

Pagtulong sa mga Bata na Makaya Pagkatapos ng Sunog sa Kagubatan ng Maui

Release Date: November 9, 2023

HONOLULU –Ang mga bata na nabuhay sa mga sunog sa kagubatan ng Maui ay maaaring makaramdam ng trauma sa loob ng maraming taon. Sinasabi ng mga eksperto sa pag-uugali na ang mga pamilya ay maaaring gumawa ng mga hakbang upang matulungan ang mga bata na iproseso ang kanilang mga emosyon at pagkabalisa upang matulungan silang gumaling.

Ang mga wildfire na sumira sa malaking bahagi ng [Lahaina](#) ay nag-iwan sa mga bata ng pangmatagalang trauma. Kahit na nagbukas muli ang mga paaralan, nagpapatuloy ang mga pagka-stress.

Narito ang sariling mga salita ng mga bata, na nakuha sa mga ulat ng balita: "Gusto kong maging pareho ang lahat sa Lahaina ... Nami-miss ko ang aking mga kaibigan." Sabi ng isa, "Hindi ko alam kung saan kami pupunta pagkatapos nito."

Dahil sa panganib ng matagal na pakiramdam ng kalungkutan at kawalan, pinapayuhan ng Departamento ng Kalusugan ng Estado ng Hawai'i ang Dibisyon ng Kalusugan ng Pag-iisip ng Bata at Kabataan sa mga magulang na iwasang ibalik ang mga bata sa kanilang nasunog na bahay kapag una silang bumisita sa nasirang lugar.

Ang mga eksperto ng estado ay nagsasabi na ang mga magulang na muling pumasok sa lugar na nasunog ay nangangailangan ng kanilang sariling pagkakataon upang magdalamhati nang hindi nagagalit ang mga bata. Sa pamamagitan ng pagpunta mag-isa, ang mga magulang ay may mas maraming oras upang malaman ang pinakamahusay na paraan upang ipaliwanag sa mga bata kung ano ang nangyari.

Ang mga bata ay naghahanap sa kanilang mga tagapag-alaga ng suporta at upang matutunan kung paano makayanan ang kahirapan at trauma. Pinapayuhan



FEMA

Page 1 of 4

ng mga eksperto sa pag-uugali ang mga magulang at tagapag-alaga na makinig sa mga bata, unawain kung ano ang kanilang nararamdaman at tiyakin sa kanila na ang kanilang mga nararamdaman na pagkatakot ay may katuturan.

Pansin ng mga eksperto sa pag-uugali na ang mga magulang at tagapag-alaga ay makakatulong na:

- Lumikha ng isang maayos na kapaligiran sa pamamagitan ng pagtatatag ng isang regular na gawain
- Humanap ng mga paraan upang makasama, makipag-ugnayan, magpalipas ng oras nang magkasama at magsaya
- Paalalahanan ang mga bata ng mga paraan kung paano sila manatiling ligtas
- Magpokus sa positibo; tukuyin ang maliliit na tagumpay o kalakasan
- Tanungin ang mga bata kung kumusta sila at pakinggan ang kanilang mga sagot; hayaan silang magsalita kapag nakakaramdam sila ng pag-aalala sila ngunit huwag mo silang pilitin na magsalita
- Pahintulutan at hikayatin ang mga bata na magtanong; ipaliwanag ang nangyari nang matapat at malinaw
- Bawasan ang pagkakaexpose sa mga larawan at kwento ng media tungkol sa mga sunog sa kagubatan
- Magsanay ng mga nakakapagpakalma na ehersisyo nang magkasama tulad ng mga ehersisyo sa paghinga o paglilibang.

Paano Masasabi Kung Maaaring Kailangan ng Isang Bata ang Tulong na Kayanin

Sinasabi ng mga eksperto na dapat obserbahan ng mga magulang ang kanilang mga anak para sa mga palatandaan na nakakaramdam sila ng pagkabalisa pagkatapos ng mga sunog sa kagubatan. Ang ilang mga palatandaan, tulad ng mga pagkabangungot, ay maaaring katulad ng nararanasan ng mga nasa hustong gulang, ngunit may mahalagang pagkakaiba: Ang mga bata ay madalas na kulang sa bokabularyo upang ipaliwanag kung ano ang gumugulo sa kanila.

Ayon sa Nasyonal na Network ng Pagkatrauma at Stress ng Bata, ang mga normal na palatandaan ng trauma na ito ay maaaring magpahiwatig ng pangangailangan para sa karagdagang suporta kung tatagal sila ng higit sa ilang buwan, lumala, o malubhang nakakaapekto sa pang-araw-araw na buhay:



- Mga pagkakaramdam ng pagkabalisa, takot at pag-aalala tungkol sa kaligtasan ng sarili at ng iba, kabilang ang mga alagang hayop
- Nadagdagang pagkatakot at pag-aalala tungkol sa pagkakawalay sa mga miyembro ng pamilya. Ang mga maliliit na bata ay maaaring maging mas ayaw mawalay sa mga magulang, kapatid, o guro
- Ang mga pagbabago sa pag-uugali tulad ng pagtaas ng antas ng aktibidad, pagbaba ng konsentrasyon at atensyon
- Nadagdagang pisikal na mga reklamo o pagkamayamutin
- Matagal na pagpokus sa mga sunog sa kagubatan
- Mga pagbabago sa pagtulog at gana sa pagkain
- Kakulangan ng interes sa mga karaniwang aktibidad, kabilang ang interes sa pakikipaglaro sa mga kaibigan
- Mga pagbabago sa pagganap ng paaralan.

Mayroong Tulong

Ang libre at kumpidensyal na pagpapayo sa krisis ay magagamit para sa iyong pamilya sa pamamagitan ng **Hawai?i Cares**, na maaari mong tawagan sa **800-753-6879** o sa **808-832-3100**. Maaari ka ring tumawag o mag-text sa **Hawai?i Cares** sa **988**.

Makakahanap ka rin ng tulong mula sa mga eksperto sa Dibisyon ng Kalusugan ng Pag-iisip ng Bata at Kabataan ng Hawai?i. Para sa mga konsultasyon, maaaring bisitahin ng mga pamilya ang Komprehensibong Sentro ng Kalusugan ng Lahaina sa Koako Place (sa ibaba lamang ng Lahaina Civic Center). Ito ay bukas ng 9 n.u. hanggang 4 n.h. pitong araw sa isang linggo. Maaari ka ring tumawag sa **808-495-5113**.

Iba pang Mga Mapagkukunan

- Bisitahin ang [Re-Entry- Payo para sa Mga Pamilya kasama ang Keiki \(hawaii.gov\)](https://www.hawaii.gov/re-entry-payo) para sa impormasyon sa pagtulog sa mga bata na makayanan ang resulta ng mga sunog sa kagubatan sa Maui.
- **Gumagamit ang American Red Cross** ng mga propesyonal na therapist upang matugunan ang mga emosyonal na pangangailangan ng lahat ng nakaligtas pagkatapos ng isang sakuna. Tawagan ang **800-733-2767** (o ang **800-Red-Cross**) para makakonekta sa isang tao sa iyong lugar.



- **Ang Nasyonal na Network ng Pagkatrauma at Stress** ay may ilang libreng mapagkukunan ng tulong sa mga bata na makayanan pagkatapos ng mapangwasak na sunog sa kagubatan. Bisitahin ang <https://www.nctsn.org>.

Para sa pinakahuling impormasyon sa mga pagsisikap sa pagbawi ng sunog sa kagubatan ng Maui, bisitahin ang mauicounty.gov, mauirecovers.org at ang fema.gov/disaster/4724. I-follow ang FEMA sa social media: [@FEMARegion9](https://twitter.com/FEMARegion9) at facebook.com/fema.



FEMA

Page 4 of 4