

# El Retorno de la Alegría

*Un programa de emergencia de recuperación psicosocial  
para niños, niñas, adolescentes y sus familias afectados  
por desastres naturales*

---



## **MANUAL PARA LA CAPACITACION DE CAPACITADORES**

## Contexto del país

*Algunas cifras para pensar...*

- La infancia representa el 40% del total de la población dominicana.
- La Tasa de Mortalidad Infantil (muerte antes de cumplir el primer año de vida) es de 30 por mil nacidos vivos; la Tasa de Mortalidad en la Niñez (muerte antes de cumplir los 5 años de vida) es de 35 por mil nacidos vivos. La tasa de Mortalidad Neonatal (muerte antes de cumplir el primer mes de vida) es de 20 por mil nacidos vivos.
- El 9% de la población infantil huérfana está comprendida entre los 0 y los 4 años, subiendo a un 18% cuando se trata del grupo ubicado entre los 5 y los 9 años.
- La pobreza impacta en el 55.4% de la población ubicada entre los 0 y 5 años.
- El 7.2% de la población infantil padece desnutrición crónica, mientras el 5.3% padece desnutrición global. Un 1.4 % tiene desnutrición aguda.
- Solo el 6% de los niños y niñas que nacen en el país reciben lactancia materna.
- La Tasa de Escolaridad en el nivel inicial es de 38%. En el nivel básico es de un 92%. En el nivel básico el 38% de la población está por debajo del grado escolar en el que debería estar. Para el año escolar 2004-2005 el nivel de repitencia era de un 7.3%, mientras el abandono escolar llegó al 6.4%.<sup>1</sup>

El impacto de la tormenta Noel en la medida en que las comunidades están siendo visitadas está rebelando un cada vez mayor número de personas afectadas por lo que decidimos no incluir cifras propias de la coyuntura pero recomendamos que en cada una de sus comunidades se recoja la información real.

---

<sup>1</sup> Cifras Oficiales de Estado Dominicano.

## MANUAL PARA LA CAPACITACION DE CAPACITADORES<sup>2</sup>

### Introducción

El *Programa de Emergencia de Recuperación Psicosocial para Niños y Niñas y Sus Familias* está diseñado para brindar intervenciones masivas urgentes a la niñez afectada por la violencia o por los desastres naturales, por cuanto ellos constituyen un grupo muy vulnerable. Habilitar a las familias y comunidades para la facilitación del proceso de recuperación psicosocial de la población es una parte integral de este programa. Los jóvenes voluntarios y educadores voluntarios serán los actores claves para la implementación de este programa.

Los voluntarios participarán en dos fases de entrenamiento, cada una de las cuales dura tres semanas. La primera fase se divide en dos partes: (1) el taller de capacitación de tres días de duración, preferiblemente realizarlos donde los y las adolescentes puedan alojarse y el lugar disponga de espacios para la capacitación, en el cual se desarrollarán las actividades para la transferencia metodológica y (2) la capacitación en servicio, durante la cual las habilidades y estrategias aprendidas en el taller serán aplicadas mientras se trabaja directamente con los niños seleccionados. Durante la primera fase, la metodología será modificada y adaptada según sea necesario para ajustarla a la cultura local. La segunda fase de la capacitación servirá como un ámbito para fortalecer las habilidades aprendidas en la primera fase.

Diferentes habilidades y estrategias serán desarrolladas durante el taller de capacitación de tres días referente a la consejería y los mecanismos de afrontamiento de problemas. El primer día está dedicado a actividades de conocimiento de los participantes entre sí, construcción de equipos y obtención de información de los participantes de manera tanto individual como colectiva. El segundo día se dedicará a la metodología y el tercero a sesiones de práctica de las estrategias aprendidas el día anterior. La capacitación también servirá como ámbito para recopilar juegos infantiles propios de la comunidad y que reflejan la cultura local.

### El empleo de este manual

Este manual está diseñado para ser usado por los capacitadores y facilitadores durante el taller de tres días para jóvenes voluntarios y educadores. Presenta instrucciones paso a paso sencillas acerca de cómo dirigir cada actividad así como listas de los materiales requeridos. También se presentan preguntas guía para ayudar en la parte de reflexión. Al final de cada ejercicio se encuentran

---

<sup>2</sup> Este manual es uno de los instrumentos empleados en la capacitación de capacitadores y voluntarios. Complementa los otros manuales utilizados en este programa, tales como el manual del Voluntario, los libros de cuentos infantiles..

palabras y conceptos claves como una referencia para enriquecer aún más la reflexión.

### **Los participantes**

El número máximo de participantes recomendado por sesión de capacitación es de treinta. Cada grupo tendrá la facilitación de por lo menos un capacitador local, previamente entrenado y un supervisor. Se debe instar a los participantes llegar el día anterior al inicio de la capacitación.

### **El entorno físico**

Asegure que el salón sea lo suficientemente grande tanto para el grupo completo como para grupos pequeños. El tener salones menores adjuntos para trabajo separado puede ser de ayuda. Los muebles deben ser fáciles de mover para permitir un agrupamiento flexible. Es preferible que las sesiones de grupo se realicen con los miembros del grupo sentados en círculo.

Por lo menos una pared debe ser identificada para el propósito de mostrar grandes pliegos de papel, cuadros y otras ayudas visuales. Un papelógrafo o rotafolios que se puede retirar con facilidad serán de gran ayuda.

El grupo debe determinar si el espacio de trabajo será usado para, comer y beber, sea durante las horas de trabajo o en los descansos. El tener un espacio alternativo para que los participantes descansen entre sesiones permite una clara diferenciación entre el espacio de trabajo y el de otras actividades.

### **Materiales**

Se presenta una lista de los materiales requeridos para cada actividad. Es importante que el capacitador asegure que estos materiales estén listos y a la mano. Esto ahorra mucho tiempo y facilita la transición sin interrupciones de una actividad a la siguiente. Si los materiales sugeridos no están disponibles, se aconseja a los capacitadores improvisar y emplear materiales existentes o locales.

### **Definición de la agenda**

En este manual se presenta un ejemplo de programa de actividades que tiene en cuenta la duración de cada una de ellas. Se puede emplear este programa de ejemplo o modificarlo según las necesidades, siempre que se lleve a cabo cada actividad.

## **Día 1 – INTRODUCCION, CREACION DE CONFIANZA, OBTENCION DE INFORMACION**

### ***Consideraciones generales***

El primer día está dedicado a actividades de presentación, construcción y obtención de información. Antes de iniciar la orientación de manera formal, se deben asignar los grupos y distribuir las escarapelas de identificación.

### **Actividad 1 – Orientación, creación de ambiente**

*30 minutos*

Los capacitadores se deben presentar y dar la bienvenida a los participantes en la capacitación. Se debe brindar una visión global del programa, empleando la información presentada en la parte introductoria de este manual como guía. Se deben dejar en claro los objetivos de la capacitación de tres días. Estos son:

#### ***Objetivo general:***

Preparar a los jóvenes voluntarios para ayudar a los niños y niñas a recuperarse de su trauma.

#### ***Objetivos específicos:***

1. Crear oportunidades para obtener información de los jóvenes voluntarios.
2. Desarrollar las habilidades de los voluntarios para la evaluación de niños y niñas afectados por trauma.
3. Preparar a los voluntarios en cómo llevar a cabo la terapia lúdica con los niños y las niñas.

#### **LISTA DE VERIFICACION**

##### *Materiales requeridos:*

- Escarapelas (tarjetas VIP)
- Marcadores
- Papel manila / rollo de papel
- Papel bond
- Computador e impresora

En plenaria, los treinta jóvenes voluntarios formularán juntos las **REGLAS DE CONVIVENCIA** para el taller de capacitación de tres días. Ejemplo entre otras: puntualidad, escuchar, respetar el tiempo y participar activamente.

### **EJEMPLO DE PROGRAMA DE ACTIVIDADES PARA EL DIA 1**

Recomendamos a los Capacitadores, tener en cuenta que la agenda sugerida en este manual, es una guía, dependiendo de las circunstancias, el tiempo disponible, el lugar donde se realice la capacitación, esta puede ser modificada conservando el proceso.

07:00 – <i>Desayuno</i>
08:30 – <i>Registro</i> (30 minutos)
09:00 – <i>Bienvenida. Orientación y reglas de la casa</i> (30 minutos)
09:30 – <i>Definición de expectativas – Actividad 2: Hilos</i> (30 minutos)
10:00 – <i>Exploración de potencial – Empleo del espacio</i> (30 minutos)
10:30 – <i>Descanso</i> (15 minutos)
10:45 – <i>Clínica de rumores</i> (20 minutos)
11:05 – <i>Enseñanza de pares – Establecimiento de comunicación clara</i> (30 minutos)
11:35 – <i>Observación y escucha activa – Dibujar un retrato</i> (1 hora)
12:35 – <i>Almuerzo</i>
13:35 – <i>Rompehielos (juego o canción)</i> (5 minutos)
13:40 – <i>Creación de confianza – El péndulo</i> (20 minutos)
14:00 – <i>Pensamiento creativo – Símbolos del pasado, presente y futuro</i> (1 hora)
15:00 – <i>Creación de cohesión de grupo – Símbolos del futuro</i> (15 minutos)
15:15 – <i>Descanso</i> (15 minutos)
15:30 – <i>Juego de roles y simulación – Reconstrucción de los hechos</i> (45 minutos)
16:15 – <i>Alivio emocional – La bomba</i> (45 minutos)
17:00 – <i>Retroalimentación</i> (15 minutos)

## ACTIVIDAD 2 – Definición de expectativas: Hilos y telaraña

30 minutos

La definición de expectativas es también una parte importante de la introducción. Esta actividad le brindará a cada participante la oportunidad de compartir lo que él o ella desea lograr o aprender con la capacitación.

### **Objetivos de la actividad:**

1. Averiguar las expectativas de los individuos y del grupo con respecto al taller de capacitación.
2. Mostrar la similitud y carácter común de las expectativas y objetivos.
3. Demostrar la importancia del papel de cada voluntario individual.

#### *Materiales requeridos:*

- Bola de lana o cuerda
- Resumen de las lecciones

### **Metodología:**

1. Pida a los participantes formar un círculo.
2. Dígalos que piensen en sus expectativas con respecto al taller de capacitación o al programa.
3. Sosteniéndolo la bola de cuerda, comience a compartir sus propias expectativas. Sosteniendo un extremo de la cuerda, lance la bola a otra persona.
4. La persona que recibe la bola de cuerda luego compartirá sus propias expectativas. Este proceso continuará hasta que todos sostengan una parte de la cuerda.

Pregunta de reflexión:

“¿Qué lecciones o similitudes aprendimos?”

5. Sintetice o resuma las expectativas del grupo, y compárelas con los objetivos del programa y del taller de capacitación. Después, cree diferentes escenarios para resaltar la importancia de los papeles desempeñados por los voluntarios.

Las diferentes situaciones pueden ser:

- a. Hale su extremo de la cuerda y vea cómo reacciona la persona que sostiene el otro extremo.

Reflexión:

Esta situación se puede emplear para representar el desequilibrio que existe cuando una persona trabaja demasiado y otra no cumple con sus responsabilidades.

Reflexión:

Pregúnteles qué pueden hacer. Esta situación puede representar el escenario futuro cuando la Cruz Roja (la primera entidad que llegó para atender la emergencia) sale del lugar y el trabajo se deja en manos de la comunidad.

- b. Pida a todas las mujeres soltar sus cuerdas. Observe.
- c. Pida a todos los participantes soltar la cuerda

**Conceptos claves:** Unidad, responsabilidad

### **Actividad 3 – Exploración de potencial: El uso individual y colectivo del espacio**

*30 minutos*

Esta actividad anima a los participantes a emplear la iniciativa y hacer valer sus derechos por medio de la libre utilización del espacio. Promover la libre utilización del espacio es apenas el inicio de capacitarles para la exploración de su propio potencial y su disposición a ser abiertos a nuevas experiencias. Esto servirá como una actividad para ‘romper el hielo’ para que los participantes se sientan cómodos con las personas y con el lugar.

**Objetivos de la actividad:**

1. Promover libertad en el grupo mediante el libre uso del espacio, tanto individualmente como colectivamente.

*Material requerido:*

- Tambor, o cualquier instrumento para hacer ruido

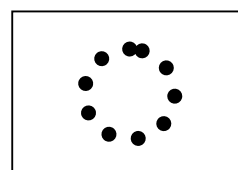
2. Animar a los participantes a sentirse cómodos en su propio espacio.
3. Establecer entre los participantes una relación de mayor familiaridad.
4. Promover independencia entre los participantes.

**Metodología:**

1. Toque un ritmo regular en un tambor. Si no se dispone de un tambor, se pueden golpear las palmas de las manos. Pida a los participantes que caminen por el salón al ritmo de diferentes toques. Esto les permitirá mezclarse. Cuando se detiene el toque de tambor, indique al grupo que se queden donde están.

Reflexión:

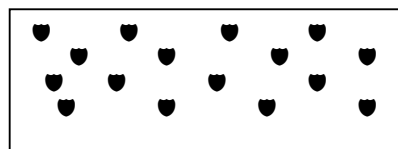
- ¿Qué observó acerca de cómo se movía la gente?
- Observe el patrón: ¿En qué dirección generalmente se movía la gente?
- ¿Qué nos dice de nuestras tendencias usuales cuando nos dicen que nos movamos?
- Haga notar cómo las personas tienden a mantenerse seguros evitando moverse muy lejos de donde están, quedándose juntas en los lugares usuales, probablemente por timidez o temor.



2. Anime a los participantes a hacer uso de TODO el espacio del salón. Haga énfasis en la idea de que tienen libertad para hallar su propio espacio y moverse por cualquier parte del salón. Toque un ritmo diferente en el tambor, y pida a los participantes que se muevan por el lugar nuevamente.

Reflexión:

- Haga la misma serie de preguntas.
- Observe el patrón: ¿Las personas se esparcieron y usaron todo el espacio disponible?



3. Pida a los participantes que se muevan nuevamente al ritmo de un toque diferente. Cuando se detiene el tambor, indique a los participantes que se detengan donde están y miren a la persona que está a su lado. Haga esto tres veces.
4. Pida a los participantes que se muevan nuevamente a un toque diferente de tambor. Esta vez, cuando se detiene el tambor pida a los participantes que se detengan donde están y se toquen los dedos con la persona que está a su lado. Esto se puede repetir dos o tres veces.
5. Utilizando un ritmo diferente, toque el tambor y pida a los participantes caminar por el lugar. Esta vez, al detenerse el tambor indique a las

personas que se detengan donde están y toquen codos con la persona que está a su lado. Esto se puede repetir dos o tres veces.

6. Pida a los participantes que caminen de nuevo a un toque diferente del tambor. Esta vez, al detenerse el tambor indique a los participantes que se detengan donde están y toquen hombros con la persona que está a su lado. Esto se puede repetir dos o tres veces.
7. Pida a los participantes que caminen de nuevo a un toque diferente del tambor. Esta vez, al detenerse el tambor indique a los participantes que se detengan donde están y que toquen rodillas con la persona que está a su lado. Esto se puede repetir dos o tres veces.
8. Pida a los participantes que caminen de nuevo a un toque diferente del tambor. Esta vez, al detenerse el tambor indique a los participantes que se detengan donde están, que se den la mano con la persona que está al lado suyo y que le pregunten el nombre. Esto se puede repetir dos o tres veces.
9. Invite a los participantes a encontrar su propio espacio en cualquier parte del salón y sentarse para la siguiente actividad.

**Notas:**

- Los jóvenes voluntarios pueden emplear esta actividad con los niños y niñas.
- Se empleará una barricada de plástico para delimitar el espacio en que los niños pueden practicar su independencia.
- Es importante indicar a los voluntarios que a este empleo libre del espacio le acompañan responsabilidades, especialmente cuando manejan la independencia de los niños.

**Conceptos claves:** Exploración de potencial, libertad, independencia, familiarización, interacción en grupo

## **Actividad 4 – El juego del rumor: Barreras a la comunicación efectiva**

*30 minutos*

Esta actividad intentará mostrar que la comunicación entre las personas a menudo puede ser imprecisa, especialmente si involucra a muchas personas.

**Objetivos de la actividad:**

1. Desarrollar comprensión del proceso de comunicación, especialmente de la dificultad de mantener la precisión de la información cuando se pasan mensajes de una persona a otra.

2. Preparar los participantes para la próxima actividad, la cual demostrará barreras específicas a la comunicación efectiva.

**Metodología:**

1. Divida el grupo en dos o tres partes. Pida a los miembros de cada parte formar una fila.
2. Prepare un mensaje corto y escríbalo en un trozo de papel. Llame a la primera persona de cada fila, y sepárelas de sus grupos.
3. Leáles el mensaje. No permita que el resto de los grupos oiga su mensaje. Sólo puede leer el mensaje dos veces. No permita a ninguno de los participantes anotar el mensaje.
4. Pida a la primera persona en la fila pasar el mensaje verbalmente (sin mostrar el mensaje escrito) a la persona siguiente.
5. Cuide que los demás no oigan. A aquellos que reciben el mensaje no se les permite hacer preguntas, pedir aclaraciones ni solicitar la repetición del mensaje. El traslado del mensaje debe continuar hasta que llegue al último miembro del grupo.
6. Pida al último participante de cada fila repetir en voz alta para el grupo entero el mensaje que haya recibido.

**Reflexión:**

1. ¿Puede hacer comentarios u observaciones acerca de lo que le pasó al mensaje al pasar de una persona a otra?
2. ¿Qué factores le ayudaron a memorizar el mensaje? ¿Qué factores contribuyeron a la confusión?

**Notas:**

Las barreras a la comunicación efectiva son:

1. Información que no es clara
2. Problemas en la transmisión
3. Débil retención (memoria)
4. Falta de atención o concentración
5. Suposiciones o interpretaciones equivocadas
6. Tensión o nerviosismo
7. Falta de participación
8. Invención o exageración de historias

**Actividad 5 – Comunicación en una dirección y en dos direcciones**

30 minutos

**Objetivos de la actividad:**

1. Demostrar la importancia de comunicación clara y libre.

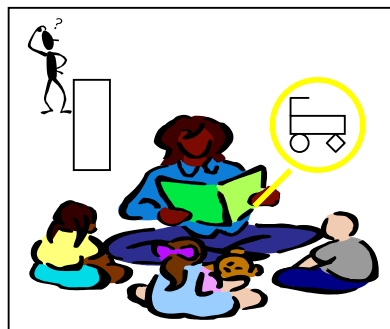
*Materiales requeridos:*

- Papelógrafo (rotafolios) o papel manila
- Marcadores
- “Dibujo” en papel bond x 2

2. Enfatizar la necesidad de asociación, apoyo y cooperación entre todos, especialmente en el proceso de recuperación psicosocial.
3. Animar a los participantes a escucharse entre sí y aprender unos de otros.

**Metodología:**

1. Entregue una hoja de papel a cada miembro del grupo.
2. Solicite un voluntario e invítelo a pasar adelante. Entréguele un dibujo teniendo cuidado de no mostrarlo al resto del grupo.
3. Pida al voluntario o voluntaria ponerse de espaldas al grupo. Sin que haya contacto ocular, pida al voluntario dar instrucciones al grupo acerca de como hacer el dibujo.
4. Luego de que todos hayan terminado de dibujar, pida al voluntario ponerse de cara al grupo (cuidando de no mostrar el dibujo) y dar las mismas instrucciones de nuevo. Esta vez se permite el contacto ocular. El resto del grupo dibujará una figura basándose en las instrucciones del voluntario. No pueden hacer cambios a su primer dibujo. Repita el ejercicio de nuevo, pero esta vez se permite que los participantes hagan preguntas al voluntario, y el voluntario puede mostrar el dibujo.
5. Compare los tres juegos de dibujos.



**Reflexión:**

- ¿Cuál juego de dibujos fue la más exacta? ¿En cuál situación fue más fácil seguir las instrucciones? ¿Por qué?
- ¿Cuáles lecciones sobre la comunicación aprendimos en este ejercicio?
- ¿Cómo se pueden aplicar estas lecciones a sus situaciones personales como voluntarios?
- ¿Cómo se pueden aplicar estas lecciones a la situación ?
- Resalte la necesidad de asociación, cooperación, orientación y consultación entre sí.

**Notas:**

- No se debe desalentar el mostrar el dibujo a otras personas en la segunda parte del ejercicio. Copiar el dibujo abiertamente no se debe ver sólo como imitación, sino se debe considerar una manera de transferir metodología.
- Esta actividad también se puede llevar a cabo con los niños y niñas. Se debe utilizar un dibujo sencillo.

**Conceptos claves:** Enseñanza entre pares, cooperación, asociación, apoyo, escuchar, libre comunicación

## Actividad 6 – Observación y escucha activa: Dibujar un retrato

1 hour

### Objetivos de la actividad:

1. Fomentar interés en la otra persona.
2. Fomentar la observación entre los participantes.
3. Aumentar la auto-estima de los participantes fijando la atención en los mejores rasgos de cada cual.
4. Introducir una actividad de enseñanza que resalta la importancia de la observación como herramienta a ser utilizada con los niños y niñas.

#### Materiales requeridos:

- Papel (2m x 0,9 m)
- Marcadores
- Crayones

### Metodología:

1. Divida el grupo grande en tríadas (pequeños grupos con tres miembros). Pídeles elegir un observador (la persona A) por tríada. Entregue a cada tríada un trozo de papel manila (de 2m de largo) y un marcador.
2. Indique a la persona A (el observador) que debe pedir detalles personales a la persona B para que puedan crear una buena historia acerca de ella. Dígales que al final de esta actividad presentarán la persona B a todo el grupo.
3. Pida a la persona B acostarse sobre el papel. Su otro compañero en la tríada, la persona C, dibujará un croquis de su cuerpo con el marcador.
4. Una vez dibujado el croquis, la persona B puede levantarse. Pida a la persona C observar con atención los rasgos de la persona B y dibujarlos en el croquis del cuerpo.
5. Inste a la concentración, la atención a los detalles y el escuchar bien. Pida al observador notar la interacción entre las personas B y C.
6. Pida a las personas A y C presentar la persona B al resto del grupo, empleando el retrato y la entrevista como referencias.

### Reflexión:

- ¿Cuáles rasgos de la persona B eligió la persona A para ser enfatizados?
- ¿Por qué o cómo eligió la persona A dichos rasgos?
- ¿A la persona B le gustó el dibujo resultante?
- ¿Cuáles rasgos de la persona B fueron omitidos? ¿Cómo se realizó la entrevista? ¿Se miraron entre sí?
- ¿Qué comportamiento mostró la persona A para animar a la persona B a hablar un poco más?
- ¿La persona A era buen oyente? ¿La persona B fue



12

fácil de entrevistar?

**Notas:**

- Este ejercicio también anima a los participantes a emplear la proyección al contar sus historias de vida. Los voluntarios y voluntarias podrían encontrar más fácil hablar en tercera persona al narrar eventos traumáticos en sus vidas, y el poder referirse a su propio retrato puede facilitar el proceso.
- Esta actividad también puede ser empleada con los niños y niñas.

**Conceptos claves:** Observación, escucha activa, comunicación abierta, interés en otros, autoestima, proyección

**Actividad 7 – Creación de confianza: El péndulo**

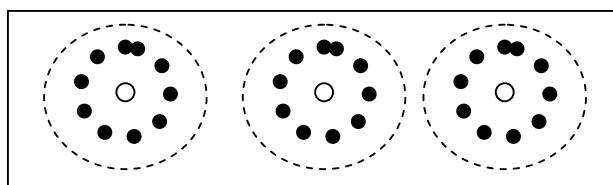
20 minutos

**Objetivo de esta actividad:**

1. Enfatizar la necesidad de apoyarse entre sí.
2. Animar a los participantes a crear un sistema de apoyo entre sí.
3. Crear y fortalecer la confianza y solidaridad entre los participantes.

**Metodología:**

1. Pida a los participantes moverse por el salón al ritmo del tambor.
2. Crea grupos de 5 a 6 personas. Se sugiere que los grupos consten de sólo hombres o sólo mujeres para esta actividad. Cada grupo tiene una persona en el centro, y las demás personas formarán un círculo estrecho alrededor de él o ella. Se sugiere que el capacitador sea la primera persona en pararse en el centro para demostrar la forma correcta de realizar la actividad.



3. Indique a la persona que está en el centro que debe cruzar sus brazos sobre el pecho y colocar las manos en sus hombros. Pida a la persona en el centro caer en diferentes direcciones, manteniendo los ojos abiertos. Practique hasta que la persona sea capaz de hacerlo correctamente.
4. Haga lo mismo, esta vez con un círculo mas alejado de la persona en el centro.
5. La tercera vez, haga lo mismo, pero con los ojos cerrados.
6. Pida a los demás voluntarios pararse en el centro y experimentar la actividad.

**Reflexión:**

- Pregunte a la persona cómo se sintió. ¿Qué observó usted?

- ¿Cuántas personas fueron capaces de hacerlo correctamente? ¿Qué ayudó a hacerlo correctamente? ¿Qué lo dificultó?
- Analice las diferencias entre las personas que forman el círculo de apoyo. ¿Qué tiene usted que hacer para ser capaz de agarrar o apoyar a una persona?
- Identifique las diferencias entre un círculo amplio y uno estrecho en términos de aumentar la confianza en los miembros del grupo.
- ¿Qué lecciones aprendimos de este ejercicio? ¿Cómo podemos aplicar estas lecciones a nuestras vidas y a nuestro trabajo como voluntarios? Los comentarios formulados durante la reflexión pueden estar relacionados con la necesidad de apoyarse entre sí.

**Conceptos claves:** Creación de confianza, confianza entre los miembros del grupo, apoyo, solidaridad, cohesión de grupo, concentración, poner plena atención a lo que ocurre

## Actividad 8 – Pensamiento creativo: Símbolos del pasado, presente y futuro

1 hour

### Objetivos de la actividad:

1. Fomentar estar abierto a compartir historias de trauma.
2. Desarrollar habilidades de escucha efectiva y reverencia para el proceso.
3. Brindar un alivio emocional y una manera alterna de percibir una experiencia triste/traumática.
4. Establecer una comunidad y unidad de propósitos, que es recuperarse de su trauma.

#### Materiales requeridos:

- Papel (tamaño A4/carta)
- Marcadores
- Crayolas

### Estrategia:

1. Entregue a cada participante una hoja de papel (tamaño A4/carta), y pídale dividir la hoja en tres partes.
2. Pida a los participantes dibujar en la primera parte un animal, planta o cosa que simboliza su pasado. Normalmente la gente tiende a dibujar animales domésticos en esta parte para representar un ambiente familiar en el hogar.
3. Pida a los participantes dibujar en la segunda parte un animal o planta que representa a ellos mismos en su pasado inmediato y presente. Las personas que han experimentado eventos traumáticos en esta parte de su vida tienden a dibujar animales salvajes o peligrosos para representar los eventos tormentosos de sus vidas.
4. Pida a los participantes dibujar en la tercera parte un animal o planta que representará su futuro previsto. Las personas tienden a dibujar pájaros en esta parte para representar libertad de elección y horizontes más amplios.

5. Pida a los participantes escribir al respaldo de la hoja una breve descripción de su pasado, presente y futuro. ¿Por qué eligieron ese símbolo?
6. Divida los participantes en tríadas. Pida a cada persona compartir su trabajo en las tríadas. Asigne un observador que informará lo que ocurrió en su tríada.
7. Durante la plenaria, solicite observadores voluntarios que informarán el proceso por el cual pasó su tríada. Pídales resumir las historias tras los símbolos en su tríada.

Anverso: Símbolos

Pasado
Presente
Futuro

Reverso: Descripción

Pasado
Presente
Futuro

*Nota:* Los capacitadores deben analizar el trabajo de cada persona para identificar casos que puedan requerir de intervención inmediata.

#### Reflexión:

- ¿Qué sintieron u observaron ellos mientras compartían sus símbolos?
- ¿Fue fácil compartir sus historias? ¿Fue difícil? ¿Por qué? ¿Qué lo hizo fácil o difícil?

#### **Notas:**

- Haga énfasis en la necesidad de respetar las historias de trauma de los demás escuchándolas de manera efectiva.
- Tranquilícelos haciéndoles saber que sentir tristeza, ira o temor al recordar o escuchar historias de trauma es una reacción humana natural, pero que el contar historias es en sí terapéutico porque permite aliviar los sentimientos negativos.

**Conceptos claves:** Introspección en sí mismo, respeto por las historias de otros, pensamiento creativo, orientación hacia el futuro

## **Actividad 9 – Creación de cohesión de grupos: Símbolos del futuro**

*15 minutos*

#### **Objetivos de la actividad:**

1. Fomentar la introspección con el empleo de símbolos.
2. Fomentar el pensamiento orientado hacia el futuro.
3. Formular un consenso acerca del plan común de los participantes para el futuro.

4. Introducir otra actividad de aprendizaje que los voluntarios pueden emplear con los niños y niñas.

**Estrategia:**

1. Pida a los participantes ponerse de pie y desperezarse. Aníme al uso del espacio (Actividad 1) pidiendo a todos caminar por el lugar al ritmo del tambor. Cuando el toque se detiene, pídeles expresar el símbolo/animal de su futuro. Esto se puede hacer en dos o tres ciclos.
2. Pida a todos que caminen de nuevo. Esta vez, cuando se detiene el toque de tambor pida a los participantes agruparse en parejas. Como pareja, pueden combinar sus símbolos individuales del futuro en uno solo. Pídeles expresar el símbolo/animal común de su futuro. Haga esto vez tras vez, aumentando el tamaño del grupo luego de cada ciclo. Esto se puede hacer hasta llegar a un grupo de cinco participantes.

**Reflexión:**

- ¿Fue fácil o difícil llegar a un símbolo común del futuro?
- ¿Qué factores lo hicieron fácil o difícil?
- ¿Cómo resolvieron la dificultad para llegar a un consenso?
- En general, ¿cuál es la visión común del grupo con respecto al futuro?

**Conceptos claves:** Creación de cohesión de grupo, visualización, cooperación, orientación hacia el futuro, pensamiento creativo, construcción de consenso

**Actividad 10 – Juego de roles y simulación: Reconstrucción de los hechos**

*30 minutos*

Esta actividad es una reconstrucción de la situación en el lugar del desastre. Animará a los participantes no sólo a olvidar sino también a analizar la situación y pensar en formas de evitar más conflicto. Tres cosas pueden ser demostradas al realizar esta actividad:

- a. ilustrar formas de prevenir o mitigar los impactos
- b. reducir el sentimiento de culpa entre los participantes
- c. discernir la situación y quitarles poder a las cosas malas, mientras se apoyan las cosas buenas.

**Objetivos de la actividad:**

1. Identificar señales de peligro.
2. Enumerar estrategias preventivas.
3. Hallar estrategias de protección.

**Estrategia:**

1. Pida a los participantes moverse por el salón al ritmo del tambor, y luego a formar dos grupos de diez personas.
2. Cada grupo debe formar una casa fuerte con sus cuerpos.
3. Consiga dos voluntarios que actúen como simuladores de lo que provoco la tragedia, lluvia, ciclón, temblor, avalancha.
4. Explique a los participantes que el contexto es el tiempo inmediatamente después del referendo. Los dos grupos son casas. Se simulará un ataque durante 1-2 minutos en tres niveles. *(Nota: El capacitador/ facilitador narrará la situación simultáneamente en una voz modulada.)*
5. La primera situación será el inicio del suceso (lluvia suave).
6. La segunda situación será la intimidación personal. El voluntario que actúa como grupo de amenaza dará vuelta a las casas, empujando ocasionalmente a algunos de los participantes.
7. La tercera situación será el ataque pleno, simulando la avalancha, el temblor etc. Esto puede ser representado por agitar las casas hasta que se derrumben.

**Reflexión:**

- Describa la situación.
- Reflexione acerca de ser parte de la casa. ¿Cómo se sintió durante la primera situación? ¿La segunda? ¿La tercera?
- ¿Le recordó algún mal agüero?
- ¿Cómo se siente AHORA?
- ¿Cuáles fueron las señales que hacían prever un desastre?
- ¿Cómo podríamos haber evitado o minimizado, en parte los daños producidos (el tercero)?

**Actividad 11 – Alivio emocional: La bomba (globo para inflar)**

*30 minutos*

**Objetivo de la actividad:**

1. Fomentar la introspección de parte de los participantes.

*Materiales requeridos:*

- Bombas
- Marcadores

**Estrategia:**

1. Distribuya una bomba (blanca o de color claro) a cada participante. Pídales inflarlas. Dígales que soplen todas sus dificultades y tristezas, todo lo malo en sus vidas, hacia el interior de sus bombas.
2. Sellen las bombas. Pida a los participantes escribir las dificultades y cosas malas de sus vidas en un costado. Se pueden usar palabras o dibujos.
3. Pídales escribir o dibujar las cosas bellas y buenas de sus vidas en el costado opuesto de la bomba. Estas pueden ser sus ideas y planes con respecto al futuro.
4. Indique a los participantes que compartan sus bombas en tríadas y en el grupo.

5. Pídeles decidir qué hacer con la bomba.

Reflexión:

- ¿Cuáles son las diferentes maneras en que los participantes se deshicieron de sus bombas?
- ¿Por qué lo hicieron así?
- Resalte el hecho de que toda situación tiene dos lados.
- Indique al grupo que este es un ejercicio de purificación, y que puede ser el inicio del perdón de los atropellos hechos a cada uno de nosotros en el pasado.

*Nota:* Es importante que los capacitadores y facilitadores orienten los pensamientos y la expectativa de los participantes hacia el futuro. Vuelva a los símbolos para enfatizar el futuro. Hágales ver que hay mas momentos buenos que momentos malos, y subraye la idea de que hay más cosas buenas esperándoles en el futuro.

**Conceptos claves:** Manejo de las emociones, alivio emocional, introspección, perdón, purificación

## DIA 2 – METODOLOGIA

### PROGRAMA DE ACTIVIDADES PARA EL DIA 2

07:30 – *Desayuno*  
08:30 – *Para romper el hielo: Conducir un auto*  
08:45 – *¿Qué es el programa “Retorno a la Alegría”?*  
09:00 – *La visión y los objetivos del programa*  
09:15 – *¿Quiénes son las personas involucradas?*  
09:45 – *Cronograma y herramientas del programa*  
10:00 – *Descanso*  
10:15 – *Las personas: ¿Quiénes son y cuáles son sus responsabilidades?*  
10:30 – *Los niños y niñas*  
10:45 – *Los jóvenes voluntarios*  
11:15 – *Los educadores supervisores*  
11:30 – *Los educadores coordinadores*  
11:45 – *El grupo de apoyo comunitario*  
12:00 – *Almuerzo*  
13:30 – *Canción de calentamiento*  
13:45 – *La situación y problemas actuales de los niños*  
14:15 – *Cómo hablar con los niños*  
14:30 – *El uso de la mochila y sus instrumentos*  
15:00 – *Descanso*  
15:15 – *Como hacer un mapa y realizar un censo*  
16:00 – *Diligenciamiento de formularios*  
16:30 – *Planificación de actividades*  
17:30 – *Descanso*  
18:00 – *Cena*  
19:00-21:00 – *Sesión vespertina: Canciones y juegos locales*

## **Introducción**

Cada uno de nosotros posee una historia de vida propia y única. Esta historia valiosa representa todo nuestro ser, y sólo es después de analizar el libro de nuestra vida capítulo por capítulo que podemos conocernos de verdad y ser capaces de tocar las vidas de otras personas y ayudarlos. El primer día del taller se dedicó a esto, mientras simultáneamente se fortalecieron los vínculos entre los participantes. Por medio de este método seremos capaces de construir equipos efectivos con miembros que aprenden a depender unos de otros y aprenden a apoyarse entre sí, en momentos tanto de alegría como de adversidad. Los ejercicios empleados el primer día también pueden ser usados por los participantes en el futuro cuando estén trabajando con los niños y niñas.

El segundo día del taller se enfocará en el proyecto, sus metas, sus herramientas y sus métodos. Lo mejor es que se lean el *Manual del Voluntario* y el documento acerca de la recuperación psicosocial y la salud mental primara antes de la discusión. Los participantes también deben hacer constante referencia a los otros documentos mencionados para que la discusión sea más completa.

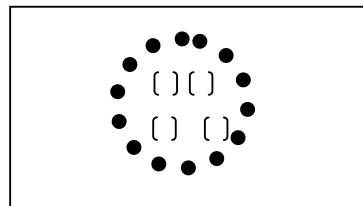
### **Para romper el hielo: Conducir un auto**

#### **Objetivos:**

1. Darse cuenta de que la comunicación depende de tanto quien emite como quien recibe la información.
2. Promover la idea de estructura y la importancia de seguir instrucciones.

#### **Estrategia:**

1. Se colocan cuatro parejas de voluntarios en el centro del salón. La persona A será el auto, la persona B el conductor. La persona B se coloca detrás de la persona A. Cada pareja debe estar mirando en una dirección diferente.
2. Indique a los voluntarios que se utilizarán señales hechas con la mano para conducir el auto. Por ejemplo, colocar la mano en el hombro derecho significará “gire a la derecha”, colocarla en el hombro izquierdo significará “gire a la izquierda”, y colocar la palma en el centro de la espalda significará “deténgase”.
3. Practiquen “conducir” por el salón. Tanto el conductor como el auto deben tener los ojos abiertos. Los conductores deben evitar estrellarse contra otros autos.



4. Ahora pida al resto del grupo formar un círculo alrededor de los autos y tomarse de las manos. Esto actuará como la barrera que los autos no deben cruzar.
5. Pida a los “autos” cerrar sus ojos.
6. Reorganice los autos silenciosamente, de modo que miran en direcciones diferentes. Indique a los conductores que comiencen a conducir en el área encerrada, tratando de evitar los otros autos así como también la barrera.
7. Pida a las personas A y B tomar cada una el papel de la otra.

Reflexión:

- Describa la situación.
- ¿Qué sintieron los autos (persona A) durante el ejercicio? ¿Qué sintieron los conductores?
- ¿Hubo dificultad en seguir las instrucciones?
- ¿Qué vió el resto del grupo como una fuente de la dificultad experimentada por las parejas de voluntarios?
- ¿Qué ocurrió cuando las instrucciones no fueron dadas correctamente, o no fueron cumplidas apropiadamente?

## **DISCUSION DEL PROYECTO**

### **I. ¿Qué es el programa “Retorno a la Alegría”?**

El programa “Retorno a Alegría” es un programa psicosocial para niños y niñas que también permite la intervención psicosocial para los educadores y adolescentes voluntarios que estarán trabajando en el proyecto. Se debe recordar que estos grupos de personas también son víctimas de trauma. Los temas de la tortura y el trauma sufridos por los educadores y adolescentes voluntarios deben ser tratados primero para que puedan ayudar a los niños de manera efectiva.

El subtítulo “Un programa de emergencia de recuperación psicosocial para niños y niñas y sus familias a través de los educadores” presagia la urgencia de la intervención ya que se ha observado que en cuanto más corto sea el tiempo entre el evento traumático y el inicio del apoyo psicosocial mejor es la respuesta o recuperación.

### **II. La visión y los objetivos del programa**

#### Objetivo general

Brindar apoyo de emergencia para el proceso de recuperación psicosocial de maestros de escuela primaria, adolescentes voluntarios, los niños y niñas y sus familias.

### Objetivo específico

Desarrollar en las familias y comunidades, con el apoyo de educadores y adolescentes voluntarios, capacidad para facilitar el proceso de recuperación psicosocial de la población de niños en el transcurso de ocho meses, empleando diferentes metodologías de consejería y atención primaria en salud mental.

Se prevé que al terminar el programa la comunidad tendrá mayor capacidad de manejar las tensiones que afectan su vida actual. Los niños y niñas aprenderán a manejar sus temores y percibir su pasado atormentado como parte del pasado, y de esta manera serán capaces de encarar el futuro con un ánimo más positivo.

### ***Cronograma y herramientas***

El programa tendrá una duración de ocho meses, iniciando con la evaluación de las necesidades de la comunidad para determinar la necesidad de intervención psicosocial y cómo abordar el problema.

Luego de haber completado la primera fase de evaluación de necesidades, el programa entrará en su segunda fase, la cual incluye la capacitación de los educadores y voluntarios y la evaluación periódica.

### ***¿Quiénes son las personas involucradas?***

*Por favor consulte el Anexo A para la relación y cooperación de los miembros del programa.*

#### **A. Los niños y niñas (10,000)**

Las víctimas de la guerra y de las calamidades no son las únicas víctimas fatales. Los niños y niñas que son testigos de la muerte y el sufrimiento de sus familias y seres queridos son “víctimas silenciosas”. Es por esto que este programa ha considerado necesario brindar apoyo psicosocial aún a los miembros más jóvenes de la sociedad. Los niños y niñas se beneficiarán directamente del proyecto al trabajar con los adolescentes voluntarios mientras son monitoreados por los educadores. El programa pretende llegar a niños y niñas entre los seis y catorce años de edad. De una manera u otra, estos niños han sufrido trauma como consecuencia de las recientes alteraciones del orden público. Se empleará un criterio para incluir niños en el programa o excluirlos de él. El proceso de selección dependerá de los datos recopilados por los adolescentes voluntarios durante el proceso de entrevista. Los niños y niñas que requieran atención especial serán remitidos a una entidad apropiada. La terapia empleada en este programa se enfoca en el juego, el cual es disfrutado por los niños y en el cual pueden expresar sus

sentimientos reales sin sentir incomodidad. Los métodos e instrumentos a ser usados serán tratados más adelante.

## B. Los adolescentes voluntarios



Los adolescentes voluntarios son quienes estarán directamente involucrados con los niños y niñas. Tienen de quince a veinte años de edad y deben estar cursando (o haber terminado) la escuela secundaria. Deben tener reputación de buen comportamiento, reconocido por la comunidad. También se debe lograr el apoyo de los padres de familia para que puedan participar. Lo ideal es que el adolescente voluntario esté en la misma comunidad que el grupo de niños con que va a trabajar para eliminar problemas de facilidad de acceso y transporte.

Los adolescentes voluntarios trabajarán en parejas, y cada pareja atenderá un módulo compuesto de veinte (20) niños y niñas. Pueden dividir el grupo de modo que atiendan diez (10) niños cada uno. Se animará a un total de quinientos (500) adolescentes de los tres distritos a ofrecerse como voluntarios. Con cada uno de ellos atendiendo a diez niños, el número total de niños llegará a 5,000. Los adolescentes voluntarios emplearán terapia lúdica en su trabajo con los niños. Para ello, les será suministrado un maletín que incluye muñecos, títeres, la mochila de los sueños, juguetes de madera y libros. El empleo de este material será tratado en detalle más adelante.

Ellos también tendrán que identificar las reacciones severas que han de ser remitidas a atención especializada. Cuando noten estas reacciones severas, deben remitir el niño al educador supervisor. Se debe tener presente que los adolescentes voluntarios no son especialistas capacitados, psicólogos o psiquiatras, y por lo tanto deben buscar ayuda cuando ello resulta necesario.

Las responsabilidades de los adolescentes voluntarios incluyen:

1. Participar en el curso de capacitación y actualización para voluntarios.
2. Implementar la estrategia de terapia lúdica niño-a-niño.
3. Planificar las actividades de la semana, bajo la supervisión de los educadores.
4. Mantener un cuaderno o diario de campo.
5. Mantener registros individuales de los niños y niñas que pertenecen a su grupo.

## C. Los educadores voluntarios (60)



### 1. Los educadores supervisores (50)

Los educadores supervisores son quienes coordinan las actividades para los adolescentes voluntarios. Ellos monitorearán cada adolescente voluntario y mantendrán una lista maestra de todos los niños y niñas.

1. Organizar los grupos de niños.
2. Supervisar las actividades de los adolescentes voluntarios.
3. Facilitar las sesiones de obtención de información de los adolescentes voluntarios.
4. Facilitar los grupos de apoyo familiar y comunitario.
5. Evaluar el cuaderno o diario de campo de los voluntarios.

#### Psicólogos/Consejeros

1. Preparar la evaluación de línea base de los niños.
2. Organizar las discusiones en grupo focal.
3. Apoyar la planificación semanal de los educadores.
4. Ayudar en la evaluación del impacto del proyecto.
5. Apoyar a los niños y educadores que están profundamente afectados por trauma.
6. Redactar informes de progreso mensuales con respecto al proyecto.

### ***La situación y problemas actuales de los niños***

Los problemas de los niños y niñas pueden tener diferentes causas. Pueden ser físicas, emocionales o mentales, o todas a la vez. La edad del niño influye en la forma e intensidad de afectación por un incidente violento. Cuando el cuerpo está enfermo, algunos de los síntomas son fiebre, irritabilidad constante, vómito, diarrea y debilidad.

Cuando el niño tiene problemas con sus sentimientos, se pueden observar los siguientes síntomas:

- Dificultad en jugar o concentrarse
- Mantenerse aislado y sin amigos
- Demora o dificultad en el habla
- Sueño alterado, pesadillas y temores nocturnos, sonambulismo, temer la noche
- Falta de apetito
- Temer situaciones, como temer a los extraños, al agua, a los animales, a la oscuridad, etc.
- Apego a adultos u objetos especiales, por ejemplo a una cobija o un juguete en particular. Separarlo de sus objetos o seres queridos puede causarle ansiedad.

- Mal genio, intranquilidad e irritabilidad
- Hiperactividad o inactividad
- Depresión, tristeza
- Ser excesivamente desconfiado, temeroso o triste
- Agresividad verbal y física hacia otros niños, sus propias cosas y las cosas de otros
- Comportamiento peligroso o autodestructivo
- Comportarse como un niño de menor edad
- Mostrar síntomas de enfermedad sin causa clara y real

### ***Cómo hablar con los niños***

Las personas son seres sociales. Nos comunicamos con palabras y acciones. Los gestos, la expresión de la cara y el lenguaje corporal son inherentes a la forma de comunicarse de los humanos. Los niños son muy perceptivos con respecto al lenguaje no verbal. Es por ello que debemos tener cuidado no sólo con lo que decimos sino también con lo que hacemos frente a ellos.

Se puede comunicar con un niño o una niña:

- Hablándole
- Contándole cuentos y leyendas
- Animándolo a contar sus propios cuentos
- Animándolo a expresar sus sentimientos a través de diversos modos de expresión artística (por ejemplo, jugar, dibujar, modelar en arcilla)
- Facilitando las condiciones para el juego

Uno debe tener en cuenta que:

- En cada cultura o región existen diferentes formas de comunicarse, de expresar sentimientos, de buscar ayuda o consuelo, y de afrontar situaciones difíciles.
- Cada edad requiere una forma diferente de abordaje o expresión. Tratar con un niño pequeño es diferente de tratar con un escolar o un adolescente.

Se debe tener presente que se puede esperar que personas que hayan experimentado mucho sufrimiento tengan algunos problemas en revelarse a otros. Esto también es cierto en el caso de los niños. Lograr la confianza será una tarea difícil. Sin embargo, uno no debe darse por vencido en situaciones de este tipo. Lograr la confianza implicará trabajo duro, pero no será imposible. Eventualmente, el niño aprenderá a abrirse a nosotros y nos permitirá ayudarlo.

Al contrario de lo que algunas personas creen, los niños, sin importar su edad, son conscientes de lo que ocurre alrededor de ellos. Es por ello que sigue siendo mejor dejarles saber cuál es la situación real, sin importar qué tan terrible pueda ser.

- Como parte de la intervención, debemos aprender cómo acercarnos y ganar la confianza de los niños. Tenga siempre presente que el foco es el niño, no usted. Siempre dé importancia a lo que el niño espera y sueña y a las cosas que le han causado sufrimiento en el pasado. Asegure que el lugar sea conducente a estimular la conversación y siempre asegure la confidencialidad de lo contado. Esté preparado para dar consuelo durante los momentos emotivos de la conversación. Nunca debemos trivializar la experiencia de un niño. A su vista, los eventos que tuvieron lugar son significativos y le han afectado mucho.

*Durante una conversación es importante:*

- Dar al niño tiempo para hablar.
- No exigir respuestas que el niño no desea dar.
- No desechar los sentimientos del niño diciendo “No estés triste”, “Ya pasó” “Olvídalo”, “Eso no es mayor cosa”, etc.
- Ser comprensivo con respecto a los sentimientos del niño, diciendo, por ejemplo: “Comprendo por qué estás triste (o disgustado).” “Intentaremos resolver tu problema.”
- Guiar la conversación con expresiones como: “¿Y luego qué pasó?” “¿Qué sentiste?”
- Nunca mentir o hacer promesas que son difíciles de cumplir.
- Emplear un tono de voz suave para animar al niño a acercarse. De modo similar, hacer afirmaciones con una inclinación de la cabeza como señal de que escucha atentamente lo que el niño está diciendo. Sonreír en respuesta a algo pertinente para mostrar que existe un interés genuino en escuchar y comprenderlo.
- Mirar al niño para observar si está afligido o requiere consuelo. Hablarle de modo que se sienta cómodo y acogido con gusto.
- Permitir al niño hablar libremente, por ejemplo:
  - ¿Cómo pasó el día?
  - ¿Qué le gusta hacer?
  - ¿Con quiénes vive?
  - ¿Con quienes vivía?
  - ¿Dónde vivía/vive?
  - ¿Qué problemas tiene?
  - ¿Cuáles son sus dificultades actualmente?
  - ¿Cuáles son sus preocupaciones?

Nunca olvide que usted está allí para ayudar al niño, así que no falle en convencerle de ello. Muéstrole que a usted le importa.

### ***El uso del maletín terapéutico y sus instrumentos***

Cada joven voluntario recibirá un *kit* o maletín que contiene instrumentos que empleará en su trabajo con los niños y niñas. El maletín contiene muñecos, títeres, juguetes de madera y libros. Los miembros de la comunidad producen los juguetes empleando materiales locales.

Los niños se pueden comunicar a través de juegos, dibujos, modelar en arcilla/plastilina, actividades culturales, teatro (juego). Estas actividades son símbolos que representan eventos de la historia y de la vida real. En la mayoría de los casos, prefieren este tipo de comunicación porque:

- Tienen oportunidades para estar alegres
- Pueden mostrar sus habilidades
- Pueden dar rienda suelta a su iniciativa y creatividad
- Pueden aliviar las tensiones acumuladas dentro de ellos
- Pueden relacionarse con otros niños
- Pueden expresar sus sentimientos e ideas

Al niño nunca se le debe forzar a participar en ninguna actividad. Sólo debemos INVITARLO a participar. El producto de estas actividades no debe ser criticado, ya que inhibiría la libre expresión de los niños y niñas. Las actividades culturales y juegos deben ser típicos de las regiones donde viven. Debemos aprender estas actividades de los niños mismos y de los adultos de la región.

#### **A. Los muñecos**

Hay cuatro muñecos en la maletín: un hombre, una mujer, un niño y una niña. Todos los muñecos están sonriendo para representar una familia feliz. Los muñecos se pueden usar como personajes de una historia, o pueden representar un personaje real en la vida del niño. Los voluntarios deben observar con cuál muñeco prefiere jugar el niño y cómo juega con él. ¿Abraza al muñeco? ¿Habla con el muñeco? ¿Qué tipo de historias crea con los muñecos?

#### **B. Los títeres**

Los títeres ayudarán a los voluntarios a contar los cuentos que están en los libros. De esta manera, el niño puede visualizar fácilmente los eventos en cuanto se van desarrollando. Estos cuentos fueron elegidos por las lecciones

que proporcionan. Después de cada cuento, podemos hacer preguntas como las siguientes:

- ¿Qué piensas del cuento?
- ¿Crees que los personajes hicieron lo correcto?
- ¿Qué debieron haber hecho los personajes? ¿Por qué?
- Si fueras uno de los personajes del cuento, ¿cuál personaje quisieras ser?

### C. Los juguetes de madera

Estos juegos representarán los diferentes aspectos de la sociedad. Por ejemplo, el helicóptero representará a la Cruz Roja, el camión y la motocicleta a los milicianos, el caballo a la población local o la época de paz. El joven voluntario empleará estos juguetes para contar cuentos acerca de la historia del país. También puede pedir a los niños contar la historia empleando estos instrumentos. Se pueden utilizar los muñecos junto con estos juguetes de madera, empleándolos como pasajeros. De esta manera, la narración será más intensa y tendrá más elementos involucrados.

Además de los instrumentos que se encuentran en la maletín, los voluntarios también pueden emplear juegos locales para jugar con los niños. Los juegos que fomentan la camaradería y cooperación son los mejores para usar.

Durante el juego, podemos hablar con el niño acerca del desarrollo del juego mismo. Por ejemplo:

- ¿Cuál juego te gustó más? ¿Por qué?
- ¿Qué te recordó?
- ¿Cuál juego te gustó menos? ¿Por qué?
- ¿Qué te recordó?

Si el niño expresa algunos sentimientos en sus respuestas, debemos mostrarle que comprendemos esos sentimientos. Por ejemplo:

*Facilitador:* ¿Cuál juego te gustó más?

*Niña:* Este. (Señala una anciana entre las figuras.)

*Facilitador:* ¿Por qué?

*Niña:* Es mi mamá.

*Facilitador:* ¿Qué te recuerda?

*Niña:* Cuando me bañaba (o no responde).

*Facilitador:* Sé que quieres a tu mamá y ahora la necesitas. ¿Quieres que hablemos de ella?

Invitamos a la niña a tomar la muñeca y decirle lo que le gustaría decirle a su madre, como si ella estuviera presente.

Después del juego, el facilitador puede abrazar o acariciar a la niña cariñosamente, mostrando aprobación de su participación en este juego, que es sanador y liberador.

### **Cómo practicar estas actividades (Juegos, dibujos, juguetes, rompecabezas)**

A. JUEGOS: Un facilitador dirige un grupo de veinte (20) niños y niñas durante 15-20 minutos, después de lo cual se cambia la actividad.

- El facilitador presenta el juego e invita a los niños y niñas a participar en la actividad.
- Un niño o una niña presenta un juego, y todos sus compañeros participan.

B. DIBUJO: Un facilitador por niño o por grupo de niños.

- Luego de hacer el dibujo, pedimos al niño hablarnos acerca de su trabajo y hacemos preguntas acerca de cosas como su significado y lo que sentía mientras lo hacía.

C. JUGUETES: Un facilitador por cada cuatro niños y niñas; una duración de 15-20 minutos. Se sugiere que al final de cada actividad se cambie el juego y los juguetes.

### **Los libros**

A. “El miquito feliz”

Este cuento se enfoca en el temor y la ansiedad, y también trata la agresividad y la necesidad de proteger a otros niños. El empleo de un tono de voz y unas acciones apropiadas para el cuento será importante para transmitir el sentimiento del mismo.

B. “Buenas noches”

Este cuento trata los problemas del niño, como las pesadillas o sueños desagradables. De nuevo, la entonación es muy importante.

Después de cada cuento podemos hacer ciertas preguntas que pueden ayudar al niño a expresar sus ideas y sentimientos:

- ¿Cuál de los personajes te gustó más? ¿Por qué?
- ¿Cuál de los personajes te gustó menos? ¿Por qué?
- Pregúntele por qué cree que el personaje se disgusta. Pregúntele también si teme a las personas, si teme a los animales (cuáles), si teme la oscuridad, la noche, etc.
- Pregúntele quién le gustaría ser si él estuviera en el cuento, y por qué.

## La mochila de sueños

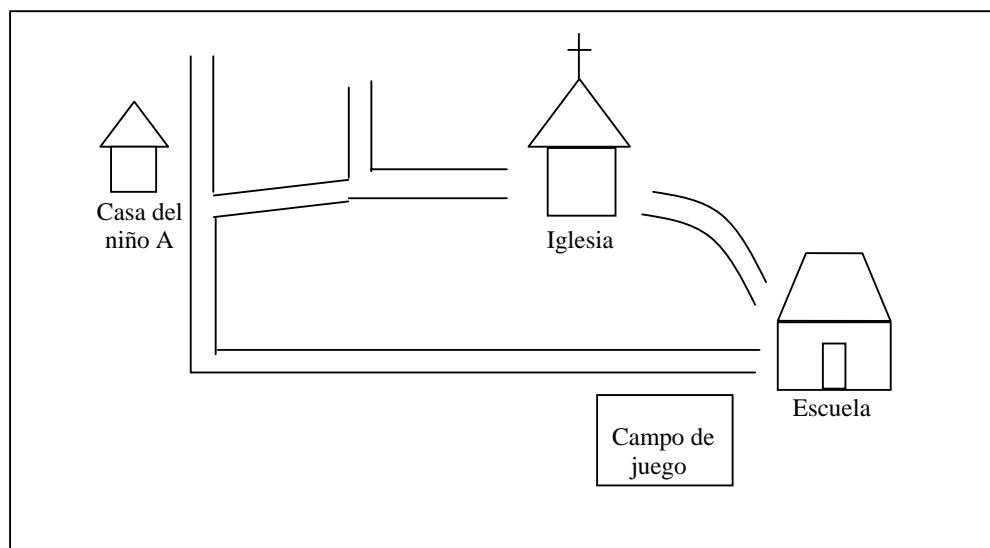
Esta mochila de sueños es una pequeña bolsa que contiene figuras humanas en miniatura que pueden ayudar al niño superar algunos problemas psicológicos además de dolores físicos. La “sanación” se logra mediante la sugestión, y puede ser manejado por la madre o la persona responsable del niño. Esta persona le dirá al niño que puede hablar con la personita y contarle todos sus problemas. Al acostarse, el niño coloca la figurita debajo de su almohada. Durante la noche, la madre se acerca y retira la figura de debajo de la almohada. Cuando el niño despierta, la figura se ha ido, llevándose todos los problemas y preocupaciones del niño. Se espera que esto sirva como un medio para que el niño pueda afrontar sus problemas.

## Cómo hacer un mapa y realizar un censo

El mapa y el censo son responsabilidad de los adolescentes voluntarios, pero deben ser realizados con la orientación de los educadores. Antes de iniciar la terapia con los niños y niñas, el adolescente voluntario primero debe acercarse a los niños con que trabajará, yendo a sus casas y viendo dónde viven. Debe hacer un mapa de los lugares importantes del vecindario. Esto ayudará a mostrar los recursos disponibles en el vecindario y de pronto sirva también como una referencia rápida para el voluntario.

Se puede dedicar una semana a compilar la base de datos de niños. Esto incluirá el mapa y el censo junto con las hojas de datos personales, la lista maestra y los demás formularios que serán tratados en detalle más adelante.

A continuación aparece un ejemplo de un mapa preparado por un adolescente voluntario:



## **Diligenciamiento de los formularios**

Por favor consulte el documento titulado “Sistema de información” para las instrucciones paso-a-paso para el diligenciamiento de los formularios. Se incluyen formularios de ejemplo que tanto los educadores como los jóvenes voluntarios pueden usar como guías.

## **Planificación de actividades**

Los adolescentes voluntarios prepararán un programa de actividades. Esto se hará bajo la orientación apropiada de los educadores. Las actividades incluirán sesiones acerca de la higiene y conversaciones con la familia del niño, además del juego mencionado anteriormente. La creación de un cronograma a seguir es esencial para que los adolescentes voluntarios se mantengan dentro de las limitaciones del programa. Además, con el programa se asegura que no se desperdicia tiempo en las sesiones y que no se olvida ninguna actividad. Todos deben tener presentes los objetivos del programa al planificar las actividades, para así no perder la orientación.

Al elegir las actividades para la semana, cada persona involucrada debe considerar los conceptos y asuntos que rodean cada actividad. Deben asegurar que los materiales requeridos estén disponibles para evitar demoras innecesarias.

Los voluntarios estarán trabajando con los niños y niñas durante un período de tres meses. En el primer mes se recomienda interacción diaria. Esto se puede reducir a dos o tres veces por semana en el mes siguiente, y luego a una vez por semana en el tercer mes. Se sugiere que se pasen dos horas con los niños en cada sesión, y esto se puede reducir a una hora a mediados del segundo mes. Con este método, se brinda la terapia sin crear demasiada dependencia de los adolescentes voluntarios de parte de los niños. Una evaluación mensual será efectuada por los administradores del proyecto para evaluar la efectividad del programa. Una evaluación general será realizada al final de los tres meses.

A continuación se muestra un ejemplo de programa preparado por un adolescente voluntario. Los ítems pueden ser cambiados según las necesidades de los niños y de la comunidad.

### PROGRAMA SEMANAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
AM	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Canciones</li> <li>•Artes manuales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Danzas</li> <li>•“El miquito feliz”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Canciones tradicionales</li> <li>•Juguetes,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Juegos tradicionales</li> <li>•Artesanías</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Danzas</li> <li>•Cuento “Buenas noches”</li> </ul>

	• Construcción en arena y rompecabezas	• Muñecos, marionetas • Juegos tradicionales	muñecos, camiones, juegos • Construcción en arena	• Juego de rol de un cuento	• Juguetes, muñecos, rompecabezas, construcción en arena
PM	• Hablar con la madre o persona responsable	• Hablar con la madre o persona responsable	• Hablar con la madre o persona responsable	• Hablar con la madre o persona responsable	• Hablar con la madre o persona responsable

## DIA 3

El tercer día de la capacitación está dedicado a sesiones de práctica con respecto al diligenciamiento del formulario, la utilización de las mochilas de los niños, jugar juegos tradicionales y cantar canciones tradicionales, y la creación de un programa semanal para los niños. Se aconseja a los capacitadores ejecutar sesiones de demostración, para asegurar que los conceptos y técnicas son entendidos.

La tarde se dedica a actividades de cierre, un ritual de purificación y ceremonias de graduación.

## Actividad 12 – Visualización de grupo y obtención de información: Un modelo de un pueblo

60 minutos

### Objetivos de esta actividad:

1. Visualizar una meta común para el futuro de su pueblo.
2. Crear una representación concreta de su visión compartida para su pueblo.
3. Presentar la historia local de manera creativa.
4. Fomentar la camaradería y cooperación entre los participantes.

### Materiales requeridos:

- Papel (2-3m de largo)
- Marcadores
- Cajas (dif. tamaños)
- Pegante
- Tijeras
- Pintura

### Estrategia:

1. Divida los participantes en grupos de 10-11 personas.
2. Dé a cada grupo un trozo grande de papel (aproximadamente 2m). Pídales dividir el papel en tres partes: pasado, presente y futuro.
3. En el primer bloque, el grupo debe elaborar un modelo de cómo era su pueblo antes del desastre.
4. En el segundo bloque, el grupo presentará su pueblo como lo ven ahora después del desastre
5. En el tercer bloque, el grupo elaborará un modelo de cómo quieren que su pueblo sea en el futuro.

6. A cada grupo se le pedirá también crear un escudo de armas para su pueblo.
7. A los participantes se les debe animar a crear, como grupo, una canción/himno que simbolizará el futuro de su pueblo.
8. Pida a cada grupo describir sus productos.

**Notas:**

- Esta actividad se puede llevar a cabo nuevamente después de tres meses con fines de comparación.
- Esta actividad también se puede llevar a cabo con los niños y niñas.

**Conceptos claves:** Visualización de grupo, creatividad, imaginación, pensamiento orientado hacia el futuro, trabajo en equipo, cooperación

**Actividad 13 – Huellas**

Esta actividad está diseñada para concretar el concepto de esforzarse por lograr sus metas. También puede mostrar a los voluntarios que ellos tienen el poder de cambiar las cosas. También es una buena actividad de seguimiento de la anterior actividad de crear su modelo del futuro de su pueblo.

**Objetivos de la actividad:**

1. Definir los pasos necesarios en el proceso de lograr su futuro.
2. Enfatizar la importancia de los esfuerzos individuales y colectivos por lograr sus metas.

**Materiales requeridos:**

- Marcadores
- Huellas recortadas (10 por grupo)
- Cinta adhesiva

**Metodología:**

1. Empleando los mismos grupos que en la actividad del modelo de pueblo, suministre a cada grupo diez huellas recortadas en cartulina.
2. Coloque el modelo del pueblo futuro en el centro.
3. Pida a los grupos pensar en pasos concretos que pueden dar para convertir su modelo del pueblo futuro en realidad. Los pasos pueden ser cosas o esfuerzos que pueden realizar los individuos o medidas que pueden tomar como grupo.
4. Escriba un paso en cada huella. Pegue las huellas dirigiéndose hacia el modelo del pueblo.

**Reflexión:**

1. ¿Qué pasos desea dar para estar en capacidad de llegar a su modelo del pueblo futuro? ¿Por qué?

**Actividad 14 – Ritual de sanación**

Esta es una buena actividad de cierre para permitir a los participantes reflexionar acerca de sus sentimientos después de los tres días de capacitación y para liberarles de sus preocupaciones y temores. Esta actividad pretende inspirar y dejar un sentimiento positivo entre los voluntarios.

**Objetivos de la actividad:**

1. Permitir la liberación de sentimientos negativos.
2. Brindar un cierre luego de todas las actividades de obtención de información y capacitación.
3. Resaltar el papel de los voluntarios como agentes de la paz y de la recuperación de los niños y niñas afectados por trauma.

**Metodología:**

1. Prepare un altar en el centro del salón, consistente en flores, una olla de barro para quemar papeletas, una pila de velas (suficientes para todos) y una vela encendida sobre una esterilla.
2. Entregue una papeleta a cada participante.
3. Reúnelos todos en un gran círculo y permítales sentarse.
4. Pídales observar absoluto silencio.
5. Dígalos que escriban en su papeleta sus preocupaciones y temores, y que luego los doblen y guarden.
6. Pida a los participantes buscar un objeto que mejor les simbolice como persona hoy, luego de los tres días de capacitación.
7. Pérmítales caminar meditando alrededor del salón. Aún en silencio absoluto, permítales caminar sólo para reflexionar sobre sus razones por elegir ese objeto.
8. Luego de cinco minutos, pídale volver al círculo.
9. Comience el proceso de compartir mostrando al grupo el objeto que usted eligió y explicando por que lo simboliza. Luego vaya al altar y encienda la papeleta en que están escritos todos sus temores y preocupaciones. Quémelo en la olla. Coja una vela y enciéndala.
10. Vuelva al círculo y pida a la siguiente persona que haga lo mismo. Este ciclo debe continuar hasta que todos hayan hablado y se haya formado un círculo de luz.
11. Pida a todos ponerse de pie y recitar la oración por la sanación (opcional según creencias y convicciones de la mayoría de los asistentes)

Materiales requeridos:

- Papeletas
- Esterilla
- Velas y fósforos
- Olla de barro para quemar papeletas
- Flores
- Cinta
- Ayudas visuales para la oración y el juramento

*Señor Jesús,  
Libérame del trauma que sentí.*

*Sáname de todas mis heridas, mis recuerdos dolorosos y mis temores.*

*Te agradezco el estar presente en tiempos de tristeza.*

*Te agradezco el levantar mis cargas.*

*Te agradezco el quitarme mi tristeza, mi dolor, mi duelo.*

*Te agradezco el llenarme de tu amor.*

*Ayúdame a amarme a mí mismo, ayúdame a amar a los otros,*

*porque es sólo en amorosa imitación de tí, Señor,*

*que podemos descubrir las manantiales sanadoras de la vida*

*que harán renacer nuestra tierra*

*y crearán esperanza para el mundo.*

*Amen.*

12. En forma conjunta, reciten el juramento de los adolescentes voluntarios:

Como adolescentes voluntarios prometemos:

ayudar a los niños y niñas de nuestra comunidad a recuperarse de su trauma.

tratarlos con respeto,

amarlos como si fuesen nuestros propios hermanos y hermanas.

Nunca emplearemos violencia ni palabras hirientes al tratar con ellos,

sino les trataremos con dulzura, compasión, paciencia y comprensión.

13. Dirija un canto comunitario

Ceremonias de graduación y distribución de diplomas