

TALLERES PSICOSOCIALES

Guía práctica para trabajar con niños y niñas



© Universidad de Antioquia

Primera edición: 2015

Diagramación: Imprenta Universidad de Antioquia

Impresión: Litografía Dinámica

Equipo de Investigación:

Sandra Milena Alvarán López; Rosa Mateu Pérez; Antonio Caballer Miedes;
Mónica García Renedo; Raquel Flores Buils; José Manuel Gil Beltrán; Mar Valero Valero

Equipo colaborador:

Isabel Cristina Posada Zapata; Sandra Milena Rueda Ramírez; Luz Helena Barrera Pérez;
Diana Patricia Molina Berrio; Paula Andrea Zuluaga Idarraga; Alba Emilce Gaviria Méndez;
Natalia Trujillo Orrego; Dora M. Hernández H.

Prohibida la reproducción total o parcial, por cualquier medio o con cualquier propósito,
sin la autorización escrita del autor.

Datos de contacto

Teléfono: (4) 219 68 51

Correo electrónico: smalvaranl@gmail.com

Esta publicación es resultado del proyecto interuniversitario subvencionado por L'Oficina de Cooperació al Desenvolupament i Solidaritat del Vicerectorat d'internacionalització, Cooperació i Multilingüisme de la Universitat Jaume I de Castellón, España. El contenido de la obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia.

Financiado por:



Sandra Milena Alvarán López

Docente Investigadora Universidad de Antioquia

Facultad Nacional de Salud Pública

Grupo de Investigación y Desarrollo Académico
en Salud Mental (GISAME)

TALLERES PSICOSOCIALES

Guía práctica para trabajar con niños y niñas

Talleres psicosociales y actividades lúdicas
para la promoción de la resiliencia con niños y niñas
entre los 7 y los 12 años de edad

Observatorio Psicosocial de Recursos
en Situaciones de Desastre (OPSIDE UdeA)

2015

Recomendados

Mateu Pérez, Rosa

Flores Buils, Raquel

García Renedo, Mónica

Gil Beltrán, José Manuel

**La resiliencia y el duelo en contextos
educativos. (2013)**

Somos culpables de muchos errores y faltas, pero nuestro peor crimen es el abandono de los niños descuidando la fuente de la vida. Muchas de las cosas que necesitamos pueden esperar. El niño no. Ahora es el momento en que sus huesos se están formando, su sangre se está haciendo y sus sentidos se están desarrollando. A él no podemos contestarle mañana su nombre es hoy

Gabriela Mistral (1976)

INTRODUCCIÓN

Sin dejar de lado el enfoque de déficit, que hasta los años 90 era el predominante en la psicología, también consideramos importante plantear cómo personas que se ven envueltas en una situación traumática, a pesar de experimentar el dolor que ello conlleva, son capaces de forjarse una vida con sentido, rodeados de personas que les han apoyado y han confiado en sus posibilidades y las han promovido. Con ello, estamos hablando de un modelo basado en la resiliencia, un modelo que no sólo se focaliza en los déficits de las personas sino en sus potencialidades. Este enfoque es el desarrollo de un cambio de mirada del ser humano. En este sentido Bello y Ruiz (2002), plantean que:

Los niños y las niñas tienen una enorme capacidad para transformar realidades sociales, cuando se les permite ejercer como personas y sujetos. La impronta que ellos dejan en la sociedad se evidencia, sobre todo, en los espacios, la música, el arte y el lenguaje. Si bien el panorama de violencia compleja, intensa y degradada que vive el país no ofrece muchas esperanzas para el desarrollo adecuado de los menores es necesario que la familia, lo comunitario y lo institucional desplieguen todos los recursos que estén a su alcance para romper el curso de estos hechos. (p. 62)

La construcción del sentido de la vida, la búsqueda de la felicidad, la aceptación de ciertas situaciones adversas y la exigencia del cumplimien-

to de los derechos, se convierten en el punto de partida para impulsar el desarrollo personal y grupal de la infancia que convive en contextos de vulnerabilidad.

Por nuestra parte, entendemos la resiliencia como un proceso que puede ser promovido a partir de una constante interacción entre la persona y su entorno. La resiliencia no es una capacidad absoluta, ni estable, ni tiene límites, sino que es un proceso que se puede desarrollar a lo largo del ciclo vital. Por tanto, es una capacidad universal, que permite el desarrollo de propuestas de intervención con víctimas de problemáticas sociales, de una manera particular con la infancia que no conoce otro mundo diferente a la guerra y sus proyectos de vida los están construyendo en un entramado de relaciones signadas por la violencia debido a la persistencia del conflicto armado.

El objetivo fundamental de esta guía, es proponer alternativas psicosociales para trabajar los factores de riesgo que hacen que se presenten situaciones en la infancia tales como, delincuencia, suicidio, matoneo, consumo de drogas, entre otros indeseables sociales, a través de la promoción de la resiliencia.

En un estudio realizado por Romero y Chávez (2008), se identificó, que los niños, niñas y adolescentes, que se vincularon de manera voluntaria a los grupos armados en Colombia, lo hicieron porque pensaron que así obtendrían reconocimiento social y poder con las armas, porque querían salir de la pobreza modificando su situación social, por vengar la muerte de un pariente, porque estaban buscando protección de algún grupo armado o en algunas ocasiones por decepciones amorosas.

Durante el estudio se desarrollaron una serie de entrevistas que pretendían entre muchas otras cuestiones de investigación, indagar qué llevó a esta población a ingresar en las filas de los grupos armados. A partir de diferentes testimonios recogidos por los investigadores, se llegó a la

conclusión que esta población decidía de manera voluntaria vincularse a los grupos armados, porque veían en las armas un símbolo de poder que les permitía tomar decisiones. De la misma manera, sentían una fascinación por los potentes vehículos, los uniformes y la indumentaria militar. Otro punto que fue crucial para la vinculación de esta población a los grupos armados, tuvo que ver con la aventura. Según testimonios de niños desvinculados, la vida en los campamentos es asociada con la aventura. La investigación resalta que el maltrato infantil y la violencia intrafamiliar han sido una de las principales causas por las que muchos menores habían huido de sus hogares buscando un mejor futuro en alguno de los grupos armados, incluso, muchas niñas habían huido buscando escapar del abuso sexual recibido en sus hogares, muchos menores buscan en los grupos armados el afecto del que carecen en sus hogares.

Para Romero y Chávez (2008), la cotidianidad de la guerra en algunas regiones del país, hace que la población infantil asuma formas de relación social basadas en los valores y los símbolos propios de la guerra. Así entonces, formar parte de un grupo armado se convierte en una expectativa de vida.

El efecto más devastador del conflicto armado sobre la población infantil, que vive en las zonas de alta confrontación, es que asumen valores y costumbres favorables a la violencia. Los niños aprenden con facilidad que las armas dan la «razón», que la fuerza convertida en violencia ofrece espacios de reconocimiento. La infancia en contextos de guerra es privada de los sueños, de los espacios de juego y de las ilusiones. Las bombas, los disparos, las desapariciones, las noticias y los desplazamientos irrumpen de manera inesperada sus cotidianidades, obligándoles a vivir situaciones de adultos, como son la supervivencia en una precariedad generalizada. De igual manera, como indica Bello (2007):

Cuando los procesos de socialización de niños, niñas y jóvenes se desarrollan en contextos de conflicto armado interno como el colombiano, la muerte, el miedo y el terror se instauran como referentes

cotidianos que moldean sus relaciones familiares, vecinales y comunitarias. Cuando la guerra se instaura en la realidad histórica y constitutiva de los niños, niñas y jóvenes, las huellas y las realidades que genera dicho proceso, impactan de manera particular la forma de concebir y relacionarse con el entorno, y por tanto, organizan un modo de ser y hacer que influye de manera considerable las proyecciones futuras que se encuentran en la infancia y la juventud, en proceso de construcción y consolidación y que se anudan de manera dinámica, al presente y futuro forjado por la sociedad (p 1).

Los proyectos de vida de la infancia en contextos de guerra tiene como referentes cotidianos la muerte, el miedo y el terror, estos son con los que la infancia consolida su futuro. A continuación, se sugieren algunas situaciones que se pretende afectar positivamente con los talleres de promoción de la resiliencia.

En la figura 1, se presentan algunos posibles factores de riesgo que están presentes en el contexto colombiano, cabe destacar que no es generalizable, pero sí que son factores que pueden hallarse.

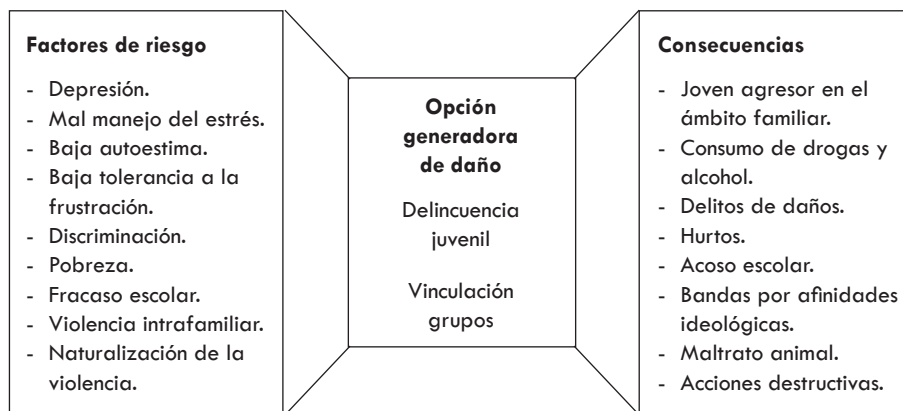


Figura 1. Factores de riesgo de la infancia en contextos de vulnerabilidad.

Teniendo presentes estos factores de riesgo, es importante destacar que la resiliencia es el resultado de los mecanismos que se generan en un proceso de constante interacción entre factores de riesgo y factores de protección.

Los factores de protección se encuentran en contextos particulares como lo son la familia, la cultura, la sociedad, pero también se encuentran en los mecanismos propios del ser humano. Al conjugar los factores protectores en circunstancias desfavorables, se da cabida a la elaboración propia de sentidos positivos que potencian la actuación. A través de los talleres de promoción de la resiliencia se busca la ampliación y la consolidación de factores de protección.

Es importante tener en cuenta que la resiliencia nunca es absoluta, ni es un sustitutivo de las obligaciones del Estado, sino que puede inspirar y exigir determinadas políticas sociales que intervengan para la consecución del bienestar y el libre desarrollo de la infancia. En la figura 2, se presenta el modelo que a efectos de esta guía se propone desde un enfoque de los derechos humanos de la infancia, teniendo en cuenta los modelos de Grotberg (1995), Vanistendael (2005), y Wolin y Wolin (1993).

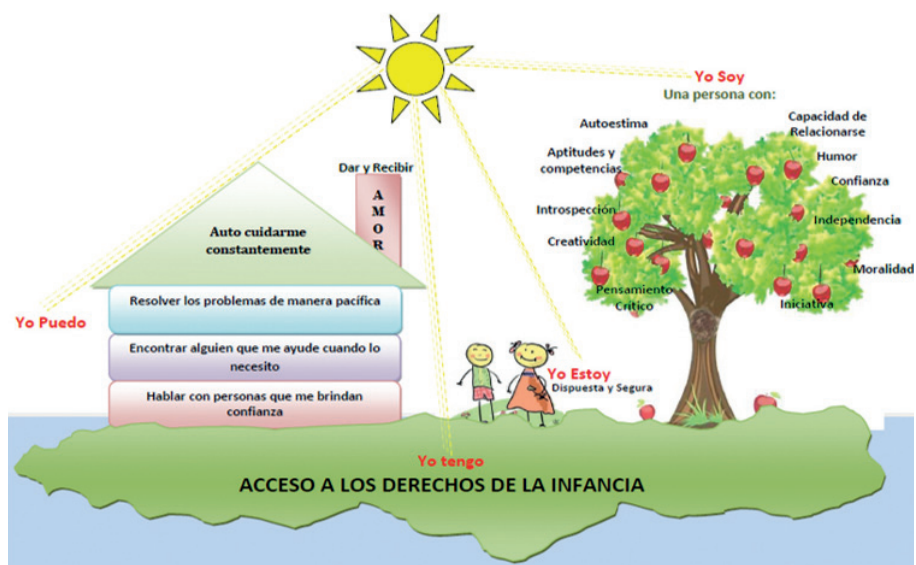


Figura 2. Propuesta de modelo de resiliencia desde un enfoque de los derechos humanos.

Alvarán, Gil-Beltrán, García-Renedo, Caballer y Flores (2012).

Los talleres que se proponen buscan promocionar la resiliencia y contribuir a que los niños vivan una experiencia rodeada de cariño, refuerzos positivos, respeto, entretenimiento, cuidados y amor. La intervención psicosocial propuesta tiene como objetivos prioritarios, por un lado, lograr que los niños tengan acceso a los derechos fundamentales y por otro lado, que puedan adquirir capacidades y cualidades en un entorno protector, que les permita conocer y experimentar otro mundo posible.

Para la aplicación de cada una de las herramientas que se van a proponer en el modelo de resiliencia, se requieren dos elementos fundamentales, por un lado, un espacio lúdico donde los niños puedan divertirse, recrearse, formarse y sobre todo relacionarse con sus compañeros y, por otro lado, la presencia continua de un tutor de resiliencia. La labor fundamental del tutor de resiliencia será ofrecer una relación con cada uno de los participantes, con el fin de crear empatía y confianza. Para Barudy (2011) los tutores de resiliencia deben afianzar las relaciones, de tal manera que los niños:

- Se sientan queridos y respetados y, por tanto, reconocidos como sujetos legítimos en la convivencia con sus pares y con los diversos actores involucrados.
- Reciban informaciones y contenidos metafóricos, como cuentos, historias, piezas de teatro o películas, que les ayuden a tener un mejor conocimiento de sí mismos y de la realidad que les ha tocado vivir.
- Reciban modelos de comportamiento constructivo y altruista.

¿Por qué es importante la creación de un espacio lúdico, recreativo y artístico para la promoción de la resiliencia? Es importante indicar que los niños que perviven en contextos de vulnerabilidad, generalmente instauran el silencio como un elemento protector, el tutor debe respetar y reconocer los límites que presenta este tipo de intervención. Sin embargo, a partir de la experiencia en diversos contextos, se concluyó que una de las mejores formas para promover la resiliencia con niños, es a

partir de la creación de un escenario donde haya videojuegos, deporte, arte y diversión. Un escenario que les permita escapar de su realidad cotidiana, un espacio que les proporcione otro mundo posible y en él se sientan seguros y queridos.

En la figura 3, se presenta el escenario mínimo para la iniciación del proceso de promoción de la resiliencia, un escenario que permita a los niños desconectar de las duras realidades vividas, encauzar sus potenciales, redescubrir creativamente en qué son buenos y disfrutar de un entorno protector, descubrir qué actividades les hacen vibrar (música, dibujo, deportes, danza, artesanía), un espacio que les permita el despliegue de habilidades creativas.

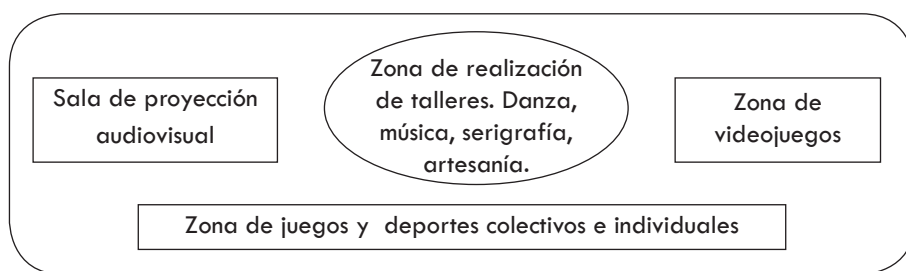


Figura 3. Escenario lúdico y recreativo para encauzar potenciales de la infancia.

A continuación se describe cada espacio para el desarrollo de los talleres.

A. Sala de proyección audiovisual

Las proyecciones audiovisuales, como las películas o los documentales, son una fuente de información muy importante en cualquier proceso de intervención. Estas herramientas permiten a los niños adentrarse en el estudio de la sociedad, conocer diferentes culturas, formar visiones en torno a acontecimientos pasados, presentes y futuros, entrar en contacto con valores, ideas, pensamientos, y actitudes. **Objetivos:** fomentar los valores humanos y sociales. Estos son una prioridad de la intervención psicosocial en contextos de violencia. Es importante resaltar que los niños adquieren

valores imitando la forma de actuar de los adultos y, con el tiempo, escogen unos u otros y los van haciendo suyos influidos en su elección por la familia, los grupos de iguales, la escuela y los medios de comunicación.

Materiales: proyector multimedia, pantalla de proyección visual, altavoces, reproductor DVD, salón acondicionado con sillas, películas.

Actividades: proyección de películas que promuevan la resiliencia. Cada película debe finalizar con una retroalimentación. El tutor hará las siguientes preguntas, bien sea de manera oral mediante de una fotocopia.

1. ¿De qué trató la película? _____					
2. ¿Qué valores se destacan entre los personajes de la historia? (Marcar X)					
Amistad		Responsabilidad		Honestidad	Tolerancia
Solidaridad		Paz		Paciencia	Alegría
Respeto		Perdón		Creatividad	Valentía
3. ¿A qué personaje me parezco y por qué?					
4. ¿Qué valores quiero para mí y por qué?					

B. Zona de realización de talleres

Los talleres serán experiencias donde las niñas adquieran habilidades creativas. Se desarrollarán actividades como talleres de música, danza, artesanía, serigrafía, que permitan a las niñas encontrar actividades en las que se sienten seguras y a gusto. Interesan talleres que potencien las habilidades individuales para que las niñas redescubran creativamente en qué son buenas y disfruten de las actividades. **Objetivos:** buscar alternativas de inserción laboral para las más mayores, así como un punto de encuentro entre la familia, la comunidad y las niñas. **Materiales:** guitarras, baterías, flautas, una máquina de serigrafía e insumos, materiales de artesanía, materiales de oficina, trajes de danza.

Actividades: las niñas participarán de diversos talleres que se harán 2 veces por semana, inicialmente podrán participar de todos, hasta descubrir la actividad que más les agrada y les haga ser felices.

C. Zona de videojuegos

Esta zona es indispensable para el proceso de intervención psicosocial que proponemos. Para Mainer (2006) los usuarios de los videojuegos adquieren cinco aprendizajes significativos mientras juegan los aprendizajes son:

1. Destrezas motoras: los usuarios pueden probar y practicar nuevos movimientos de actuación que les dan uniformidad y regularidad en su manera de proceder derivada de su experiencia de juego.
2. Información verbal: los juegos incluyen un amplio contenido verbal y escrito que el usuario tiene la obligación de comprender y asimilar para continuar la partida.
3. Destrezas intelectuales: los jugadores aprenden a conectar la información dada y crean redes de significados.
4. Actitudes: es muy usual que un jugador mantenga una ética moral de juego para con los demás jugadores.
5. Estrategias cognitivas: potencian una mayor atención/concentración en la lectura y memorización.

En la actualidad se evidencia un cambio radical en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Las herramientas de que se dispone en el ahora, permiten desarrollar diversas destrezas que anteriormente presentaban niveles de dificultad mayor. Sin embargo, en este mundo globalizado de las tendencias tecnológicas, hay mensajes que logran causar perjuicios para el conjunto de la sociedad. Tal es el caso de los videojuegos basados en escenas de violencia. Para el desarrollo de la intervención psicosocial, proponemos videojuegos basados en potenciar las habilidades y el sistema de valores de las niñas.

Objetivos: aprender valores humanos. Adquirir habilidades de estimulación auditiva-visual y estrategias para el aprendizaje como: resolución de problemas, aprendizaje de secuencias, razonamiento deductivo y memorización.

Materiales: televisores, consolas, videojuegos.

Actividades: el tutor organizará grupos dependiendo de la disponibilidad de consolas. Diseñará un horario consensuado con las niñas (se sugieren 30 minutos c/u. Tres veces por semana).

D. Zona de juegos y deportes colectivos e individuales

Es importante indicar que el proceso de intervención que se llevó a cabo en Soacha, Cundinamarca, centró su atención en el fútbol debido a las limitaciones presupuestarias. Sin embargo, es importante destacar que el fútbol es un deporte que genera mayor competitividad, un valor que no interesa para los intereses de la promoción de la resiliencia propuestos. Se sugiere entonces, juegos cooperativos, ya que estos buscan disminuir las manifestaciones de agresividad, promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad.

Objetivos: facilitar el encuentro de todos y cada uno de los participantes y el acercamiento a la naturaleza. Alcanzar la participación de todos y todas, predominando los objetivos colectivos sobre las metas individuales. Que los niños puedan jugar con sus otros semejantes y no contra los otros. Que los niños puedan superar desafíos u obstáculos y no para superar a los otros. **Materiales:** dependiendo de cada actividad propuesta. (Obstáculos, vendajes, balones, maderas, etc.). **Actividades:** sugerimos iniciar todas las sesiones con un juego cooperativo y hacerlos durante la semana en los descansos o momentos de esparcimiento.

En este trabajo se reconoce la importancia del enfoque de género, también en la reivindicación a través del escrito, sin embargo, para facilitar la lectura, cuando se hace referencia a niñas, se incluyen niños y niñas.

TALLERES PSICOSOCIALES PARA PROMOVER LA RESILIENCIA

El programa de promoción de la resiliencia que se propone, está diseñado para llevarse a cabo en seis meses. Se realizarán 4 talleres por mes.

En la siguiente lista de chequeo se pueden registrar los talleres que se van realizando. Es importante seguir el orden propuesto. Le invitamos a señalar la casilla cuando haya hecho el taller.

MES	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
Mes 1				
Mes 2				
Mes 3				
Mes 4				
Mes 5				
Mes 6				

Estructura de trabajo mensual

Cada mes se centrará en trabajar con las niñas una habilidad individual o colectiva de la resiliencia. Los talleres no solo entrenarán estas habilidades individuales, también aportarán elementos para la creación de entornos protectores (escuela, familia).

MES	HABILIDADES
1	Empatía, confianza.
2	Introspección, reconocimiento de emociones.
3	Expresión de sentimientos
4	Inteligencia emocional
5	Pensamiento crítico, autoestima, creatividad, humor.
6	Resolución pacífica de conflictos, habilidades de comunicación, constructores de paz, protección de la naturaleza.

Estructura de las sesiones

Cada sesión se desarrollará en 60 minutos.

DURACIÓN	ACTIVIDAD
15´ min	Juego cooperativo
30´ min	Taller
15´ min	Retroalimentación

Juegos cooperativos

El objetivo fundamental de estos juegos, es facilitar el encuentro de todos y cada uno de los participantes, predominando en el juego los objetivos colectivos sobre las metas individuales. Que las niñas puedan jugar con sus otros semejantes y no contra los otros. Que las niñas puedan superar desafíos u obstáculos y no para superar a los otros. Los juegos cooperativos son aquellos en los que la diversión prima por encima del resultado, en los que no suele existir ganadores ni perdedores, los que no excluyen, sino que integran, los que fomentan la participación de todos y en los que la ayuda y la cooperación de los participantes son necesarias para superar un objetivo o reto común.



Juego 1. Paseo por el lago encantado

Objetivos: construir relaciones sociales positivas, favorecer la comunicación y la participación. Los participantes no competirán entre ellos, su objetivo será trabajar juntos para conseguir la meta. **Materiales:** aros, tizas, piedras, música. **Actividades:** se ubican todos los aros dentro de un espacio delimitado dibujado con la tiza. Se indicará a los participantes que el espacio delimitado es un lago encantado que nadie puede pisar ya que si alguien cae se le congelará el corazón. Solo se puede pisar en el interior de los aros, que son piedras que sobresalen en la superficie del lago. Si alguien cae al lago queda congelado en el mismo lugar donde cayó y no puede moverse hasta que otro jugador lo rescate. Para ello, un jugador debe deshelar el corazón del compañero encantado, dándole un fuerte abrazo y un beso. El objetivo del grupo es procurar que no haya jugadores encantados.

Juego 2. El lapicero en la botella

Objetivo: superar las relaciones competitivas a través de la creación de un clima de aprecio y distensión entre los participantes que posibilite el trabajo en equipo. **Materiales:** botella, palillo, cabuya. **Actividades:** se coloca una botella de pie en el suelo, en la mitad de todo el grupo. Se prepara un lapicero o un palillo de madera de aproximadamente 20 cm, se sujeta con 10 trozos de cabuya de 2 m cada una. Se piden 10 voluntarios para la actividad. Cada participante sujetará la cuerda con la mano izquierda en el extremo lejano e intentarán entre todos que el lapicero entre por la boca de la botella. Después lo intentará otro grupo. Cuantas más cuerdas sujeten el lapicero, el ejercicio será más difícil y cooperativo. También será más difícil si las cuerdas son más largas o cada cuerda la sujetan varias personas.

Juego 3. La botella

Objetivos: cooperación entre todos, toma de decisiones. Generar sentimientos de pertenencia al formar parte de un grupo. Crear un ambiente de relajación y contacto con los compañeros. **Materiales:** lazos,

botella de gaseosa vacía, música de relajación. **Actividades:** con los lazos se realiza la figura de una botella grande, todos deben caber acostados en esa botella. Se les pide a los participantes que se acuesten y escuchen música. Es importante que los tutores tengan paciencia en lograr que todos se concentren y se sientan relajados, no hay necesidad de apresurarse. Cuando ya estén concentrados en la música se les felicita por la botella que han realizado. El tutor empieza a decirles las siguientes palabras: Vamos a respirar por la nariz y botamos el aire por la boca, repite este mensaje 5 veces. Luego les enseña la botella de gaseosa vacía, y les dice: Yo tengo mucha sed, cuando yo tome gaseosa todos ustedes deben ir hacia el pico de la botella, sin levantarse, sin hacerse daño, despacio, porque si van muy rápido me voy a ahogar, y cuando baje la botella deben volver a bajar, despacito para llenar nuevamente la botella. Este ejercicio se hace varias veces, beber y llenar. Es un ejercicio muy divertido y a la vez tranquilo. Se pueden construir barcos, coches... e irse de viaje a algún sitio donde todos decidan, se puede, por ejemplo, dibujar un punto de partida (Medellín) y un punto de llegada (San Andrés) y el carro se va moviendo por todo el escenario.

Juego 4. Río de pirañas

Objetivo: colaborar en el mantenimiento del equilibrio grupal. **Materiales:** tizas, elementos como sillas, bolsos, escobas, baldes... elementos que puedan ser transportados por los niños sin causarles daño y que sean adecuados a su peso corporal. **Actividades:** se dibuja un puente en un espacio abierto (puede ser el patio), el puente que sea de una amplitud de 50 cm. Se ubican todos los participantes en un punto de partida definido por el tutor. Los participantes deberán atravesar un río infestado de pirañas a través del puente, no se pueden caer de ese puente ni pisar las líneas limítrofes. Tienen que mantener el equilibrio para pasar de un lado a otro transportando los materiales. Cada participante hará un recorrido de ida y otro de vuelta, en la ida dejará el material y se regresará. El tutor pedirá a los participantes que inicien su recorrido, es

importante que en el puente haya varios participantes, el tutor puede entonces enviar grupos de 6 niños, la idea es que se encuentren en el camino y resuelvan formas colaborativas para pasar por el puente sin caerse al agua.

Juego 5. Sillas cooperativas

Objetivo: superar las relaciones competitivas a través de la creación de un clima cooperativo. **Materiales:** sillas plásticas, músicaailable. **Actividades:** este juego consiste en colocar las sillas y cada participante se pondrá delante de su silla. El que dirige el juego conecta la música. En ese momento todos los participantes empiezan a dar vueltas alrededor de las sillas. Cuando se apaga la música todos los participantes tienen que sentarse en una silla. Después se quita una silla y se continúa el juego. Cuando la música inicia nuevamente todos dan vueltas alrededor de las sillas. Cuando se apaga la música todos deben quedar sentados, ningún participante puede quedar con los pies en el suelo, si algún participante pone los pies en el suelo, pierden todos.

Juego 6. El lazo humano que atrapa

Objetivo: favorecer la coordinación entre varias personas y promover el trabajo en equipo. **Materiales:** espacio abierto. **Actividades:** en principio inician dos participantes tomados de la mano, estos van atrapando a gente que se les va uniendo tomados por las manos. La finalidad es que se forme un lazo con todos los participantes. Se trata de atrapar compañeros para que se unan y empiecen a cooperar para atrapar a los otros.

Juego 7. Sigue la historia

Objetivos: sensibilizar sobre la importancia de la construcción de historias de manera colectiva y explorar elementos creativos en la narrativa. **Actividades:** Se elige un tema que le guste a la mayoría de los participantes (naturaleza, deportes, música...). Un miembro del grupo inicia una historia, narrará durante 1 min lo que se le venga a la cabeza

sobre el tema seleccionado. Al finalizar inicia el otro compañero y así sucesivamente hasta construir una historia conjunta.

Juego 8. Formemos un puente

Objetivos: fomentar el cuidado por el otro y la búsqueda de bienes comunes. **Materiales:** tizas, un trozo de madera de 20 cm. **Actividades:** consiste en tratar de coger la esencia de la vida (será representada en un trozo de madera) que se encuentra en un hueco profundo (imaginario) se dibujará un círculo que delimite el espacio. Los participantes se ingeniarán la forma de hacer una clase de puente para coger la esencia de la vida en un tiempo delimitado. Para llegar ahí se deben utilizar solo las prendas de vestir o algo que tengan en la mano (sin pisar el espacio delimitado). Si alguien pisa por fuera o los límites, pierden todos. En el juego no se puede hablar, todo tiene que ser por señas.

Juego 9. Todos en el barco o todos en el suelo

Objetivos: promover el cuidado por el otro, incentivar el contacto físico y emocional con el otro para generar valores de amistad y solidaridad. **Materiales:** espacio abierto. **Actividades:** se trata de conseguir que todos suban en un espacio muy estrecho en relación con los participantes (ubicar una mesa, una pared, un coche, unas escalas... un lugar que sea seguro y evite que se hagan daño). El tutor invita al grupo a subirse sobre el barco el mayor número posible de participantes en un tiempo limitado (3 min), si transcurrido el tiempo queda algún participante por fuera del lugar destinado, perderán todos.

Juego 10. Gallinitas ciegas

Objetivo: favorecer relaciones grupales colaborativas. **Materiales:** antifaces para cada participante. **Actividades:** todos los participantes se transforman en gallinitas ciegas. Las gallinitas están perdidas, alguien se ha dejado la puerta abierta y han salido al campo. Se hace de noche y quieren volver al corral. Para volver al corral deben unirse en grupo y asegurarse de que estén todas las gallinitas. Con los ojos tapados, los

participantes se mueven por un espacio delimitado. El objetivo es reconocer a los compañeros y acabar todos en grupo. Al principio del juego, todas las gallinitas se mueven por la sala para mezclarse, haciendo ruido de gallinitas. Dos personas se encuentran, palpándose la cabeza y tomándose de la mano, intentan descubrir de quién se trata. Cuando están seguros de quién se trata, dicen el nombre de la otra persona en voz alta, a lo que se responde sí o no. Si los dos aciertan se unen de la mano y van en busca de las otras gallinitas. Si uno de los dos no acierta, pueden seguir intentándolo y buscar a otra persona que puedan reconocer más fácilmente. Cuando se logren unir todos deben caminar hacia el corral, el tutor les indicará si están todos completos o les hace falta alguna gallinita.

Juego 11. Transportando el globo

Objetivo: desarrollar estrategias de trabajo colectivo para la conquista de propósitos. **Materiales:** globos con agua y costales. **Actividades:** se trata de transportar un globo lleno de agua de un sitio a otro. El tutor conformará parejas y a cada una de ellas se le entregará un costal. Entre todos harán un puente de costales y deben ir pasando el globo tirándolo al aire, intentando que cada pareja pueda coordinar el movimiento para que lo pasen a las otras parejas. Si el globo cae pierden todos.

Juego 12. El puente humano

Objetivos: permitir el contacto físico y el cuidado de los otros. **Actividades:** se ubican todos los participantes en una fila, todos de frente, abren sus brazos y abrazan a los dos compañeros de cada lado, creando así un puente. Los más pequeños del grupo deben atravesar el puente, abrazados a sus compañeros y deben pasar de un lado a otro.

Encuentros familiares

Estos encuentros serán un instrumento para intercambiar experiencias con los padres, madres o cuidadores sobre las prácticas de crianza y para animarles a fortalecer el hogar como un entorno protector. De igual manera, es un espacio para que se reflexione sobre las prácticas en la educación de los hijos. Estos encuentros son para reforzar el entorno protector en la familia.



1. Refuerzos positivos

Objetivos: utilizar una película para hablar de los valores familiares, identificarlos y relacionarlos con las situaciones ajenas y posteriormente con las personales. Promover la empatía, el amor y la sensibilidad hacia el otro (hijo, hija, madre, padre, cuidador). **Materiales:** película: En busca de la felicidad. Palomitas, refrescos, golosinas, diploma de reconocimiento público (este diploma, será personalizado, cada niña tendrá el reconocimiento del valor positivo que más sobresalga en ella). **Desarrollo:** Paso 1. El ambiente de este taller debe diferenciarse de cualquier otra proyección semanal. Las niñas estarán acompañadas por sus familiares. Paso 2. Proyección de la película acompañada de palomitas y refrescos. Paso 3. Finalizada la proyección, el tutor leerá en voz alta el diploma de reconocimiento público de cada niña y lo entregará a sus familiares.



Diploma de reconocimiento público.

2. ¿Conozco a mis hijos?

Objetivo: ofrecer elementos para que los padres descubran la importancia de conocer todos los aspectos de la vida de sus hijos. **Materiales:** hojas, bolígrafos, fotocopias de cuestionario. **Desarrollo:** cada padre o cuidador escribe la historia de su vida, lo más auténtica posible. Se dan algunas pautas para su elaboración: buscar un título sugestivo con relación a los hechos más importantes, comenzar con algunos datos biográficos, una anécdota interesante, los momentos más felices y los mayores disgustos. **Definirse a sí mismo:** dos cualidades, dos defectos, aficiones, qué tiene proyectado para el futuro, cómo es la relación con sus hijos y con su familia, qué aspectos le preocupan actualmente. Después de 15 min se forman grupos de 6 personas y cada uno lee su historia. Terminado el ejercicio responden las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron contando la historia de su vida al grupo? ¿Qué descubrí en mis compañeros? Al finalizar la socialización, se le entrega a cada padre o cuidador el siguiente cuestionario:

1. ¿Cuál es la fecha del cumpleaños de su hijo(a)?
2. ¿Cómo se llama la mejor amiga(o) de su hijo(a)?
3. ¿Cuál es la materia de estudio que más le interesa a su hijo(a)?
4. ¿Cómo se llama el director de grupo de su hijo(a)?
5. ¿Cuál es la actividad favorita de su hijo(a)?
6. ¿Cuál es la mayor habilidad/disposición de su hijo(a)?
7. ¿En qué situaciones se siente seguro su hijo(a)?
8. ¿En qué situaciones se siente inseguro su hijo(a)?
9. ¿Qué es lo que más le desagrada a su hijo(a) de sí mismo(a)?
10. ¿Qué es lo que su hijo(a) más admira en usted?
11. ¿Cuál es la persona favorita de su hijo(a) en la familia?
12. ¿Qué clase de lecturas prefiere su hijo(a)?
13. ¿Cuál ha sido el momento más feliz de la vida de su hijo(a)?
14. ¿Cuál ha sido el momento más triste en la vida de su hijo(a)?
15. ¿Qué actividades le gustaría a su hijo(a) compartir con usted?
16. ¿A qué le tiene miedo su hijo(a)?

17. ¿En este momento qué es lo que más necesita su hijo(a) de usted?
18. ¿Qué piensa su hijo(a) acerca del amor?
19. ¿Qué planes y proyectos futuros tiene su hijo(a)?

Cuando todos hayan finalizado el cuestionario, se harán las siguientes preguntas. ¿Por qué es importante conocer a nuestros hijos? ¿Qué me comprometo a hacer para conocer más a mi hijo?

El tutor cerrará la sesión haciendo esta pequeña reflexión: El conocimiento de los hijos es esencial dentro de un programa educativo familiar. Para conocer a los hijos es necesario tener presente las etapas evolutivas de su desarrollo, adaptarse a ellos, comprender que tienen una visión diferente de las cosas, su proceso de madurez y que lentamente adquieren experiencia frente a la vida. No imponer nuestra forma de actuar o pensar. Además, es necesario observar a los hijos fuera del contexto familiar: en el colegio, en la vida social, en sus actividades extraescolares. Jamás se acaba de conocer a un hijo, él siempre está en continua evolución, siempre habrá algo nuevo y diferente por descubrir, por eso es importante estar a su lado.

3. Educar para la no violencia

Objetivo: valorar la opción por la no violencia y el trabajo por la paz, dentro del ambiente familiar. **Desarrollo:** el tutor indica a los participantes que se va a jugar el juego de los cubiertos. El tutor explica el juego a los padres de familia, dando las características de cada uno de los cubiertos: **El tenedor:** pincha, desgarrar, molesta. Si se acerca lo hace hiriendo, deja a los demás resentidos. **La cuchara:** empuja, anima, lo hace suavemente, sin herir, reúne, facilita las cosas, recoge lo disperso. El cuchillo: corta, separa, divide, la aísla, hiere.

Se invita a reflexionar: ¿Qué papel desempeña usted en su familia: tenedor, cuchara o cuchillo? ¿Qué características de uno o de otro reconoce en usted? Intente definirse. Una vez realizada la reflexión personal, los participantes se organizan por parejas y cada uno manifiesta cómo se

reconoce. El ejercicio da la posibilidad a cada participante de expresar qué sintió, qué ha descubierto en el otro y qué puede concluir de la experiencia. El tutor leerá esta historieta y al finalizarla preguntará a los participantes: ¿Qué estrategias utilizaremos para la paz en el hogar?:

Érase una vez un rey que ofreció un gran premio a aquel artista que pudiera captar una pintura perfecta de la paz. Muchos artistas lo intentaron. El rey observó y admiró todas las pinturas, pero solo había dos que realmente le gustaban y tuvo que escoger entre ellas. La primera era un lago muy tranquilo. Este lago era un espejo perfecto en el cual se reflejaban las plácidas montañas que lo rodeaban. Por encima de ellas podía verse un cielo muy azul con tenues nubes blancas. Todos los que la veían pensaban que reflejaba la paz perfecta. La segunda pintura también tenía montañas. Aunque, en este caso, eran puntiagudas y descubiertas. Sobre ellas, había un cielo furioso. Había una tormenta con rayos y truenos. Bajo la montaña, había un torrente de agua. Todo esto no parecía muy pacífico. Sin embargo, cuando el rey observó la pintura atentamente vio tras la cascada un arbusto delicado creciendo en una grieta de la roca. En este arbusto había un nido. Allí, en medio del barullo de la violenta caída del agua, estaba asentado plácidamente un pajarillo en su nido... ¿Paz perfecta...? ¿Cuál crees que fue la pintura ganadora? El rey escogió la segunda. ¿Sabes por qué? “Porque —dijo el rey— la paz no significa estar en un lugar sin ruido, sin problemas, sin trabajar duro o sin dolor. La paz significa que, aun estando en medio de todas estas cosas, sepamos quedarnos en calma dentro de nuestro corazón. Este es el verdadero significado de la paz. Significa que la paz no es solo no tener ningún problema, sino que cuando lo tengamos, lo podamos resolver de forma pacífica.

4. Autoridad familiar

Objetivo: Ofrecer elementos para que los padres de familia reflexionen sobre la necesidad de una autoridad equilibrada, serena, compartida, con espíritu de crítica y revisión. **Desarrollo:** se lee en voz alta y con música de fondo el poema: Papá no me pegues.

Papá ¡Tus golpes no sólo hieren mi cuerpo, golpean mi corazón! Me hacen duro y rebelde, terco, torpe y agresivo. Tus golpes me hacen sentir miserable, pequeño e indigno de ti, mi héroe. Tus golpes me llenan de amargura, bloquean mi capacidad de amar, acrecientan mis temores y nace y crece en mí odio. Papi, tus golpes me alejan de ti, me enseñan a mentir, cortan mi iniciativa y creatividad, mi alegría y mi espontaneidad! No me golpees más... soy débil e indefenso ante tu fuerza. Tus golpes enlutan mi camino, y sobre todo, endurecen mi alma. La fuerza de tu razón es superior a la fuerza de tus golpes. Si no te entiendo hoy ¡pronto lo haré! Si eres justo e insistes en explicarme... Más efectivos y grandiosos son tu afecto, tus caricias, tus palabras. Papi tu grandeza no está en el poder de tu fuerza física, Tú, mi héroe, eres mucho más cuando no necesitas de ella para guiarme.

El tutor preguntará a los participantes: ¿Qué frase les ha llamado más la atención? ¿Con cuál de ellas se sienten identificados? ¿Qué otras formas no violentas conocemos para corregir el mal comportamiento? ¿Qué acciones hacemos para animar a los hijos en las buenas acciones? Para finalizar, se le entregará a cada participante la siguiente tarjeta.

La autoridad es factor de crecimiento. Podemos señalar algunas actitudes básicas para una auténtica autoridad:

- a. Desaparece la autoridad como poder, nadie tiene derecho a dominar a nadie.
- b. Nace y debe existir la autoridad como servicio. Es un instrumento insustituible del que disponen los miembros de una familia para llegar a la madurez y a la realización.
- c. La autoridad de animación, a través de la cual se exponen puntos de vista, se razonan conflictos, se programan aspiraciones y surgen motivaciones profundas de comportamiento.
- d. La autoridad compartida.
- e. La autoridad con espíritu de crítica y revisión. Los miembros de la familia están siempre dispuestos a reconocer los errores, a subsanarlos y a progresar.

Mes 1

Empatía, confianza



Hoja de ruta

Encuentro	Taller	Hecho
1	Identificación de factores de riesgo y factores protectores.	
2	Cine Foro Billy Elliot.	
3	El lazarillo.	
4	Con la chaqueta de otro.	

1. Algunas pautas para acercarse a la identificación de factores de riesgo y factores protectores

La resiliencia comprendida como un proceso que revive las capacidades que tienen los seres humanos para intuir y crear a pesar de sus dificultades, plantea que existen situaciones que pueden poner en riesgo el funcionamiento de los sujetos, a estas situaciones que amenazan la estabilidad de las personas se les denomina factores de riesgo. Para Matéu, R., Flores, R., García-Renedo, M. y Gil, J-M. (2013), estos son los principales factores de riesgo que diferentes autores han encontrado en sus investigaciones: pobreza crónica y psicopatología Werner y Smith (1982); disfunción familiar Garmezy (1991); género masculino, Rutter (1987); pobreza, Garmezy (1991); pobreza y fracaso escolar Loesel (1994); violencia familiar, la muerte y la guerra Masten y Coasworth (1998); trastornos psicológicos, conductas adictivas de los padres, muerte de uno de los padres, apegos inseguros, factores sociales o ambientales adversos (pobreza), problemas crónicos de salud, guerras, catástrofes naturales Theis (2005); violencia contextual organizada y maltrato intrafamiliar Barudy y Marquebreucq (2006). *Los factores de riesgo de la resiliencia* son aquellas características, contextos o cualidades de las personas, grupos o comunidades que contienen en sí un alto grado de probabilidad de causar daños. Es importante destacar que la identificación de los factores de riesgo ha permitido también a los investigadores, el reconocimiento de factores protectores de las niñas y del ambiente que hacen que estas no desarrollen ninguna patología e incluso puedan resultar fortalecidas. *Los factores protectores de la resiliencia*, son las habilidades (que se pueden adquirir) que tiene la persona para enfrentarse de una manera efectiva a las situaciones vulnerables. Estos, son dados por las capacidades internas del ser y los recursos que le brinda el ambiente en donde se desenvuelve (familia, colegio, comunidad, entre otros). En este orden de ideas, resaltamos el marco conceptual llevado a cabo por Torres-

Gerosa (2002), utilizado en un proyecto desarrollado en Brasil, Perú, Chile y Argentina. Este marco destaca los factores protectores de la resiliencia en niños. En la figura 4, se desarrollan los factores protectores identificados por Torres-Gerosa (2002).

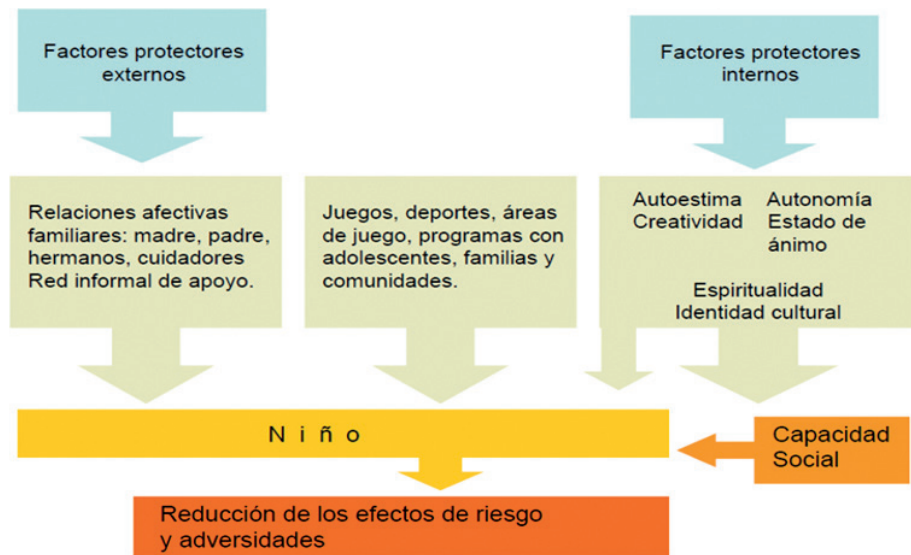


Figura 4. Factores protectores de la resiliencia.

Es importante que los tutores puedan identificar los factores protectores de las niñas, de esta manera podrán focalizar la acción en fortalecerlos. Los siguientes son los factores de riesgo que probablemente encontremos en nuestros entornos; a continuación presentamos algunas pautas que permitirán identificar posibles riesgos. Se presentan indicadores que sugieren alguna situación de dificultad para la niña; mediante los talleres psicosociales se tiene la intención de afectar positivamente estas posibles dificultades.

a. Maltrato infantil

Indicador	Evaluación del riesgo				
Demuestra cambios repentinos en la vida escolar	No demuestra cambios repentinos	Rara vez muestra cambios repentinos	Algunas veces muestra cambios repentinos	Casi siempre muestra cambios repentinos	Siempre muestra cambios repentinos
	1	2	3	4	5
Tiene problemas de aprendizaje que no pueden ser atribuidos a una causa física o psicológica específica	Su rendimiento académico es excelente	Su rendimiento académico es bueno	Su rendimiento académico es normal	Su rendimiento académico es malo	Su rendimiento académico es deficiente
	1	2	3	4	5
Se concentra con dificultad	Siempre está concentrado	Casi siempre está concentrado	A veces se concentra con dificultad	Casi siempre se concentra con dificultad	Siempre se concentra con dificultad
	1	2	3	4	5
Siempre está alerta, como si algo malo le pudiera ocurrir	Siempre se le ve con mucha confianza	Casi siempre se le ve con mucha confianza	A veces se le ve con mucha confianza	Casi siempre está desconfiado	Siempre está desconfiado
	1	2	3	4	5
Presencia de lesiones	Nunca ha tenido lesiones	Raras veces presenta lesiones	Algunas veces presenta lesiones	Casi siempre presenta lesiones	Siempre presenta lesiones
	1	2	3	4	5
Valoración. Suma los puntos.					
Puntaje	5	10	15	20	25
Nivel de riesgo	Ninguno	Bajo	Medio	Alto	Muy alto

b. Depresión

INDICADOR	DEFINICIÓN (Vega, 2003)	X			
Irritabilidad	Mal humor e intolerancia.				
Falta de interés	La niña demuestra poco interés por la escuela, la familia, las cosas que antes hacía y que le gustaba, deja de bañarse y de arreglarse, esto puede ir acompañado de bajas calificaciones y de aislamiento de la familia y de los amigos.				
Bajo apetito	A la hora de comer, deja toda la comida en el plato o solo come poco.				
Insomnio	No puede conciliar el sueño y al otro día se niega a levantarse para ir a la escuela.				
Problemas con drogas	Consumen drogas o dicen quererlas consumir.				
Problemas con alcohol	Consumen bebidas alcohólicas o dicen quererlas consumir.				
Pensamientos sobre la muerte	Suicidio y hacerse daño, por ejemplo, cortándose o manifestando su inconformidad con la vida, frases como no quiero vivir.				
Muestran baja tolerancia a la frustración	Se desesperan ante cualquier contratiempo, sin mostrar estrategias o recursos para afrontarlo. Se altera fácilmente cuando pierde un juego.				
Tienen una visión negativa o pesimista de la vida	Tienden a poner el foco de su atención en los aspectos negativos o los contras de las situaciones. Infravaloran las ventajas.				
Bajo nivel energético	Pocas ganas de moverse o de hacer cosas, lentitud o cansancio constante.				
Evaluación del riesgo					
Puntaje	Se cumplen 1-2	Se cumplen 3-4	Se cumplen 5-6	Se cumplen 7-8	Se cumplen 9-10
Nivel de riesgo	Ninguno	Bajo	Medio	Alto	Muy alto

Es importante recalcar, que esta guía no tiene como objetivo generar diagnósticos, estas actividades que se proponen son una herramienta para que los tutores puedan reconocer algunos elementos importantes a

la hora de desarrollar el trabajo. Se sugiere a los tutores que en dado caso encuentren una niña con problemáticas muy difíciles de resolver, soliciten apoyo a las entidades locales o departamentales, para que puedan remitir los casos que consideran requieren de otro tipo de soluciones, pero animándoles a pensar que no todos los niños desarrollan trastorno de déficit de atención por hiperactividad (TDH), por ejemplo, que sean activos no significa que hayan desarrollado un trastorno, les invitamos a verlos como unos niños altamente creativos.

c. Baja autoestima

(Rodríguez, 2004).					
Por lo general las niñas con baja autoestima verbalizan frases como:					
Sensación	Frase verbalizada	X			
Impotencia	No puedo hacer nada bien.				
Minusvaloración	No puedo hacer las cosas tan bien como los otros.				
Indefensión, incapacidad	No quiero intentarlo. Sé que no me va a ir bien.				
Autonegación	Sé que no lo puedo hacer.				
Anticipación negativa de la realidad	Sé que no voy a tener éxito.				
Inaceptación psicofísica, baja imagen corporal.	No me gusta mi cuerpo. No me gusta mi color.				
Busca modelos que imitar, no siempre con valores	Quisiera ser otra persona.				
Evaluación del riesgo					
Puntaje	No se cumple ninguna	Se cumple 1-2	Se cumplen 3-4	Se cumplen 5-6	Se cumplen 7
Nivel de Riesgo	Ninguno	Bajo	Medio	Alto	Muy alto

Avanzados en estos tres elementos para identificar factores de riesgo, es de suma importancia, recalcar que el objetivo no es generalizar a las niñas, tampoco diagnosticarlas. Estos indicadores se presentan para que los tutores tengan una aproximación a las realidades. Estos indicadores pueden ser detectados en los juegos cotidianos, en el desarrollo de las

clases, en la calle. Invitamos al tutor a ser observador de todos los procesos, pues es en la medida en que desarrolla estas habilidades que puede llegar a identificar las problemáticas que rodean a las niñas. De igual manera, el diálogo fluido y constante con los padres, madres o cuidadores de las niñas, le permitirá, al tutor, conocer aún más las realidades.

d. Naturalización de la guerra

Indicador						X
En sus dibujos hay armas (se pedirá a las niñas que hagan un collage con recortes de revistas, y se les invita a dibujar su país. La frase provocadora será: vamos a dibujar cómo es nuestro país, para enseñárselo a personas que nunca han venido aquí.						
En sus dibujos hay muertos y sangre.						
En sus dibujos hay actores armados.						
Ha construido juguetes relacionados con pistolas. Se les facilitan trozos de madera y se les pide que diseñen su juguete favorito.						
Ha construido juguetes relacionados con cuchillos.						
Ha construido juguetes relacionados con carros blindados.						
Sus expectativas de futuro están relacionadas con los grupos armados, Preguntar a las niñas ¿qué quieren ser cuando sean mayores?						
Evaluación del riesgo						
Puntaje	No se cumple ninguna	Se cumplen 1 o 2	Se cumplen 3 o 4	Se cumplen 5 o 6	Se cumplen 7	
Nivel de riesgo	Ninguno	Bajo	Medio	Alto	Muy alto	

e. Pobreza

Indicador						X
Pobreza de subsistencia (cuando la alimentación es insuficiente).						
Pobreza de subsistencia (cuando el abrigo es insuficiente).						
Cuando los sistemas de salud son ineficientes.						
Cuando no se les protege de la violencia o la carrera armamentista.						
Pobreza de entendimiento (debido a la deficiente calidad de la educación).						
Pobreza de participación (debido a la marginación y la discriminación de las mujeres, los niños o las minorías étnicas).						

Indicador					X
Pobreza de identidad (cuando se imponen valores extraños a las culturas locales y regionales, o se obliga al desplazamiento).					
Evaluación del riesgo					
Puntaje	No se cumple ninguna	Se cumplen 1 o 2	Se cumplen 3 o 4	Se cumplen 5 o 6	Se cumplen 7
Nivel de riesgo	Ninguno	Bajo	Medio	Alto	Muy alto

Esta fase de identificación tardará el tiempo que sea necesario. Es importante que el tutor se vincule lo que más pueda en los procesos de las niñas para así poder acercarse más a su realidad. Una vez se tengan identificados algunos posibles factores de riesgo, se deben identificar los factores protectores.

Factores protectores identificados	Factores	X	Personas	Instituciones
	Relaciones afectivas			
	Espiritualidad			
	Habilidades deportivas			
	Habilidades artísticas			
	Identidad cultural			
	Creatividad			
	Autonomía			
OBSERVACIONES				

Es importante que el tutor pueda reconocer los factores protectores en el entorno y en las niñas, ya que desde allí se deberá centrar la intervención. En las experiencias que hemos tenido con diversos colectivos, el deporte, las habilidades artísticas, la creatividad y la espiritualidad,

han sido sobresalientes, por lo que proponemos talleres que articulen estos factores.

2. Cine Foro Billy Elliot

Objetivo: a través de una proyección audiovisual que narra la enternecedora historia de un niño que habrá de luchar contra los estereotipos y los prejuicios de un pueblo de mente cerrada, bajo el símbolo de unas zapatillas de ballet que le pone en contra de todos sus vecinos, y a veces de sí mismo, por no querer ser boxeador, sino dedicarse al baile, lograr reconocer el valor de la confianza en sí mismo y en los demás.

Materiales: película Billy Elliot. Este taller es diferente a las proyecciones que se desarrollarán en el escenario durante las semanas. Para este taller interesa incentivar la confianza como un valor humano. El lugar de proyección deberá estar decorado con personajes históricos que confiaron en sí mismos y lograron cumplir sus sueños (personajes conocidos por el tutor(a) para que pueda contar la historia a los participantes.

Actividades: Paso 1. El ambiente de este taller debe diferenciarse de cualquier otra proyección semanal. Paso 2. Proyección de la película acompañada de palomitas y refrescos. Paso 3. Una vez vista la película realizará las siguientes preguntas: ¿qué es el valor de la confianza? ¿En qué momento Billy confió en sí mismo y en los demás? Paso 4. Se le pedirá a las niñas que escriban en una hoja qué actitudes y valores de Billy les gustaría tener y por qué, al finalizar las niñas que quiera puede compartir con sus compañeras el mensaje.

3. El lazarillo

Objetivo: fortalecer o establecer vínculos de confianza entre los participantes y el tutor. **Materiales:** antifaces. **Actividades:** por parejas, uno se venda los ojos a modo de ciego y el otro hace de lazarillo. Hay

varias maneras de jugar, siempre teniendo en cuenta remarcar la seguridad para que el ciego no sufra ningún daño, el lazarillo deberá estar atento en todo momento. Se puede empezar a jugar en un espacio cerrado despejado de objetos, si bien teniendo la precaución adecuada se puede también practicar en el exterior.

- Manteniendo el contacto con el ciego: el lazarillo lo sujeta con una mano por un brazo y así lo guía, dirige su movimiento. Sin hablar, solo pronunciando STOP si requiere que el ciego se pare de golpe.
- Sin contacto con el ciego: el lazarillo lo guía indicándole si tiene que girar, seguir recto, parar, ir hacia atrás: recto / derecha + recto / izquierda + recto / hacia atrás / stop / cualquier combinación necesaria para guiar los pasos del ciego.
- Pronunciando el nombre del ciego: aconsejable en sala o espacio sin obstáculos, el lazarillo guía al ciego llamándole por su nombre. Primero puede llamarle desde muy cerca para luego alejarse un poco, tomar más distancia, llamarle más flojo, más fuerte.
- Haciendo un sonido que previamente el lazarillo le hará escuchar al ciego: de la misma manera que la variante de pronunciar el nombre pero en este caso con un sonido. El facilitador puede indicar los sonidos a cada pareja, pueden ser sonidos de animales u otras cosas, o dejar que cada lazarillo escoja el sonido que quiera.

4. Con la chaqueta de otro

Objetivo: ponerse en el lugar de otras personas, entendiendo otros puntos de vista para favorecer el desarrollo de las habilidades sociales.

Materiales: tarjetas con diferentes personajes (mamá, papá, abuelo, tendero, cartero, profesora, dentista, conductor, etc.) caja con material para disfrazarnos, tarjetas con diferentes situaciones (en la cola del súper, de compras, en el médico, llamada de teléfono, etc.). **Actividades:** se colocan las tarjetas con diferentes personajes boca abajo sobre una

mesa. Con todo el material preparado, se explica a las niñas: Vamos a jugar a un juego que consiste en ponernos en el lugar de otras personas. Repartiremos una tarjeta (boca abajo) a cada uno de los participantes. Miren la tarjeta y el personaje que les tocó, sin enseñárselo a los demás. Tenemos que disfrazarnos como ese personaje, vamos a jugar a ser esa persona que nos ha tocado. Cuando todos los participantes se hayan disfrazado, les pedimos que actúen como si fueran ese personaje, que se muevan como él, y que intenten pensar como lo haría esa persona. Pero todavía deben mantener en secreto su identidad. Se da inicio a la segunda parte; se harán parejas aleatorias, (para ello, por ejemplo, podemos anotar números en papeles, cada número lo anotamos dos veces, doblamos todos los papeles y cada participante cogerá un número, las parejas se formarán por aquellos que tengan el mismo número). Cada pareja tendrá que coger una tarjeta de situación (en el médico, en la cola del súper, llamada de teléfono, preparando las vacaciones, recogiendo la habitación, de compras, etc.), y sin conocer la identidad del otro, deberán escenificar la situación comportándose como si fueran su personaje. Tenemos que dejarles esto muy claro, hay que hacer y decir lo que haría la persona en la que nos hemos transformado y no lo que haríamos y diríamos nosotros. Al finalizar, se les pregunta, cómo se sintieron, y se les hace la reflexión de la importancia de ponerse en el lugar del otro.

Mes 2

Introspección, reconocimiento de emociones



Hoja de ruta

Encuentro	Taller	Hecho
1	Mi libro.	
2	Palitos chinos.	
3	Mapa de emociones.	
4	Tarjeta de emociones.	

1. Mi libro

Objetivo: que las niñas puedan pensar y compartir con los demás lo que opinan sobre sí mismas, que puedan preguntarse y conversar y darse una respuesta honesta. **Materiales:** minilibro para cada participante, bolígrafos, fotografía tamaño carné que previamente será tomada por el tutor. **Actividades:** se entregará a cada participante un minilibro previamente hecho por el tutor. Cada participante de manera individual trabajará en el suyo. Una vez finalizado el trabajo individual, los participantes que deseen lo compartirán en grupo. El tutor animará la conversación en torno a los elementos trabajados: nombre, cumpleaños, gustos, deseos y esperanzas. A continuación se presenta la plantilla para hacer el mini libro.

<p>ESTE PEQUEÑO LIBRO PERTENECE A</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
--

<p>AQUÍ ESTOY YO</p> <div style="border: 1px solid black; width: 100px; height: 100px; margin: 0 auto;"></div>

<p>¿Me gusta mi nombre? _____</p> <p>¿por qué?: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

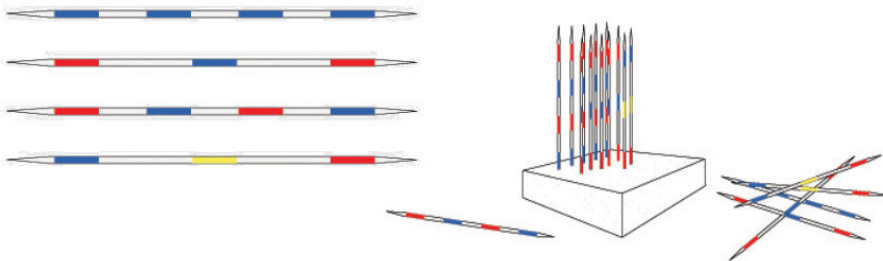
<p>Mi cumpleaños es el día: _____</p> <p>Mi mejor cumpleaños fue cuando cumplí: _____ años. _____</p> <p>Porque: _____</p> <p>_____</p> <p>Me gustaría que en mis cumpleaños nunca me faltara:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Me acuerdo de la fecha del cumpleaños de: _____</p> <p>Un día de cumpleaños ideal sería:</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
--

<p>Mi comida favorita es: _____</p> <p>El mejor dulce es : _____</p> <p>Mi color favorito es: _____</p> <p>Mi animal favorito es: _____</p> <p>La persona que más admiro es:</p> <p>_____</p> <p>Porque: _____</p> <p>_____</p> <p>Mi fruta preferida es: _____</p> <p>Me encanta usar: _____</p> <p>Lo que más me gusta hacer es:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Lo que más me gusta de mí es:</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

<p>Lo que menos me gusta de mí es:</p> <p>_____</p> <p>Como yo me quiero, estoy esforzándome para mejorar en:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Creo que lo mejor de la vida es:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Para que este mundo sea más bueno y más justo yo aconsejo que:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>Estoy trabajando en mí, y lo que me hace sentir más orgulloso/a de mí mismo/a es:</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
--

2. Palitos chinos (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivo: desarrollar la capacidad de identificar y verbalizar emociones. **Materiales:** un juego de palitos chinos. La realización de los materiales hará parte del taller. **Actividades:** construcción colectiva del juego de palitos chinos. El tutor previamente comprará los siguientes materiales: pinceles, lápiz grafito, sacapuntas, palitos para pinchos (brochetas, 200 unidades), lija de madera, pintura látex de cuatro colores, poliestileno expandido. Paso 1. Las brochetas tienen solo un extremo con punta, formar la del otro extremo con un sacapunta o lijándolo. Paso 2. Lijar los palillos para rebajar las astillas y pulir la madera. Paso 3. Hacer franjas de colores y asignarle una emoción (amarillo: tristeza, rojo: alegría, azul: rabia, verde: miedo) Paso 4. Pinchar los palillos pintados en un trozo de poliestireno para que se sequen.






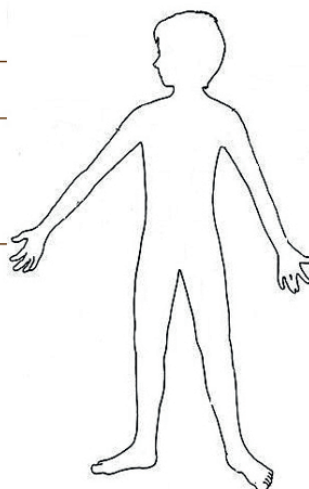
Se asigna un color a una emoción (4 emociones = 4 colores). Los participantes deben sacar un palito por turno y sin mover los otros. El color del palito retirado indica a qué emoción se refiere. Primera ronda: se les dirá a los participantes: van a construir una frase en la que esté la palabra contento o triste. Por ejemplo, los niños se ponen contentos cuando llega un circo o creo que mi hermano estaba muy triste cuando vio la película. Segunda ronda: se les dirá a los participantes: van a contar-nos una experiencia o un momento en el que estaban enfadados, por ejemplo: “Ayer sí que me enfadé cuando mi hermano sacó mis lápices”. Variante: se puede trabajar diferentes momentos agregando diversas

consignas, por ejemplo, describir solo experiencias vividas en el colegio, en casa, en el mismo grupo, etc.

3. Mapa de emociones (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivo: ayudar a los participantes a autoobservarse, a reconocer cómo viven las emociones y sentimientos en su cuerpo, con el fin de ayudarlos a ser conscientes de ellos. **Materiales:** hoja de “mi mapa de emociones”. Lápices de colores. **Actividades:** se le entregará a cada participante una hoja de papel de un metro y se le pedirá que dibuje su silueta en grande. Deberán elegir 4 colores, uno para cada emoción y ubicarlo en la casilla correspondiente. Pasar a colorear la silueta que lo representa con estos colores, según qué parte o partes del cuerpo sientan esa emoción. Una vez realizado el trabajo individual, deberán compartirlo con el grupo, ver las similitudes y diferencias entre ellos, incentivar a los participantes a hablar sobre sus emociones y reconocer y legitimar estas emociones, que son propias de todas las personas, lo importante es expresarlas sin dañar ni dañarse.

MI MAPA DE EMOCIONES	
	ALEGRÍA
	RABIA
	TRISTEZA
	MIEDO



4. Tarjeta de emociones (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivos: reconocer e identificar, a través de las expresiones faciales, las distintas emociones. Asignar palabras a las emociones asertivamente. Desarrollar la capacidad de auto observarse y de validar las diversas emociones como legítimas y propias de todas. **Materiales:** hojas de cartulina, 8 tarjetas (30 x 15 cm) con una cara que representa una emoción, rotuladores. **Actividades:** Introducir a los participantes a las diversas emociones, a medida que se van escribiendo en la cartulina una por una, en el orden que se sugiere. En una hoja de cartulina grande se escribirán en un lado las 8 emociones (contento, triste, asustado, enfadado, nervioso, relajado, celoso y orgulloso). Al otro lado pegaremos las tarjetas (cada una con una cara que representa la emoción) al azar para que los participantes puedan unir con una línea la emoción con la tarjeta respectiva. El tutor ayuda a los participantes a comprender e identificar estas emociones, hablando de ellas y poniendo ejemplos de la vida cotidiana, y también se pide a los participantes que den ejemplos. Retirar las tarjetas de la cartulina, mostrarlas una a una y jugar a las adivinanzas: qué emoción representan las caras. Se les reparte las tarjetas a los participantes al azar, cada uno lee la emoción que le tocay la representa gestualmente para que los demás lo adivinen.



Mes 3

Expresión de sentimientos



Hoja de ruta

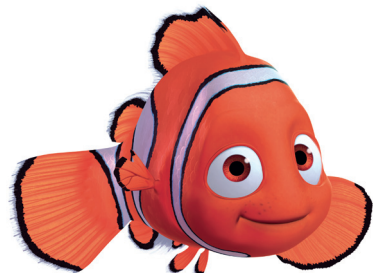
Encuentro	Taller	Hecho
1	Cine foro sentimientos.	
2	Collage de emociones.	
3	Tarta de sentimientos	
4	Olla a presión.	

1. Cine foro sentimientos (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivos: utilizar una película animada para hablar de los sentimientos, identificarlos y relacionarlos con las situaciones ajenas, y posteriormente con las personales. Promover la empatía y la sensibilidad hacia el otro.







Materiales: película o serie animada. Este taller es diferente a las proyecciones que se desarrollarán en el escenario de proyecciones. Para este taller, como interesan las expresiones de las emociones, se proyectará la película Buscando a Nemo. Pinturas para el rostro. Palomitas y refrescos. **Actividades:** el ambiente de este taller debe diferenciarse de cualquier otra proyección semanal. Al entrar en la sala de proyecciones los participantes serán recibidos como si fuera una fiesta, les pintarán en sus rostros, a quienes lo deseen, imágenes relacionadas con la película y será un ambiente festivo. Proyección de la película acompañada de palomitas y refrescos. Una vez vista la película se pasará a la discusión. Es importante que las preguntas se hagan en un lenguaje sencillo, dirigidas al tema de los sentimientos y los valores. Se realizarán las siguientes preguntas:

- ¿Cuándo se sintió Nemo, muy, muy triste?
- ¿Por qué Nemo estaba tan asustado?
- ¿Cómo se sintió Nemo cuando vio a su padre?
- ¿Por qué estaba tan enfadado?
- ¿Qué hace cuando está contento?
- ¿Cómo se puso el padre de Nemo cuando se enfadó?
- ¿Cómo mostró su enfado el padre?
- ¿Qué hizo cuando se sintió triste?
- ¿Cuándo te has sentido como Nemo?



2. Collage de emociones (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivo: reconocer y asociar las emociones a situaciones, gestos y palabras. **Materiales:** revistas diversas, tijeras sin punta, pegamento, rollo de papel y rotuladores. **Actividades:** se les pide a los participantes que recorten fotos, palabras, situaciones, paisajes, etc. asociados a cada una de las emociones. Luego irán pegando los recortes conformando pequeños collage en cada óvalo que represente la emoción correspondiente.

CONTENTO	TRISTE	NERVIOSO	ASUSTADO	RELAJADO	PREOCUPADO
					

Una vez realizado el trabajo, los participantes podrán pegar el enorme collage de emociones en la sala de trabajo. Introducir a los participantes a ver las emociones como algo que podemos dominar o controlar y, por tanto, que es posible de pasar de una emoción a otra. Se pedirá a los participantes que digan cómo se puede pasar de un estado emocional a otro, por ejemplo: ¿cómo puede estar una persona enfadada y luego relajada? ¿Qué ha pasado? ¿Cómo se puede pasar de estar triste a contento? ¿Quién puede dar un ejemplo de estar nervioso y luego relajado? Es probable que las niñas den respuestas relacionadas con cambios en el contexto y no con estrategias personales para salir de una emoción, que es lo que se espera promover, el tutor entonces dará ejemplos relacionados con estrategias personales.

3. Tarta de sentimientos (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivo: ayudar a los participantes a legitimar, normalizar y reconocer los sentimientos asociados a circunstancias o situaciones personales y

discutir cómo afectan sus acciones. **Materiales:** rotuladores, hojas blancas, lápices y gomas de borrar, lápices de colores, tarta de chocolate. **Actividades:** Se les explica a los participantes que en nuestro corazón, caben emociones o sentimientos distintos. Es como una tarta que se divide en varias porciones. En esta actividad cada uno dibujará una tarta con 6 u 8 porciones, una para cada emoción. Se les pide escribir dentro de cada porción cuándo han vivido o viven esa emoción. Ejemplo:



Pueden colorear cada porción eligiendo un color según la emoción. En el momento de compartir la tarta, pueden hacerlo si lo desean los participantes. Una vez finalizado el taller se compartirá entre todos una tarta verdadera en celebración de las emociones.

4. Olla de presión (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivo: reconocer la rabia que nos provocan o nos han provocado diferentes situaciones de la vida cotidiana y que, si no se expresa, se corre el riesgo que se quede adentro y nos haga sentir muy tristes y sentirnos mal con nosotros mismos, o que cuando salga sea de muy mala manera. **Materiales:** una olla de presión (o su foto si no es posible tenerla) pequeños trozos de papel de diversas formas, hoja de trabajo in-

dividual (olla de presión), pegamento. **Actividades:** Paso 1. La emoción de la rabia ya se ha trabajado en alguna de las actividades anteriores. Por tanto, ahora se pondrá énfasis en la diferencia entre emoción y conducta. Emociones son lo que se siente, conductas son las acciones que se hacen. Paso 2. Escribir en un papelógrafo o pizarra emociones en una columna y conducta en otra, a fin de pedir a los participantes ejemplos de cada una. Paso 3. Mostrar la olla de presión y explicar cómo funciona y para qué sirve. Asegurarse de que los participantes comprendan cuál es la diferencia entre esta olla y las otras, así como el concepto de las válvulas de seguridad (pequeños agujeritos que permiten que salga el vapor). Contar a los participantes que la olla de presión debe estar en buenas condiciones para que funcione bien, porque si no es así las válvulas de seguridad no funcionarán y la olla podría fácilmente explotar. Paso 4. Hacer la analogía de la olla de presión con nuestro cuerpo y nuestro cerebro: muchas veces somos como una olla a presión, ya que muchas cosas nos provocan fuertes sentimientos de rabia, y a medida que nuestro entorno se pone más tenso o más problemático (el fuego), nos vamos llenando de rabia, como la olla se va llenando de vapor, hasta que, una vez repleta de vapor, este sale por las válvulas de seguridad. A nosotros nos pasa algo parecido: si no hay válvulas de seguridad corremos el riesgo de llenarnos de rabia y explotar. Paso 5. Invitar a los participantes a trabajar en la hoja de trabajo individual, para que cada uno escriba en los trozos de papel, las rabias guardadas: qué, quién, cuándo, dónde, por qué, etc. para luego pegarlas dentro de la olla. Paso 6. Guiar a los participantes a que piensen en las desventajas de actuar como una olla de presión, es decir, de guardarse la rabia o quedarse con ella dentro y, por otro lado, en el riesgo de sacar la rabia sin válvulas de seguridad hasta explotar. Paso 7. Mediante una lluvia de ideas, hacer una lista de cuáles serían las válvulas de seguridad que podríamos usar para que nuestra rabia no se quede presionada ni corra el grave riesgo de explotar. Las válvulas de seguridad no son otra cosa que formas constructivas de expresar la rabia o,

en otras palabras, modos seguros de enfadarse. Las posibles respuestas son: escribir una carta, hacer algo físico como correr o hacer deporte, buscar a alguien para conversar y compartir cómo uno se siente, decir a la otra persona lo que realmente uno quiere decirle, imaginar de una manera tranquila que las cosas pueden cambiar, mostrar a los otros lo que han hecho - dolor o daño -, coger un lápiz y dibujar lo que estás sintiendo, respirar profundo y pensar en algo positivo, imaginarse a uno mismo en la situación que pasará después, decir a la otra persona algo que comience con me siento, etc.

**HOJA DE TRABAJO: Mi olla con
válvulas de seguridad**

NOMBRE: _____



Mes 4

Asertividad emocional




Hoja de ruta

Encuentro	Taller	Hecho
1	Termómetro emocional.	
2	Las reglas de la rabia.	
3	Rabia destructiva, rabia constructiva.	
4	Serigrafía para el compromiso con las emociones.	

1. Termómetro emocional (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivos: a través de la imagen del termómetro, reconocer diferentes intensidades de la rabia, desde la irritación hasta explotar, identificando indicadores corporales así como ideas o pensamientos erróneos que contribuyen a intensificar la emoción. Esta actividad puede ayudar a los participantes a aprender a diferenciar entre sentir y expresar la rabia, a reconocerla en ellos mismos y en los demás, así como a discernir entre modos adecuados e inadecuados de expresarla. **Materiales:** hoja termómetro, lápiz negro o rojo. **Actividades:** se entregará a cada participante la hoja de esta actividad, se les pedirá que escriban su nombre y luego el tutor introducirá el tema, abordando la diferencia entre sentir y expresar la rabia. Se ayudará a los participantes a buscar sus propios indicadores corporales así como a identificar ideas erróneas o distorsiones cognitivas, dentro de los diferentes grados de la rabia. Los participantes deberán rellenar la hoja de abajo hacia arriba, es decir, primero frustración o irritación, luego enfado o rabia y por último explosión, que representa el *acting-out* y otros modos destructivos de expresión de la rabia.

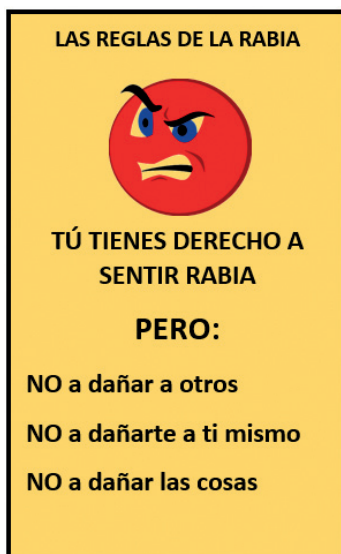
APRENDIENDO SOBRE MI RABIA



40	EXPLOSIÓN	¿QUÉ HAGO? _____ _____ _____
38	RABIA	¿QUÉ SIENTO EN MI CUERPO? ¿QUÉ PIENSO O SIENTO _____ _____ _____
37	IRRITADO/A FRUSTRADO/A	¿QUÉ SIENTO EN MI CUERPO? ¿QUÉ PIENSO O SIENTO _____ _____ _____

Nota. Es importante que una vez realizada la actividad, en la conversación con el grupo, se les ayude a encontrar alternativas a la conducta de explotar, reflexionando sobre las maneras adecuadas, socialmente aceptadas de sacar la rabia, a través de un juego, por ejemplo, pasando la pelota, el participante que recibe la pelota puede comentar un modo adecuado de expresión de esta emoción no fácil de manejar para los participantes.

2. Las reglas de la rabia (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)



Objetivos: legitimar la rabia como emoción propia de los seres humanos y descubrir modos de expresarla. Diferenciar entre sentir y actuar.



Materiales: un cartel suficientemente grande con las reglas de la rabia. Tarjetas de cartulina gruesa para cada participante (tamaño A4). Material para decorar un papel. Rotuladores, lápices de colores, distintos tipos de papeles y colores. **Actividades:** se muestra el cartel de las reglas de la rabia. Se les pedirá a los participantes que se pongan en parejas y que recuerden todas las formas en que las personas dañan

a otros, se dañan a sí mismos y dañan las cosas o su entorno cuando se enfadan. (Los participantes pueden escribir su propia lista, si lo prefieren). En un círculo, cada pareja menciona o lee su lista respecto a esos tres puntos, mientras el tutor escribe en un papelógrafo o pizarra todas las ideas que se comentan. Una vez hecho esto, se les da el material para que cada uno escriba estas reglas, decoren su cartel y puedan llevárselas a su casa.

3. Rabia destructiva, rabia constructiva (Barudy, J. y Dantagnan, M. 2011)

Objetivo: ayudar a que las niñas reconozcan e identifiquen modos apropiados o inapropiados de expresar la rabia. La rabia es normal, saludable y buena, pero su expresión puede ser dañina. Por tanto, cada uno es responsable de su propia rabia y de su modo de expresarla.

Materiales: papelógrafo y hojas de trabajo (Grupo A, Grupo B). **Actividades:** Escribir lo siguiente en el papelógrafo.

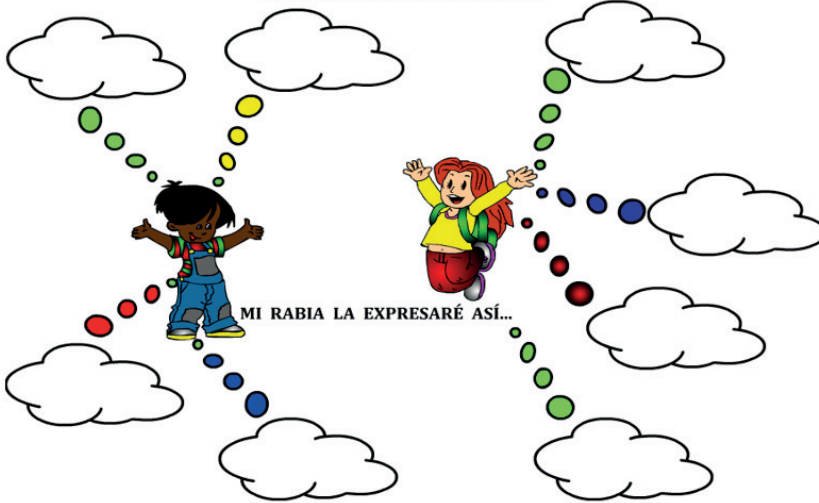
	Rabia destructiva	Rabia constructiva	

Separar el grupo en dos. Hacer una lluvia de ideas y rellenar el cuadro del papelógrafo. El tutor dará ejemplos para ayudar a la lluvia de ideas (algunos ejemplos de rabia destructiva son: dar patadas a las puertas, insultar, pegar, tirarse del cabello, empujar) (Algunos ejemplos de rabia constructiva: correr, romper un periódico viejo, pegar a una almohada, escribir una carta, cantar, respirar profundo). Dar a cada participante la hoja de trabajo individual, en este momento, el participante elegirá cuáles son los modos constructivos que ya utiliza o quiere comenzar a practicar.

Hoja de trabajo Grupo A.

NOMBRE: _____

MANERAS SANAS DE ENFADARSE



Hoja de trabajo Grupo B.

LA RABIA BIEN EXPRESADA ES SALUDABLE

YO _____,
seguiré haciendo esfuerzos para hacerme responsable de mi propia rabia, controlarla y no dejar que me controle.


Intentaré hacerlo de esta manera:

a) _____

b) _____

c) _____

FIRMA: _____

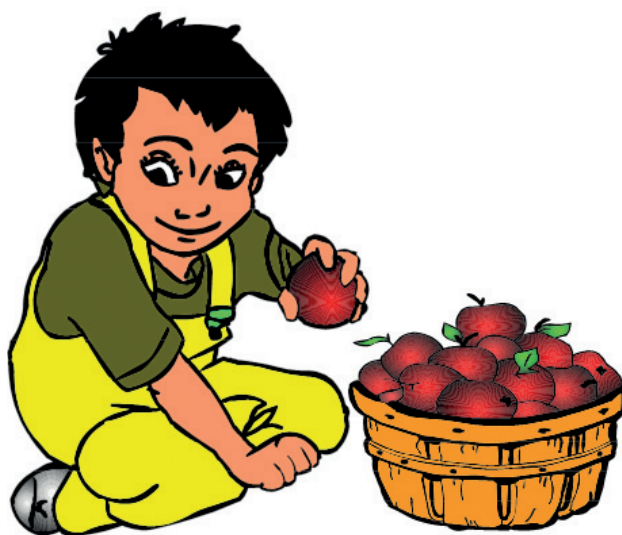


4. Serigrafía para el compromiso con las emociones

La serigrafía es una técnica de impresión empleada en el método de reproducción de documentos e imágenes sobre cualquier material, y consiste en transferir una tinta a través de una malla tensada en un marco, el paso de la tinta se bloquea en las áreas donde no habrá imagen mediante una emulsión o barniz, quedando libre la zona donde pasará la tinta. **Objetivo:** ayudar a que las niñas experimenten las distintas técnicas de estampación con bases acuosas. **Materiales:** máquina de estampación, bote de emulsión de 1 kg con diazo; spray adhesivo textil 1 litro; recuperador de pantallas 1 litro; tinta textil colores básicos, blanco, negro, rojo, azul, amarillo 0,5 kg cada uno; rascleta profesional de 15 cm, 75 shores; tela ECO para fabricar las primeras pantallas; 2 marcos para las pantallas; camisetas lisas para hacer las primeras pruebas; fotolito para el primer diseño; espátula para remover la pintura; camisetas a medida para cada participante; tallerista experto en serigrafía. **Desarrollo:** El taller se desarrollará en un espacio adecuado a las necesidades de la técnica de impresión (lugar amplio, con acceso a agua, materiales suficientes y en perfecto estado). Cada participante estampará su propia camiseta, con su nombre y con el modo constructivo de expresar la rabia que utilizará. Nota. En caso de no contar con todos los implementos para hacer el taller de serigrafía, se pueden hacer estampados caseros, como por ejemplo con marcadores, pinturas, etc.

Mes 5

Pensamiento crítico, autoestima,
creatividad, humor



Hoja de ruta

Encuentro	Taller	Hecho
1	Duda reflexiva a través de los experimentos.	
2	Internalización de mensajes positivos.	
3	Creando mundos posibles.	
4	La fiesta del humor.	

1. Duda reflexiva a través de los experimentos

Objetivo: incentivar la investigación y la duda reflexiva en las niñas a través de experimentos. Se realizarán 3 experimentos. **Materiales:** **experimento 1:** tapón de corcho (1 x participante), palitos de madera (pinchos 2 x participante), alfileres, regla (1 x participante), **experimento 2:** clavos (11 x participante), base de madera, **experimento 3:** botellas plásticas recicladas (1 x participante), sal, agua, huevos (1 x participante), cinta aislante, tijeras, algodón, pitillos, trozos de telas, papeles reciclados. **Actividades:** Paso 1. El tutor mostrará su equilibrista en pasarela una sola vez y lo retirará. Entregará a las niñas los materiales y les pedirá que hagan uno igual al que acaban de ver. Paso 2. Cada participante recibirá sus materiales e intentará hacer su propio “equilibrista en pasarela”. Cuando cada participante lo tenga en funcionamiento se hará un concurso entre todas las niñas para ver cuál equilibrista llega primero al final de la regla. Paso 3. El tutor mostrará sus “clavos en equilibrio”, una sola vez y los retirará. Entregará a las niñas los materiales y les pedirá que hagan uno igual al que acaban de ver. Paso 4. Cada participante recibirá sus materiales e intentará hacer sus propios “clavos en equilibrio”. Cuando cada participante lo tenga en funcionamiento se hará un concurso entre todas las niñas para ver quién lo puede hacer en el menor tiempo posible. Paso 5. El tutor entregará a los participantes los materiales del experimento 3, les indicará que deben proteger el huevo, de tal manera que al lanzarlo de una distancia de 2 m, el huevo no debe romperse. Los participantes intentarán construir el protector para el huevo y lo irán mostrando al grupo uno a uno. Al finalizar, el tutor les enseña cómo hacerlo. De igual manera, hay muchos otros experimentos que pueden llevarse a cabo con materiales reciclados. En las siguientes páginas de internet se pueden encontrar estos experimentos.

- <https://www.youtube.com/watch?v=-AL0wx-RHm4&list=RDSdGpCkIDN0w&index=2>

- <https://www.youtube.com/watch?v=kUxcE2IQmGg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=u8td1B8WYIs>

2. Internalización de mensajes positivos. (Rey o reina por un día. La fiesta de los globos)

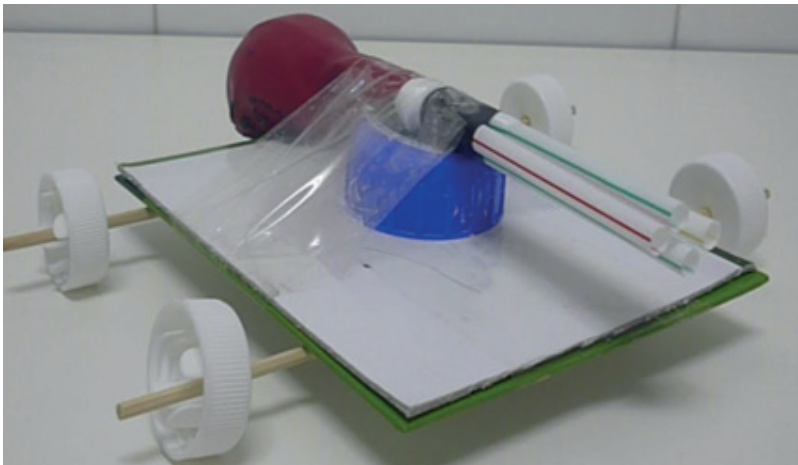
Objetivos: facilita la internalización de mensajes positivos que mejoren la autoestima en las niñas.

- *Taller rey o reina por un día.* **Materiales:** cinta amarilla o dorada, artículos de decoración para vestir un rey o una reina, una silla decorada, una capa de rey o reina. **Desarrollo:** el tutor explica que esta sesión es muy especial, puesto que serán tratados como reyes o reinas. Primero, todos los participantes construyen y decoran sus coronas. Por turno, cada participante se sienta en el “trono”, mientras el resto del grupo le saluda, le honra con reverencia y le dan generosos elogios. El grupo puede tener una celebración festiva con música real y una comida especial. Dar elogios es positivo para quien los da y para quien los recibe. Es una herramienta fabulosa de mejorar la autoestima. En esta fiesta se jugará al rey pide, por ejemplo, cuando estén en el trono, el rey o la reina dirán: El rey pide que todos salten, que todos rían...
- *Taller la fiesta de los globos.* **Materiales:** un globo de colores por participante, con su nombre y decorados llamativos. Tiras de papel de 1 x 10 cm y lápices de colores. **Desarrollo:** se reparten a los participantes las tiras de papel, una o dos por participante, y el globo de papel personalizado. Se les pide que escriban en una tira de papel una cualidad o virtud de un compañero y que luego la doble varias veces que quede tan pequeña que quepa en el globo del compañero. Todos los participantes harán lo mismo con cada uno de sus compañeros. Los tutores ayudarán a los que tienen dificultades para escribir o insertar las tiras y también les dará ideas

sobre las cualidades y virtudes de sus compañeros. Una vez todas las tiras estén dentro de los globos, se les pedirá a los participantes que inflen el globo. Una vez estén todos con su globo, se les pedirá que por turnos pinchen su globo para poder sacar las tiras y leerlas en voz alta.

3. Creando mundos posibles

Objetivos: desarrollar habilidades creativas en las niñas a través de trabajos manuales y de creación.



- **Coches con motor de aire. Materiales:** 1/14 de cartulina gruesa, ocho pitillos, 2 palillos largos (de pincho), 4 tapones pequeños de botellas plásticas, 1 tapón grande de botella plástica, cinta adhesiva, un globo grande. **Desarrollo:** El experimento consiste en lograr construir un coche que se desplace con la fuerza del aire que sale del globo. En el siguiente enlace se encuentra descrito el experimento <http://www.youtube.com/watch?v=1PXupALys3I>



- *Catapultas de la edad media. **Materiales:** 7 palitos de madera gruesa (de paleta), 1 cuchara de plástico, gomas elásticas. **Desarrollo:** Se unen 5 palitos con gomas elásticas, una en cada extremo. Unimos dos palitos con una sola goma por un extremo. Separamos los dos palitos por la parte que no están unidos, como si fueran unas pinzas y en su interior introducimos el bloque de 5 palitos atados en perpendicular con la pinza. Finalmente atamos con una goma el punto donde se unen todas las piezas para fijarlo y se ata la cuchara con varias gomas.*

4. La fiesta del humor

Objetivo: encontrar el punto medio entre la tragedia y la comedia. Interesa que esta película haga reír a las niñas.

- *Cine comedia. **Materiales:** película ¿cómo entrenar a tu dragón? Este taller es diferente a las proyecciones que se desarrollarán en el escenario durante las semanas. Para este taller interesa incentivar el humor como una cualidad en las niñas, para ello, antes de iniciar la película, se les pedirá que se pinten el rostro de la forma más graciosa que consideren. El tutor se pintará de una manera que les llame la atención a las niñas, por ejemplo como un payaso, en todo*

momento indicando que lo que interesa es reírnos con los demás y no reírnos de los demás. Pinturas para el rostro, palomitas y refrescos.

Desarrollo: Paso 1. El ambiente de este taller debe diferenciarse de cualquier otra proyección semanal. Al entrar en la sala de proyecciones los participantes serán recibidos como si fuera una fiesta. Paso 2. Proyección de la película acompañada de palomitas y refrescos. Paso 3. El tutor previamente al inicio de la actividad, organizará un lugar que se llamará el rincón del humor, allí se pegarán todas las tarjetas del humor que se realizarán al finalizar la proyección de la película y durante el resto del proceso las niñas podrán pegar chistes, caricaturas, elementos de humor que consideren oportunos para compartir con el grupo. Paso 4. Una vez vista la película se realizará la siguiente pregunta: ¿Cuál ha sido el momento más chistoso de la película y por qué? Paso 5. Para finalizar, el tutor entregará a cada niña una tarjeta del humor.



- *El encuentro del humor.* **Recurso humano:** humorista especializado en niñas. **Desarrollo:** se contratará un profesional del humor que permita hacer un show participativo a las niñas. Este profesional actuará en el marco de la fiesta del humor. Puede actuar en el inicio o en el final del taller. Es importante indicar que el profesional del humor deberá poseer habilidades personales como la empatía, el entusiasmo, la responsabilidad y que disfrute de su labor y su trabajo con las niñas. Es importante que el tutor no vea limitada la posibilidad de tener a este profesional, hay muchas fundaciones, corporaciones y academias de artes escénicas que pueden apoyar este tipo de actividades, de no tener el dinero para contratarlo, se invita al tutor a que gestione con estos diversos grupos.

Mes 6

Resolución pacífica de conflictos,
habilidades de comunicación,
constructores de paz, protección
de la naturaleza



Hoja de ruta

Encuentro	Taller	Hecho
1	Role playing.	
2	Diálogo de sordos.	
3	Constructores de paz.	
4	Actividad de cierre. Paseo de Olla. Evaluación de los cambios.	

1. Role Playing

Objetivo: adquirir capacidades para aprender a evitar los problemas y a tomar decisiones cuando no sepamos qué hacer, para mejorar las relaciones con los demás, a través de la resolución pacífica de los problemas. **Materiales:** disfraces, ropa, maquillaje (lo que se requiera para hacer una pequeña obra de teatro), cámaras de video. **Desarrollo:** se organizan en subgrupos conformados por 5 personas. Se le entregará a cada subgrupo una tarjeta para la solución de conflictos. Cada grupo leerá su tarjeta. Una vez la tengan leída, el tutor les indicará:

Elegir un conflicto entre los miembros del grupo para dramatizar: 1) Alguien se mete contigo. 2) No estás de acuerdo con lo que te dice un amigo, porque resulta que tú no dijiste ninguna mentira. 3) Tus padres se enfadan contigo porque llegas tarde a casa. 4) Disputas y rivalidades entre hermanos. 5) Discutes con un profesor porque te acusa de algo que no hiciste. 6) En el equipo de baloncesto no te pasan el balón y te enfadas

PASOS PARA SOLUCIONAR UN CONFLICTO

1. Definir el problema.
2. Pensar en varias soluciones.
3. Adivinar posibles consecuencias.
4. Tomar una decisión.
5. Actuar.



PARA EVITAR CONFLICTOS CON LOS DEMÁS

- Tienes que reflexionar sobre ¿Cuántas veces tienes conflictos con los demás durante una semana?
- Autocontrola tus deseos de enfrentamientos y disputas.
- Procura cambiar tus pensamientos negativos en pensamientos más positivos.

SOLUCIONAR CONFLICTOS AYUDA A:

- Comprender mejor a los demás.
- Evitar que en un futuro haya más problemas.
- Respetar nuestras ideas y actitudes.
- Que los demás me comprendan mejor.

con tus compañeros. En la dramatización se debe solucionar el conflicto de manera positiva, a través de los pasos expuestos en la tarjeta de solución de conflictos, y después escribir cuál sería la manera incorrecta. Es importante que las dramatizaciones sean grabadas con una buena calidad de audio para que luego se puedan proyectar en actividades posteriores.

2. Diálogo de sordos

Objetivo: reflexionar sobre la importancia de aprender a comunicarse con asertividad, expresar lo que se piensa y se siente, y aprender a escuchar a los demás con tranquilidad y sin violencia. **Materiales:** tarjeta de preguntas. **Desarrollo:** Paso 1. El tutor pedirá a las niñas que piensen en silencio algo que vivieron durante la semana y que no lo hayan dicho a nadie. Paso 2. El tutor pedirá a los participantes que formen un círculo, se sienten dando la espalda al centro, es decir, mirando hacia afuera del círculo. Paso 3. El tutor dirá que a la cuenta de tres, todos dirán en voz alta lo más fuerte que puedan, lo que pensaron, y lo repetirán durante 1 min aproximadamente hasta que el tutor indique que han finalizado. Paso 4. Al finalizar se les pide a los participantes que continúen en círculo pero que se giren de frente al centro del círculo. Paso 5. Aplicar la tarjeta de preguntas. Paso 6. Pedir a los participantes que hagan este juego con su familia y al próximo encuentro compartirá cómo se sintieron al hacer el juego con su familia.

Tarjeta de preguntas
<ol style="list-style-type: none">1. ¿Alguien puede repetir lo que dijo el compañero que estaba a la izquierda?2. ¿Qué fue lo que pasó? ¿Por qué no sabemos lo que dijo el compañero de la izquierda?3. Si lo que han contado es muy importante para ustedes ¿Cómo se sienten al no ser escuchados?4. ¿Cómo sabemos que nos están escuchando cuando hablamos?5. ¿Ustedes escuchan a los demás cuando hablan?6. ¿Se sienten escuchados cuando hablan?7. ¿Qué pueden hacer para mejorar la comunicación en la familia?

3. Constructores de paz

Objetivo: construir colectivamente el mural por la paz. **Materiales:** cartulinas, lápices, colores, pinturas, vinilos de agua y aceite de todos los colores, barniz, tñner, reglas, pinceles, botes de agua, borradores, cal, rodillos, delantales, estuco, papel de lija, sellomax, antihumedad, brochas, caretas de protección, guantes, cemento, kits de pintura para niñas. **Desarrollo:** el tutor indicará a las niñas que se va a construir un mural en una pared de la localidad (para lo cual el tutor deberá gestionar los permisos correspondientes con las entidades locales o institucionales). Paso 1. El tutor les indica que se va a hacer un mural en la localidad o en la escuela, un mural hecho por ellos mismos y que tendrá como objetivo compartir con los demás miembros de la comunidad lo que entendemos por paz y plasmar el país que soñamos. Le entregará a cada niña una hoja en la que dibujarán lo que para ellas es la paz y el país que sueñan. Paso 2. El tutor reunirá todos los dibujos e integrará en un solo dibujo todos los elementos que las niñas dibujan, se recomienda hacer paisajes en los cuales se puedan insertar todos los elementos, es importante indicar que, los niños en sus dibujos suelen hacer vacas, caballos, montañas, mariposas, nubes. Si el tutor no sabe dibujar, puede pedir ayuda a un artista, y de no contar con un artista, puede utilizar un videobem que proyecte imágenes en la pared y hacer el sistema de calcado. Paso 3. Una vez se integren todos los dibujos se socializa el dibujo con las niñas y se pregunta si le harían cambios o qué más añadirían al mural. Paso 4. Preparación del espacio para realizar el mural. La pared que se escoja para hacer el mural debe pasar por unas etapas preparatorias que se explicaran a continuación, es importante seguir las indicaciones

Se deben resanar las paredes. En un primer momento se debe lijar el espacio y lavar con abundante agua y dejar secar. En un segundo momento si la pared no tiene huecos se aplica el producto conocido como sellomax (si tiene debe aplicarse cemento y estuco para lograr un acabado ideal para hacer los dibujos). Se aplican dos capas de sellomax,

dejando un día entre capa y capa. Posteriormente se aplican dos capas de pintura blanca (coraza o antihumedad) dejando pasar dos horas entre capa y capa. Paso 4. Cuando la pared ya esté blanca se puede iniciar el proceso de dibujado y finalmente cuando ya esté realizado el mural, se aplica una capa de barniz protector para exteriores.



4. Paseo de olla

Objetivo: contribuir a que los niños se diviertan y convivan con sus compañeros y familiares en un ambiente tranquilo. Propiciar el encuentro familiar. **Materiales:** buses para transporte de niños; permisos de la jefatura de núcleo o entidad encargada; seguros de viaje y médicos;




























entradas para ingresar al sitio recreativo que tenga (piscina, juegos, recreacionistas...) refrigerios, almuerzos y golosinas. **Desarrollo:** el paseo de olla se desarrollará en un espacio de recreación y descanso que puedan ser disfrutados por adultos también. El tutor estará con el grupo de familiares, y las niñas con recreacionistas que les protejan en todo momento. El tutor aprovechará el momento para hablar de los logros de las niñas en el proceso. Es necesario que recalque la importancia del acompañamiento familiar en este proceso de promoción de la resiliencia.

Evaluación de los cambios

Dirigida al Tutor de resiliencia							
1	2	3	4	5			
Muy insatisfecho	Insatisfecho	Ni insatisfecho ni satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho			
PREGUNTA			1	2	3	4	5
¿El proceso de promoción de resiliencia generó cambios positivos en el grupo intervenido?							
¿Los materiales fueron adecuados?							
¿Los materiales fueron suficientes?							
¿Los talleres fueron adecuados al contexto?							
¿El tiempo sugerido para el desarrollo de los talleres fue adecuado?							
¿Las sugerencias para identificar factores de riesgo fueron claras?							
Tu valoración global del proceso de resiliencia es:							
OBSERVACIONES _____							

Dirigida a los familiares de la niña							
1	2	3	4	5			
Muy insatisfecho	Insatisfecho	Ni insatisfecho ni satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho			
PREGUNTA			1	2	3	4	5
¿El proceso de promoción de resiliencia generó cambios positivos en las niñas?							
¿La niña ha mejorado notablemente en el colegio?							
¿La niña ha mejorado notablemente en casa?							
Tu valoración global de los talleres es:							
OBSERVACIONES _____							

Dirigida a los profesores de la niña							
1	2	3	4	5			
Muy insatisfecho	Insatisfecho	Ni insatisfecho ni satisfecho	Satisfecho	Muy satisfecho			
PREGUNTA			1	2	3	4	5
¿El proceso de promoción de resiliencia generó cambios positivos en las niñas?							
¿La niña ha mejorado notablemente en el colegio?							
¿Las relaciones interpersonales de la niña han mejorado?							
Tu valoración global de los talleres es:							
OBSERVACIONES _____							

Dirigida las niñas participantes del proceso				
NADA	POCO	MUCHO		
				
PREGUNTA				
¿Me siento mejor conmigo misma y con los demás?				
¿He mejorado en la escuela mi comportamiento?				
¿He mejorado en mi casa mi comportamiento?				
¿Los materiales de los talleres fueron adecuados?				
¿Los materiales de los talleres fueron suficientes?				
¿Me gusta venir a los talleres y aprender cosas nuevas?				
Tu valoración global de los talleres es:				
DIBUJA...				
LO QUE MÁS TE GUSTÓ DE LOS TALLERES	LO QUE MENOS TE GUSTÓ DE LOS TALLERES	LO QUE TE HUBIERA GUSTADO HACER EN LOS TALLERES Y QUE NO SE HIZO		

Diario del tutor

Te invitamos a que en estas líneas puedas escribir las reflexiones, dudas, aprendizajes que vas obteniendo en el transcurso de la implementación de los talleres.

Bibliografía

- Alvarán, S., Gil, J. M., García-Renedo, M., Caballer, A. y Flores, R. (2012). Promotion of resilience in children victims of forced displacement in Colombia. I Congrès Mondial sur la Résilience. De la Recherche à la pratique. Paris, Francia.
- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2011). La fiesta mágica y realista de la resiliencia infantil. Manual y técnicas terapéuticas para apoyar y promover la resiliencia de los niños, niñas y adolescentes. España: Editorial Gedisa.
- Barudy, J. y Marquebreucq, A. (2006). Hijas e hijos de madres resilientes. Barcelona: Gedisa.
- Bello, M. N. y Ruiz, S. (2002). *Conflicto armado, niñez y juventud. Una perspectiva psicosocial*. Universidad nacional de Colombia PIUPC, Bogotá: Fundación Educativa Amor.
- Bello, M.N. (2007c). Cátedra Virtual sobre Desplazamiento Forzado. Universidad Nacional de Colombia. Sede Bogotá. Bogotá: PIUPC-ACNUR. Módulo temático 7.
- Defez Cerezo, Carmen (2006). Delincuencia juvenil. Instituto Universitario General Gutiérrez Mellado. Investigación sobre la Paz, la Seguridad y la Defensa. Madrid. Disponible en: http://iugm.es/uploads/tx_iugm/TRABAJO_CURSO_IUGM.pdf
- Garmezzy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34. 416-430.
- Grotberg, E. (1995). A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit. *Early Childhood Development: Practice and Reflections*. Number 8. Bernard Van Leer Foundation.
- Loesel, F. (1994). La résilience chez l'enfant et l'adolescent en BICE. La résilience de l'enfant et de la familia. *l'Enfance dans la Monde*, 27.
- Mainer, B. (2006). El videojuego como material educativo: la odisea. *Revista de comunicación y nuevas tecnologías*. Junio. Recuperado de www.icono14.net/revista
- Masten, A. S. y Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable. *American Psychologist*, 205-220.
- Matéu, R., Flores, R., García-Renedo, M. y Gil, J-M. (2013) La resiliencia y el duelo en contextos educativos. Universitat Jaume I. Castellón.
- Mistral, G. (1976). Poesías completas. Edición definitiva, autorizada, preparada por Margaret Bates. Con introducción de Esther de Cáceres. Madrid: Aguilar (4ª ed., 2ª ed reim.).

- Rodríguez, R. (2004). Autoestima infantil. Curso de Experto en Psicoterapia Infanto- Juvenil y Familiar. Recuperado de <http://ebookbrowse.com/ruth-rodr%C3%ADguez-la-autoestima-infantil-doc-d101326906>
- Romero, Y. y Chávez, Y. (2008). El juego de la guerra, niños, niñas y adolescentes en el conflicto armado en Colombia. *Tabula Rasa* N 8. Enero-junio. Universidad Antonio Nariño. Bogotá. Recuperado de http://www.revistatabularasa.org/numero_ocho/romero.pdf
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal Orthopsychiatry*, 57, 3, 316-329.
- Theis, A. (2003). La resiliencia en la literatura científica. En: M. Manciaux (Eds). La resiliencia resistir y rehacerse. Barcelona: Gedisa.
- Torres-Gerosa, L. (2002). Resiliencia en programas de desarrollo infantil temprano. Estudio de revisión en cuatro programas de América Latina. *Revista la resiliencia en programas de desarrollo infantil temprano: prácticas y reflexiones*, 18, junio.
- Vanistendael, S. (2005). La resiliencia: desde una inspiración hacia cambios prácticos. II Congreso internacional de trastornos del comportamiento en niños y adolescentes. Madrid.
- Vega, M.P. (2003). *Depresión infantil*. Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de: <http://www.cfieavila.com/jornadas%20salud/salud/DepresionInfantil.html>
- Werner, E. y Smith R. (1982). *Vulnerable but invincible: a study of resilient children*. New York: McGraw-Hill.
- Wolin y Wolin (1993). *The Resilient self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. Washington, D.C., EE. UU.: Villard Books Observatorio Psicosocial de Recursos en Situaciones de Desastre (OPSIDE UdeA)

YO ESTOY

YO PUEDO

YO TENGO

YO SOY

Observatorio Psicosocial de Recursos
en Situaciones de Desastre (OPSIDE UdeA)

ISBN: 978-958-8947-19-8



9 789589 471982