afrontamiento activo y centrado en los problemas

Algunos refugiados responden adoptando estrategias de afrontamiento activas, como aprender el idioma del país de acogida, buscar empleo, participar en cursos de formación o integrarse en las redes comunitarias. Estas estrategias se asocian con mejores resultados de adaptación psicológica, mayor autoestima y sensación de control.

Afrontamiento emocional

Muchos refugiados recurren a prácticas religiosas, espirituales o rituales culturales para gestionar la ansiedad, la tristeza y los sentimientos de pérdida. La religión puede dar sentido a los acontecimientos traumáticos y proporcionar una red de apoyo social. Sin embargo, si estas prácticas están aisladas del contexto social del país de acogida, también pueden alimentar la alienación.

Afrontamiento evasivo

Una parte significativa de los refugiados tiende a adoptar estrategias de evitación, como el aislamiento social, la negación, el abuso de sustancias o la disociación. Estas estrategias, aunque pueden ofrecer un alivio temporal, se asocian con peores resultados psicológicos, incluidos síntomas de trastorno de estrés postraumático (TEPT), depresión y ansiedad crónica.

Afrontamiento significativo

Cada vez más reconocido en la literatura académica, el afrontamiento significativo implica reprocesar la experiencia traumática a través de narrativas de identidad, valores culturales, objetivos existenciales y esperanza en el futuro. La aceptación, la gratitud y la resiliencia espiritual son componentes de esta estrategia, que puede transformar el trauma en crecimiento postraumático.

Factores que influyen en la eficacia de la superación

La eficacia de las estrategias de afrontamiento no es la misma para todas las personas y depende de numerosos factores, como:

- Edad y género: las mujeres y los niños refugiados suelen ser más vulnerables, pero a veces muestran una mayor flexibilidad en las estrategias de afrontamiento relacional.
- Apoyo social: la presencia de redes familiares y comunitarias es un fuerte indicador de un afrontamiento positivo.
- Nivel educativo: una educación superior puede facilitar el acceso a recursos y estrategias cognitivas más eficaces.



- Experiencias traumáticas previas: la exposición múltiple a traumas tiende a reducir la capacidad de afrontamiento y a aumentar la vulnerabilidad a la psicopatología.
- Contexto sociopolítico del país de acogida: la acogida, la discriminación o las políticas restrictivas influyen directamente en la capacidad de los refugiados para activar estrategias eficaces.

Las estrategias de afrontamiento del trauma en los refugiados pueden ser especialmente eficaces cuando se integran con técnicas de relajación y mindfulness, que ayudan a gestionar la ansiedad, la disociación y los síntomas del trastorno por estrés postraumático (TEPT).

A continuación se ofrece una visión general de las principales estrategias utilizadas con el objetivo de reducir los síntomas del TEPT, la ansiedad y la depresión, promover una sensación de seguridad, restaurar el control sobre el cuerpo y la mente, fortalecer los recursos internos y promover la adaptación a la nueva realidad.

A. Técnicas de respiración consciente

Método: respiración 4-4-6 (inhalar durante 4 segundos, retener durante 4 y exhalar durante 6).

Objetivos: Reducir la activación del sistema nervioso simpático.

B. Escaneo corporal

Método: Dirigir la atención a diferentes partes del cuerpo, prestando atención a las sensaciones sin juzgarlas.

Objetivos: Promueve la conexión entre la mente y el cuerpo, útil para la disociación.

C. Visualizaciones guiadas

Método: «Lugar seguro»: imaginar un entorno en el que la persona se sienta protegida.

Objetivos: Reduce la sensación de amenaza y puede ser un ancla en momentos de crisis.

D. Anclaje

Método: Técnicas básicas: contar objetos, tocar superficies, enumerar los colores que te rodean.

Objetivos: Ayuda con los flashbacks o la disociación.

E. Ejercicios de relajación muscular progresiva (PMR)

Método: Alternar la tensión y la relajación muscular.

Objetivos: Ayuda a reconocer y modular la tensión corporal relacionada con el trauma.

F. Mindfulness sin juicios

Método: Prestar atención al momento presente con apertura y aceptación.

Objetivos: «Observar y dejar ir» los pensamientos intrusivos sin luchar contra ellos.

No se recomienda forzar la expresión emocional ni la evocación directa de experiencias traumáticas, ya que esto puede generar malestar o retraumatización.

Consejos para la adaptación cultural

- Utilizar un lenguaje sencillo y traducciones culturalmente apropiadas.
- Incluir símbolos, metáforas o prácticas espirituales relevantes para el grupo de refugiados.



- Ofrecer opciones que respeten la sensibilidad de género y las experiencias traumáticas.
- Las intervenciones breves y escalables (por ejemplo, de 10 a 20 minutos) son más sostenibles.
- Utilizar mediadores culturales si es posible.

CONCLUSIONES

Las estrategias de afrontamiento adoptadas por los refugiados son variadas y complejas, y están influenciadas por una multitud de factores individuales, culturales y estructurales. Algunas respuestas son adaptativas y les permiten afrontar el sufrimiento con resiliencia; otras, disfuncionales, amplifican el trauma e impiden la adaptación. El reto es doble: comprender estas estrategias sin juzgarlas y ofrecer un apoyo que respete la dignidad y la individualidad del refugiado. Solo así podremos contribuir a una verdadera integración y a la construcción de sociedades más inclusivas y solidarias.

RESUMEN

Las personas que han sufrido traumas, especialmente durante la infancia, a causa de la violencia interpersonal o durante largos periodos de tiempo, pueden presentar dificultades psicológicas, conductuales, emocionales y físicas que afectan al aprendizaje, las relaciones y el bienestar. Los refugiados, como los ucranianos desplazados por la guerra, son especialmente vulnerables debido al trauma acumulado antes, durante y después de la migración.

Reconocer el trauma

Los signos pueden ser conductuales/emocionales (irritabilidad, agresividad, hipervigilancia, aislamiento, falta de concentración, comportamiento arriesgado, disociación, consumo de sustancias) o físicos (hematomas, quemaduras, lesiones inexplicables, dolor crónico, fatiga). Los refugiados también pueden presentar secuelas de tortura, violencia, atención sanitaria inadecuada o malas condiciones de vida. La percepción del trauma varía según la cultura y, a menudo, se da prioridad al trauma físico sobre el malestar psicológico.

El trauma en las distintas fases de la migración

- Antes de la migración: exposición a la guerra, la persecución, la violencia, la pérdida; riesgos de ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático, crisis de identidad.
- Migración: viajes peligrosos, abusos, privaciones, incertidumbre; el estrés y la disociación pueden desarrollarse como mecanismos de defensa.
- Postmigración: nuevas barreras (idioma, sistemas legales, vivienda, discriminación); el trauma puede resurgir y el sufrimiento psicológico puede persistir (por ejemplo, «síndrome de Ulises»).



Repercusión en el aprendizaje y la adaptación

El trauma afecta a la atención, la memoria, la motivación, el comportamiento y la integración social, especialmente en niños y adolescentes. Las escuelas deben evitar interpretaciones punitivas del malestar y, en su lugar, adoptar prácticas sensibles al trauma y a la cultura.

Estrategias inclusivas clave:

- Formar al personal escolar en educación informada sobre el trauma.
- Crear entornos predecibles y seguros.
- Proporcionar apoyo psicológico y mediación cultural.
- Promover el aprendizaje socioemocional y el apoyo entre compañeros.
- Involucrar a las familias para fortalecer el sentido de pertenencia.

Evaluación y selección

Una evaluación temprana e interdisciplinaria (sanitaria, psicológica, social/educativa) debe identificar las vulnerabilidades, las necesidades sanitarias, los factores de riesgo y los recursos de integración. Las prácticas éticas incluyen el consentimiento informado, la protección de la privacidad, la mediación cultural y la derivación a servicios especializados cuando sea necesario.

Estrategias de afrontamiento y recuperación

Los refugiados utilizan diversos estilos de afrontamiento:

- Afrontamiento activo/centrado en el problema (aprendizaje del idioma, trabajo, participación social): adaptativo.
- Afrontamiento emocional (religión, rituales): ofrece apoyo, aunque puede favorecer el aislamiento si se mantiene aislado del contexto social.
- Afrontamiento evasivo (aislamiento, sustancias, negación): relacionado con peores resultados.
- Afrontamiento centrado en el significado (reestructuración, esperanza, valores): puede fomentar la resiliencia y el crecimiento.

Las técnicas de relajación y mindfulness (respiración, exploración corporal, conexión con la tierra, relajación muscular, imágenes guiadas) ayudan a reducir la ansiedad, la disociación y los síntomas del TEPT cuando se aplican en formatos breves y adaptados culturalmente con mediadores cuando sea apropiado.

Conclusión general

Las respuestas de los refugiados para afrontar la situación son diversas y están determinadas por factores personales, culturales y estructurales. Para que el apoyo sea eficaz, es necesario comprender sin juzgar, ofrecer una atención culturalmente competente y adaptada al trauma, y contar con sistemas que promuevan la dignidad, la autonomía, la inclusión y la integración a largo plazo.



Preguntas de autoevaluación

1. ¿Qué factores suelen hacer que los efectos del trauma sean más graves?
A) Que ocurra en la edad adulta
B) Que sea interpersonal y se experimente durante un período prolongado
C) Que ocurra una sola vez
2. ¿Cuál de los siguientes es un ejemplo de una manifestación conductual o emocional del trauma?
A) Balanceo corporal repetitivo
B) Hematomas o moretones en la piel
C) Dolores de cabeza
3. ¿Qué deben tener presente los profesionales al identificar el trauma en personas refugiadas?
A) Las diferencias culturales influyen en cómo se percibe y expresa el trauma
B) Todas las personas refugiadas reaccionan al trauma de la misma manera
C) Solo el trauma físico es relevante
4. ¿En qué fase del proceso migratorio pueden producirse experiencias como la guerra, la persecución o la tortura?
A) Postmigración
B) Migración
C) Premigración
5. ¿Qué es el Síndrome de Ulises?
A) Una enfermedad médica causada por una infección
B) Un estado de sufrimiento intenso relacionado con el estrés migratorio
C) Una forma específica de trastorno por estrés postraumático (TEPT)
6. ¿Por qué es importante que el profesorado comprenda el impacto del trauma en el aprendizaje?
A) Porque el trauma puede afectar a la motivación, la atención y el comportamiento
B) Porque el trauma siempre provoca conductas agresivas
C) Porque el trauma no influye en los procesos cognitivos
7. ¿Cuál es el principal objetivo de los procedimientos de evaluación y cribado en personas refugiadas?
A) Recopilar datos para investigaciones estadísticas
B) Identificar vulnerabilidades y facilitar el acceso a programas de apoyo
C) Evaluar únicamente sus competencias educativas



8. ¿Qué herramienta se utiliza habitualmente para la evaluación psicológica de personas refugiadas?
- A) El Cuestionario de Trauma de Harvard (Harvard Trauma Questionnaire)
 - B) El examen SAT
 - C) Una prueba de cociente intelectual (CI)
9. ¿Qué estrategia de afrontamiento se centra en modificar o resolver la situación estresante?
- A) Afrontamiento centrado en las emociones
 - B) Afrontamiento centrado en el problema
 - C) Afrontamiento evitativo
10. ¿Cuál es el objetivo de las técnicas de atención plena (mindfulness) y relajación en personas refugiadas?
- A) Eliminar completamente los recuerdos traumáticos
 - B) Reducir la ansiedad, favorecer la sensación de control y aumentar la percepción de seguridad
 - C) Evaluar su capacidad de concentración

09.

Estudios de caso / Caso práctico





En la siguiente sección se presenta una serie de casos prácticos desarrollados en el marco del Programa de Protección Internacional. Estos casos tienen por objeto ilustrar situaciones reales que se han dado durante la ejecución del programa. Con el fin de salvaguardar la privacidad y la seguridad de las personas implicadas, se han modificado todos los nombres y datos personales.

CASO 1. DUELO MIGRATORIO

SITUACIÓN:

Anna, una mujer ucraniana de 39 años, vive en una vivienda de acogida con su hijo Danylo, de 9 años. En Ucrania, trabajaba como administrativa y llevaba una vida estable.

Llegó al país de acogida huyendo de la guerra, perdiendo su empleo, su familia y su red social, y muestra comportamientos de desmotivación, tristeza, aislamiento social y desorganización diaria. Apenas interactúa con otras mujeres del dispositivo de acogida, no participa en actividades grupales y muestra una pérdida de interés en su proyecto de vida.

Su hijo, Danylo, parece triste y confundido por los drásticos cambios que ha experimentado.

Cuando una educadora social intenta hablar con ella, Anna dice:

«Aquí no soy nada. Solo sobrevivo por mi hijo. Pero ya tampoco sé cómo ayudarle. Me siento vacía».

OBJETIVOS:

Desarrollar habilidades educativas y relacionales para apoyar a las madres refugiadas que se enfrentan a la desmotivación, la baja autoestima y la desorientación vital, trabajando en la regulación emocional y ajuste las expectativas, sin invadir su proceso ni patologizar su experiencia.

CLAVES PARA EDUCADORES Y CUIDADORES

Qué **NO** hacer:

- No la culpe («tienes que ser más activa», «no estás haciendo nada por tu hijo»).
- No intente «arreglarla» con paternalismo o consejos no solicitados.
- No la presione para que se integre ni le exija respuestas inmediatas.
- No asuma el papel de los servicios psicológicos o sociales cuando no sea apropiado.

Qué **HACER**:

- Ofrececalé una presencia empática y una escucha activa respetuosa y sin juicios.
- Valide su situación como una experiencia de pérdida: «Es normal sentirse así después de tanto dolor».
- Invítela a participar en pequeñas acciones significativas para ella o para su hijo: tareas organizativas, apoyar a mujeres recién llegadas, hablar de lo que se le da bien o le interesa.
- Facilite el diálogo en su lengua materna (o con un traductor), si existe una barrera lingüística.
- Conectela con espacios donde pueda sentirse útil y valorada.
- Esté atento a los signos de deterioro emocional significativo y comuníquese con el equipo de intervención (psicólogo, trabajador social, etc.).



HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA EDUCADORES

Escucha activa

Acompañar sin interrumpir ni dirigir. «Pareces cansada... ¿te apetece dar un paseo juntos?».

Reconectar con las fortalezas

«¿Qué hacías en Ucrania? ¿Qué cosas se te daban bien?».

Pequeñas tareas significativas

Involúcrala como apoyo en talleres infantiles, cocina compartida, etc.

Actividades madre-hijo

Ofrece espacios lúdicos para fortalecer el vínculo con su hijo y observar sus necesidades.

Coordinación del equipo

Informe sin alarmar: «Creo que necesita un seguimiento más cercano; está empezando a aislarse mucho».

PROPUESTA DE JUEGO DE ROLES

Personajes:

- Educador/a (un/una participante en el taller).
- Anna, madre refugiada (otra participante en el taller).
- Facilitador/a: modera y observa.

Escenario:

Anna lleva varios días sin asistir a las clases de idiomas. El educador/a se da cuenta de que se está aislando. Se sienta cerca de ella y entabla conversación.

Diálogo modelo:

Educador/a:

— Hola, Anna, ¿cómo estás hoy? No te hemos visto en clase desde hace unos días... ¿va todo bien?

Anna:

— Estoy cansada. No tengo ganas de hacer nada. No le veo sentido a todo esto. Solo quiero volver a mi país y que mi hijo esté bien, pero no hay nada que pueda hacer.

Educador/a:

— Es completamente normal sentirse así cuando todo ha cambiado tan rápidamente. Pero no estás sola. Y Danylo te necesita... y tú también necesitas estar bien.

— ¿Te gustaría venir conmigo al parque esta tarde con los niños? Quizás podríamos organizar algo sencillo. No tienes que hablar mucho. Solo estar ahí.

Anna:

— No estoy segura... Es difícil. Me siento hundida.

**Educador/a:**

— Solías trabajar con números en Ucrania, ¿verdad? Quizás podrías ayudarnos con una actividad lúdica para los niños. A Danylo le gustaría verte haciendo algo así. Pero no hay presión.

Reflexión y análisis en grupo

Después del juego de roles, reflexiona sobre lo siguiente:

- ¿Qué estrategias se utilizaron para conectar con Anna sin invadir su espacio?
- ¿Qué impacto podría tener un enfoque no directivo en este momento?
- ¿Qué papel juega el vínculo madre-hijo como puerta de entrada al proceso de activación?
- ¿Cómo se puede reforzar su autoestima mediante un enfoque respetuoso y psicosocial?

Breve ejercicio de transferencia:

«Piense en una mujer refugiada con la que trabaja. ¿Qué podría ayudarla a reconectar con algo que le devuelva la autoestima y el sentido de la vida? ¿Cómo puede apoyarla sin imponerle nada?».

CASO 2. ADAPTACIÓN AL SISTEMA EDUCATIVO

SITUACIÓN:

Nazar, un niño ucraniano de 12 años, llegó recientemente a nuestro país con su madre tras huir del conflicto armado en su país. Está matriculado en un colegio público, pero su asistencia es muy irregular: a menudo falta a clase y, cuando asiste, evita interactuar con otros niños, no participa y muestra rechazo hacia el idioma.

La principal preocupación del equipo profesional es su alto nivel de absentismo. Su madre no parece preocupada por sus ausencias, ya que mantiene a Nazar matriculado en clases online con su colegio en Ucrania y cree que esa formación es suficiente. De hecho, da prioridad a la educación en línea ucraniana sobre la escolarización presencial en el país de acogida, argumentando que «la escuela en Ucrania es mucho mejor», «el nivel aquí es bajo» y «no tiene sentido obligarle a asistir si ya está estudiando bien desde casa».

La actitud de la madre es defensiva y crítica con el sistema educativo del país de acogida. Rara vez asiste a las reuniones y no responde a los intentos del personal del colegio de involucrarla. Esto genera una frustración creciente entre el equipo docente, que se siente desorientado y sin herramientas para manejar la situación, sin estrategias claras para acercarse a la madre o motivar al niño.

OBJETIVOS:

La intervención tiene como objetivo prevenir el absentismo crónico, el aislamiento del niño y el rechazo progresivo del entorno escolar, promoviendo un enfoque comprensivo e intercultural que tiende puentes entre el sistema educativo del país de origen y el del país de acogida.



CLAVES PARA EDUCADORES Y CUIDADORES

Qué **NO** hacer:

- No etiquete al niño como «problemático» o «desobediente».
- No culpe a la madre ni enfrente a ella de forma agresiva.
- No intente forzar la adaptación escolar sin comprender el contexto emocional y cultural.
- No sobrecargue al centro educativo con demandas sin proporcionar herramientas de apoyo.

Qué **HACER**:

- Observe con sensibilidad las señales emocionales del niño: retraimiento, ira y rechazo como formas de defensa.
- Cree un espacio seguro y no académico donde Nazar pueda expresarse: actividades artísticas, juego y mediación intercultural.
- Fomente los vínculos con otros niños ucranianos en espacios estructurados, como clases particulares o actividades de ocio.
- Entable un diálogo con el equipo docente desde una perspectiva psicosocial e intercultural: explique el duelo migratorio, el sentimiento de pérdida y el apego al sistema escolar anterior.
- Busque alianzas con figuras clave para llegar a la madre: intérpretes, traductores, mediadores interculturales o referentes comunitarios.
- Reconozca el valor de la educación en línea ucraniana como parte del proceso, sin invalidarla e introducir progresivamente la necesidad de adaptación local.

HERRAMIENTAS PARA EL/LA EDUCADOR/A SOCIAL

Entrevista empática con la madre

Pregunte sin juzgar: «¿Qué valora de la escuela ucraniana?».
«¿Qué temores tiene aquí?».

Coordinación con la escuela

Reunión con el tutor o el orientador.

Actividades puente

Talleres bilingües, juegos no verbales, mural intercultural, dramatización.

Proyecto de vida a medio plazo

Charla con la madre sobre los planes educativos del niño aquí y en Ucrania.

PROPUESTA DE JUEGO DE ROLES

Personajes:

- Educador/a (participante del curso.)
- Madre de Nazar (otra participante).
- Facilitador/a: modera y observa.

Escenario:

Primera reunión informal en la escuela entre el educador social y la madre, organizada tras varios episodios de absentismo.



Diálogo modelo:

Educador:

— Gracias por venir. Sabemos que esta etapa no ha sido fácil para usted y queremos trabajar juntos para que Nazar se sienta más apoyado. ¿Le parecería bien que habláramos con calma sobre lo que ha estado sucediendo?

Madre de Nazar:

— Yo no tengo ningún problema. El problema es esta escuela. Él ya estudia en línea con su escuela en Ucrania. Aquí no aprende nada útil. Solo le estresan.

Educador:

— Entiendo que quiera mantener una conexión con su país y que confíe en su sistema educativo. Es totalmente comprensible. Al mismo tiempo, es importante que Nazar también esté matriculado aquí. No se trata solo de aprender, sino también de su desarrollo emocional y social y de su adaptación a esta nueva realidad. La asistencia a la escuela en este país es obligatoria por ley.

Madre de Nazar:

— Pero él no quiere ir. Se siente solo y no entiende el idioma. Lloro por las noches. ¿Por qué obligarlo?

Educador:

— Siento mucho que esté pasando por eso. Lo que dices es muy importante. Nos indica que está pasando por dificultades y necesita apoyo. Precisamente por eso, la escuela puede ser un lugar seguro y estructurado que le ayude a superar esta fase. Lo peor sería que se aislara y perdiera el contacto con otros niños.

Madre de Nazar:

— Pero si no aprende bien aquí, ¿qué sentido tiene?

Educador:

— Adquiere un sentido de pertenencia, contacto social y rutinas que le proporcionan estabilidad. Además, poco a poco empezará a entender el idioma si lo oye y lo utiliza a diario. Es un proceso.

La madre de Nazar:

— ¿Y eso va a ayudar?

Educador:

— Sí, y usted también es clave. Si él siente que usted confía en la escuela y lo anima a ir, se sentirá más seguro. Además, podemos poner a Nazar en contacto con otros niños ucranianos que ya se están adaptando. ¿Qué le parece empezar así y hacer un seguimiento semanal juntos?

Puntos clave de este enfoque:

- El educador inicia el contacto, mostrando empatía, escuchando a la madre y validando sus emociones.
- Se explica claramente la obligatoriedad legal de escolarizar, sin entrar en confrontación.



- Se legitima la conexión con el sistema educativo ucraniano, al tiempo que se da prioridad a la inclusión en el sistema del país de acogida.
- Se refuerza el papel de la madre como figura de apoyo y de influencia emocional positiva
- Se introduce un acompañamiento emocional y progresivo.

Reflexión en grupo tras el juego de roles:

- ¿Cómo se gestionó el conflicto sin confrontación?
- ¿Qué estrategias se utilizaron para validar y reconectar?
- ¿Qué importancia tiene la comprensión intercultural en este caso?
- ¿Cómo podemos evitar el choque entre los sistemas educativos sin invalidar ninguno de ellos?

Ejercicio de transferencia al mundo real

«Piensa en un niño que se encuentra atrapado entre dos sistemas educativos o culturales. ¿Cómo puedes ayudarle en la transición en lugar de obligarle a cambiar de forma brusca?».

CASO 3. APOYO E INTEGRACIÓN EN EL SISTEMA SANITARIO

SITUACIÓN:

Daria es una mujer de 65 años procedente de Ucrania.

Cuando estalla la guerra en su país, busca refugio en el país de acogida y, tras pasar unas semanas en un albergue humanitario de emergencia, se le asigna una plaza en un centro de acogida perteneciente a un programa de protección internacional.

Debido a las circunstancias excepcionales del conflicto armado en su país de origen, se le concede protección temporal 24 horas después de presentar su solicitud de asilo.

Ha viajado sola al país de acogida, por lo que no tiene apoyo familiar ni social y no conoce el idioma.

A su llegada al centro de acogida, afirma que padece una enfermedad cardíaca, es hipertensa y también muestra síntomas compatibles con un trastorno de ansiedad, ya que parece alterada y dice dormir muy poco.

Toma medicación regularmente porque padece una enfermedad crónica, pero confiesa que algunos días se olvida de tomar sus pastillas. Lleva varios días sintiéndose mal y así se lo comunica al personal del centro de acogida.



OBJETIVOS:

Tras una primera entrevista, se identifican los siguientes objetivos que deben cumplirse:

- Informar a Daria sobre el funcionamiento del sistema sanitario del país de acogida.
- Tramitar su tarjeta sanitaria para que pueda acceder a los servicios médicos.
- Explicarle detalladamente el procedimiento para solicitar citas médicas.
- Ofrecerle apoyo durante las consultas médicas.
- Programar y supervisar sus citas médicas actuales y futuras.
- Acordar con ella un sistema para supervisar y controlar la medicación.
- Establecer rutinas con ella: tiempos de descanso, paseos al aire libre, actividades de ocio, horarios de comidas y toma de medicamentos.
- Sesiones con el psicólogo/a del equipo para gestionar su situación emocional.

CLAVES PARA EDUCADORES Y CUIDADORES

Qué **NO** hacer:

- No culpar a la persona por no cuidar su salud y/u olvidarse de tomar su medicación.
- No cuestionar sus hábitos de descanso y alimentación.
- No dar por sentado que entiende toda la información proporcionada a primera vista.
- No recurra al paternalismo ni a soluciones rápidas para todos sus problemas.
- No presione ni exija respuestas inmediatas.
- No le obligue a realizar tareas o actividades.

Qué **HACER**:

- Proporcione información en varias sesiones con traducción, asegurándose de que se ha entendido.
- Fomente la escucha activa sin emitir juicios de valor ni cuestionar a la persona.
- Ofrezca acompañamiento para las citas y los procedimientos, promoviendo gradualmente la autonomía de la persona e ir retirando el apoyo a medida que vaya ganando independencia para llevarlos a cabo.
- Anímela a cambiar su dieta para mejorar su salud.
- Establezca con ella un sistema para la toma adecuada de la medicación.
- Respete los tiempos de respuesta de la persona, ya que pueden variar en función de su estado emocional en ese momento.
- Acuerde con ella rutinas que sean beneficiosas para su salud física y emocional.
- Negocie con la persona la realización de actividades que sean beneficiosas para su integración social, teniendo en cuenta sus gustos e intereses.
- Fomente espacios donde pueda sentirse útil tanto dentro como fuera de la vivienda de acogida.



HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA EDUCADORES

Escucha activa.

Acompañar sin dirigir y animar a la persona a tomar sus propias decisiones. «¿Cómo te sientes hoy? ¿Has notado alguna mejora en tu salud? ¿Necesitas volver al médico? Puedo acompañarte con el servicio de traducción...».

Reconectar con el país de origen.

Cuéntame, ¿cómo funcionaba el sistema sanitario en Ucrania? ¿Ibas al médico a menudo? ¿Solías ir solo o te acompañaba algún familiar? ¿Tardabas mucho en conseguir cita con un especialista?

Pequeñas tareas significativas

Organizador de pastillas con el educador y elección de una estrategia para recordar tomar la medicación. (Sistema de alarma móvil, colocar el organizador de pastillas en un lugar específico visible para la persona)

Búsqueda de actividades

Búsqueda y selección de actividades de ocio según sus gustos y necesidades. Si es necesario, acompañamiento por parte del profesional hasta que la persona se sienta segura para realizarlas.

Coordinación con el equipo

Informar al equipo de las necesidades de la persona, sus vulnerabilidades y, sobre todo, advertir al resto de compañeros sobre situaciones o información especialmente delicada que pueda afectar o perjudicar la intervención si no se tiene un cuidado especial.

INTERVENCIÓN PREVIA ANTES DEL ACOMPAÑAMIENTO

Entrevista con la Sra. Daria.

Realizamos una entrevista semiabierta en la que le hacemos preguntas sobre su estado emocional y de salud, respetando su ritmo y sin forzar las respuestas. Es importante que se lleve a cabo en un lugar tranquilo y cómodo, donde no haya interferencias ni interrupciones.

Dejamos claro que solicitamos la información para atender adecuadamente sus necesidades. Es importante utilizar un servicio de traducción fiable, hablar despacio, con un lenguaje sencillo, sin palabras muy técnicas y con una buena pronunciación, para que la transmisión de la información sea lo más literal posible.

Dado que tiene una enfermedad diagnosticada, le pedimos cualquier información que pueda proporcionarnos: informes, medicación que está tomando, etc., para que pueda recopilarla y tenerla disponible el día de la cita médica.

Se le explica cómo funciona el sistema sanitario del país de acogida y los trámites previos que debe realizar.

A lo largo de toda la entrevista, es importante hacer pequeñas pausas para comentar la información y preguntar a la Sra. Daria si tiene alguna duda o pregunta.

Por último, se concierta una cita con ella para inscribirse en el sistema sanitario y solicitar una cita médica en el centro de salud.



EJECUCIÓN DEL ACOMPAÑAMIENTO

Inscripción en el sistema sanitario y solicitud de cita.

Se acompaña a la señora Daria al centro de salud y, durante el trayecto, se aprovecha para enseñarle el camino desde el centro de acogida hasta el centro de salud. (Es posible que necesite varios acompañamientos hasta que pueda desplazarse por sí misma).

Se le presta apoyo para llevar a cabo el trámite, tratando de involucrarla en todo lo posible, respetando su ritmo y proporcionándole servicios de traducción para que disponga de toda la información.

Es muy importante, en todas las entrevistas y acompañamientos, asegurarse de que la persona entiende la información que le proporcionamos (no dar por sentado que conoce o entiende la información).

Se le da de alta en el sistema sanitario y se solicita una cita médica.

Es importante que conozca el centro médico, la consulta en la que le atenderán, el nombre del médico y dónde se encuentra el servicio de urgencias por si lo necesitara en cualquier momento.

Acompañamiento a la consulta médica.

Antes de la cita, hay varias cuestiones que deben considerarse para comentar con la Sra. Daria:

- Recordarle que lleve su tarjeta sanitaria y cualquier documento médico que tenga.
- Previamente a la cita acuerde con ella si considera necesario o si desea que el profesional permanezca durante la consulta médica o espere fuera.
- Disponga de un medio eficaz de traducción.

Organización de la medicación.

Después de la visita al consultorio médico, es necesario asegurarse de que la Sra. Daria haya entendido toda la información.

El profesional debe explicarle con detalle, paciencia y de la forma más sencilla posible su situación médica, las recomendaciones que le ha dado el médico y la medicación que debe tomar y con qué frecuencia asegurándose de que ha comprendido toda la información correctamente.

Sugerencia: Prepare con ella el pastillero semanal, acuerden dónde lo guardará para evitar que se olvide de tomar la medicación y configure una alarma en su móvil.

SEGUIMIENTO

Es fundamental realizar un seguimiento de la Sra. Daria, proporcionándole el apoyo que vaya necesitando y vaya retirándose gradualmente a medida que vaya siendo capaz de realizar las tareas de forma autónoma.

Debido a su avanzada edad, su estado de ansiedad y su desconocimiento del idioma y del país de acogida, es probable que el progreso sea lento, por lo que el profesional debe ser paciente y respetar su ritmo.



Los puntos más importantes en el seguimiento de la Sra. Daria son:

- Observación de su estado de salud general.
- Seguimiento de las citas médicas
- Gestión de la medicación
- Inclusión social: actividades de ocio, gestión del tiempo libre.

CASO 4. BÚSQUEDA DE EMPLEO

SITUACIÓN:

Mischa es un hombre ucraniano de 29 años que tiene una discapacidad física del 47 % debido a un defecto congénito en su brazo izquierdo, lo que limita su movilidad, pero se desenvuelve perfectamente bien en las actividades de la vida diaria. Se le ha expedido un certificado de discapacidad que ha sido actualizado y verificado en su país de origen. Tras el estallido de la guerra, se le permitió salir de su país, ya que no puede ser reclutado como soldado, y llegó a España en busca de asilo junto con su pareja.

Debido a las circunstancias excepcionales del conflicto armado en su país de origen, se le concede protección temporal 24 horas después de su solicitud de asilo, lo que le permite obtener permiso de residencia y de trabajo durante un año, con posibilidad de renovación. Lleva seis meses en el centro de acogida y ha adquirido conocimientos básicos de español, aunque no domina bien el idioma. Quiere buscar empleo, pero cree que su falta de conocimientos lingüísticos y su discapacidad son obstáculos muy difíciles de superar. En Ucrania, ayudaba en el negocio familiar, una ferretería.

Un centro de empleo especial le ha ofrecido un puesto de conserje en una comunidad de vecinos. Tiene una entrevista para el trabajo, pero cree que lo rechazarán porque pensarán que no está cualificado para hacerlo por ser extranjero y por su limitación física.

OBJETIVOS:

Tras una evaluación inicial, se han identificado los siguientes objetivos que deben alcanzarse:

- Informar a Mischa sobre cómo funciona el mercado laboral en el país de acogida.
- Informarle sobre las características de un centro especial de empleo.
- Explicarle las tareas que se realizan en el puesto de conserje.
- Practicar la entrevista de trabajo.
- Acompañarlo a la entrevista.
- Hacer un seguimiento en el lugar de trabajo en caso de que finalmente sea contratado.



CLAVES PARA ORIENTAR A LOS EDUCADORES Y CUIDADORES

Qué **NO** hacer:

- No culpe a la persona por no querer aceptar el trabajo si eso ocurre.
- No cuestione sus miedos o limitaciones.
- No dé por sentado que entiende toda la información proporcionada la primera vez.
- No recurra al paternalismo ni a soluciones rápidas para todos sus problemas.
- No presione ni exija respuestas inmediatas.
- No le obligue a realizar tareas o actividades que no desee.

Qué **HACER**:

- Proporcione toda la información relevante en varias sesiones con traducción, asegurándose de que la entienden.
- Fomente la escucha activa sin emitir juicios de valor ni cuestionar a la persona.
- Ofrezca su apoyo para citas y procedimientos, fomentando gradualmente la autonomía de la persona y retire la asistencia a medida que gane independencia en su realización.
- Anímele a aceptar un empleo y promover su independencia.
- Destaque sus puntos fuertes y su capacidad para realizar actividades a pesar de su limitación física.
- Respete los tiempos de respuesta de la persona, ya que pueden variar en función de su estado emocional en ese momento.
- Promueva espacios donde pueda sentirse útil tanto dentro como fuera del centro de acogida.

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA EDUCADORES

Escucha activa.

Acompañar sin dirigir y animar a la persona a tomar sus propias decisiones. Sería muy bueno que aceptaras el trabajo, y creo que lo harías muy bien. ¿Qué opinas? ¿Te sientes preparado para trabajar? ¿Qué te preocupa? ¿Puedo ayudarte en algo?

Reconexión con el país de origen.

Cuéntame qué funciones desempeñabas en el negocio familiar. ¿Te sentías bien colaborando con tu familia? ¿Normalmente necesitabas ayuda para realizar tus tareas?

Pequeñas tareas significativas.

Completar una lista de tareas que realizaba en su trabajo en la empresa familiar, cuáles le gustaban más o menos y cuáles realizaba mejor. Reforzar su confianza en sí mismo a la hora de completar tareas.

Búsqueda de actividades.

Búsqueda y selección de actividades de ocio de acuerdo con sus gustos y necesidades. Si es necesario, acompañar al profesional hasta que la persona se comprometa firmemente con las actividades. Adquisición de rutinas y horarios.

Coordinación con el equipo.

Informar al equipo de las necesidades de la persona, sus vulnerabilidades y, sobre todo, advertir al resto de compañeros sobre situaciones o información especialmente delicada que pueda afectar o perjudicar la intervención si no se maneja con especial cuidado.



INTERVENCIÓN PREVIA A LA ENTREVISTA DE TRABAJO

1. PROPORCIONAR INFORMACIÓN RELEVANTE

Realizamos una entrevista semiabierta en la que le hacemos preguntas sobre su estado de ánimo y sus preocupaciones respecto al puesto de trabajo, respetando su tiempo y sin forzar las respuestas. Es importante que la entrevista se realice en un lugar tranquilo y cómodo, donde no haya interferencias ni interrupciones.

Debemos comprobar que Mischa tiene toda la documentación necesaria actualizada y en regla para evitar la frustración, la decepción y el daño personal que podría sufrir si finalmente consigue el trabajo y no puede acceder a él por un problema burocrático.

Es muy importante que Mischa comprenda cómo funcionan los centros especiales de empleo, ya que un porcentaje muy alto de las personas que contratan tienen un certificado de discapacidad, reciben adaptaciones en el lugar de trabajo y cuentan con técnicos de apoyo disponibles para ayudarles en todo lo que necesiten.

Esta información es de vital importancia, ya que el hecho de que la empresa contrate a más personas con discapacidad te dará tranquilidad.

Aunque tiene conocimientos básicos del idioma, es importante utilizar un servicio de traducción fiable, hablar despacio, utilizar un lenguaje fácil de entender, evitar términos demasiado técnicos y utilizar una buena pronunciación para garantizar que la información se transmite de la forma más literal posible. Durante la conversación, debemos ofrecer la opción de hacer preguntas y recapitular lo que ya se ha comentado.

Otra información que Mischa necesita es comprender las funciones de un conserje. Es importante que comprenda las responsabilidades generales de este puesto, aunque pueden variar en función del lugar concreto, ya que puede haber requisitos específicos.

Conocer las características del puesto y saber que puede desempeñarlas aumentará la confianza en sí mismo. Si no se siente capaz de realizar una tarea concreta, debemos recordarle que habrá personal de apoyo para prestarle ayuda y que nosotros también estamos disponibles para apoyarle en lo que necesite.

2. PREPARACIÓN PARA LA ENTREVISTA DE TRABAJO

Un factor importante a tener en cuenta es si se trata de tu primera entrevista de trabajo, ya sea aquí o en Ucrania. (Esta es una información importante, ya que la incertidumbre de no haber pasado por este proceso antes es mayor).

Se le explicará el proceso de la entrevista, dándole pautas y recomendaciones que puede utilizar. (Es importante mantener siempre un enfoque optimista sin minimizar sus miedos, limitaciones e incertidumbres).

También es esencial abordar los aspectos negativos o frustrantes que podrían surgir si la entrevista no sale bien. No le culpes ni critiques si esto ocurre. Explica que existe esta posibilidad y que habrá más oportunidades si ocurre.



3. ACOMPAÑAMIENTO A LA ENTREVISTA DE TRABAJO

Antes de la entrevista, acordaremos con él la necesidad de acompañarle o no a la entrevista. Respetaremos su decisión.

Si acompañarte te tranquiliza y te da seguridad, nuestra presencia no será perjudicial, ya que es habitual en un centro especial de empleo. Solo intervendremos cuando sea estrictamente necesario. (Debemos recordar que la entrevista de trabajo la realiza Mischa, no nosotros.)

Debemos disponer de un medio de traducción eficaz para facilitar la comunicación con el empleador. (Si Mischa puede utilizarlo directamente, le ayudará a sentirse más independiente y cómodo, pero si le resulta complicado o difícil, nos ofreceremos a hacerlo nosotros).

Es importante recordarle que puede y debe hacer preguntas sobre cualquier cuestión que no entienda o que quiera saber.

4. SEGUIMIENTO

Tanto si consigue el trabajo como si no, es importante hacer un seguimiento de Mischa:

OPCIÓN 1: CONSIGUE EL EMPLEO

- Debemos reforzar el valor que tiene al enfrentarse a sus miedos y limitaciones aceptando el trabajo.
- Revisaremos con él su horario, lugar de trabajo y sus responsabilidades. Debemos asegurarnos de que saben cómo llegar y qué medio de transporte deben utilizar.
- Sugerencia: Prepare con él la ruta desde el centro de acogida hasta el lugar de trabajo y realícenla juntos previamente al día de comienzo de su nuevo empleo.
- Una vez que empiece en el puesto de trabajo, es importante hacer un seguimiento con él y con su responsable en la empresa para superar cualquier dificultad que pueda surgir y garantizar que lo mantenga.
- Importante: Consulte a Mischa antes de ponerse en contacto con su empleador. (Siempre debemos informarle y no actuar a sus espaldas sin su consentimiento).
- No lo olvides: si tenemos una entrevista con su empleador, debemos traducir toda la conversación paso a paso. (La percepción de que estamos ocultando información puede traducirse en desconfianza y perjudicar nuestra intervención).

OPCIÓN 2: NO CONSIGUE EL EMPLEO

- Debemos reforzar el valor que ha demostrado al enfrentarse a sus miedos y limitaciones durante la entrevista y destacar que todo el trabajo realizado en torno a esta oferta de empleo ha servido como experiencia de aprendizaje para el futuro.
- Analizaremos con él las dificultades a las que se ha enfrentado mientras desarrollaba su confianza en sí mismo.
- Es importante comprender cómo le ha afectado el hecho de no haber podido acceder a un empleo.



- Seguiremos trabajando con Mischa en aquellas áreas en las que necesita mejorar o reforzarse.
- Importante: Respetar su tiempo y ritmo de trabajo, animándole siempre a avanzar, mejorar y alcanzar nuevas metas.
- Recuerda: Debemos ser realistas y conscientes de las limitaciones reales de Mischa y evitar crear falsas expectativas que puedan conducir a una frustración posterior.

Preguntas de autoevaluación

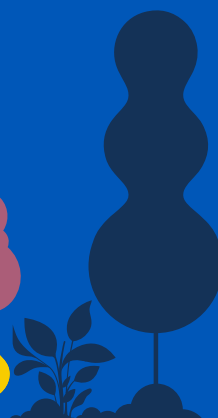
1. Anna, una madre refugiada, muestra tristeza, desmotivación y aislamiento. ¿Cuál es la estrategia más adecuada para un educador?
A) Presionarla para que participe en actividades grupales de inmediato.
B) Escucharla con empatía, validar su situación y ofrecerle pequeños gestos significativos.
C) Darle consejos sobre cómo «superar» su tristeza.
D) Ignorar sus emociones y centrarse únicamente en su hijo.
2. Danylo, el hijo de Anna, muestra tristeza y confusión. ¿Cuál es una intervención útil para reforzar el vínculo entre madre e hijo?
A) Obligar a Anna a participar en actividades con su hijo.
B) Separar al niño de su madre para que pueda adaptarse más rápidamente.
C) Organizar espacios de juego y actividades conjuntas en las que Anna pueda participar sin presión.
D) Ignorar la relación madre-hijo y centrarse únicamente en la madre.
3. Nazar, un niño de 12 años, evita acudir al colegio local, y su madre da prioridad a la educación en línea en Ucrania. ¿Cuál es el primer paso que debe dar el educador social?
A) Obligar al niño a asistir sin tener en cuenta sus emociones.
B) Iniciar un diálogo empático con la madre para comprender su perspectiva y sus preocupaciones.
C) Criticar a la madre por su actitud defensiva.
D) Ignorar la educación en línea y centrarse únicamente en la escolarización local.
4. En el caso de Nazar, ¿cuál es la mejor estrategia para motivarle a asistir al colegio?
A) Explicarle únicamente las obligaciones legales y sancionar las ausencias.
B) Crear un espacio seguro, organizar actividades lúdicas y fomentar las relaciones con otros niños ucranianos.
C) Obligarle a estudiar sin permitirle expresarse.
D) Centrar la intervención exclusivamente en su rendimiento académico.
5. En ambos casos (Anna y Nazar), un principio clave es:
A) Imponer soluciones rápidas para «resolver» los problemas.
B) Evitar cualquier contacto emocional con los refugiados.
C) Validar las emociones, trabajar de forma progresiva y respetar el proceso individual.
D) Dar prioridad únicamente al cumplimiento de las normas legales o educativas.



6. Daria, una refugiada ucraniana de 65 años, no habla el idioma y padece enfermedades crónicas. ¿Cuál es la primera medida adecuada que debe tomar el educador?
- A) Dar por hecho que entiende cómo funciona el sistema sanitario.
 - B) Explicarle de forma progresiva, con ayuda de un intérprete, cómo funciona el sistema sanitario y cuáles son los trámites necesarios.
 - C) Llevarla directamente a la consulta del médico sin darle ninguna explicación.
 - D) Decidir por ella qué medicación debe tomar.
7. Al hacer un seguimiento de Daria, un educador debería:
- A) Retirarle todo el apoyo de inmediato para fomentar una rápida independencia.
 - B) Observar su estado de salud, supervisar su medicación y proporcionarle apoyo de forma gradual según sus necesidades.
 - C) Ignorar sus hábitos alimenticios y de sueño.
 - D) Presionarla para que participe en todas las actividades sociales sin interrupción.
8. Mischa, un hombre ucraniano con una discapacidad física, está buscando trabajo en España. ¿Qué actitud debería adoptar el orientador?
- A) Culparle por no querer aceptar un trabajo.
 - B) Obligarle a aceptar el trabajo sin tener en cuenta sus miedos.
 - C) Escuchar activamente, proporcionarle información sobre el puesto y reforzar sus puntos fuertes sin presionarle.
 - D) Minimizar su experiencia laboral previa en Ucrania.
9. Antes de la entrevista de trabajo, el profesional debería:
- A) Preparar a Mischa explicándole el proceso, simulando la entrevista y anticipando posibles dificultades.
 - B) Esperar que aprenda por sí mismo cómo desenvolverse en una entrevista.
 - C) Hablar con la empresa únicamente sobre sus capacidades, sin informar a Mischa.
 - D) Evitar repasar las funciones del puesto o la documentación necesaria.
10. En ambos casos (Daria y Mischa), un principio clave de la intervención es:
- A) Imponer tareas y decisiones para acelerar la integración.
 - B) Evitar toda interacción emocional para no interferir.
 - C) Centrarse únicamente en cumplir los requisitos legales o laborales sin tener en cuenta las emociones.
 - D) Respetar los plazos, fomentar la autonomía, la escucha activa y el apoyo progresivo.



puenteproject.eu



Financiado por
la Unión Europea

El proyecto PUENTE está cofinanciado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados (en esta nota de prensa/comunicado/publicación/etc.) sólo comprometen a su(s) autor(es) (nombre del centro educativo u organización de educación y formación) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los del Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE). Ni la Unión Europea ni la Agencia Nacional SEPIE pueden ser considerados responsables de ellos.

COURSE | KURS | KURS | CORSO | CORSO