



Semillas de Cambio

Herramientas para cultivar la participación adolescente



Estrategia Para Aprender a Cuidarnos

RED DE PARTICIPACIÓN
ADOLESCENTES
EN MOVIMIENTO
POR SUS DERECHOS



unicef 

para cada infancia

unicef 
para cada niño

MÁS ALLÁ DE NUESTRA FRAGILIDAD

Brindar seguridad a **niños y niñas**
en los hogares de protección
en la situación de emergencia y
confinamiento por el **COVID-19**



Índice de contenidos

- 3 **Introducción**
- 4 **Claves del desarrollo evolutivo en la infancia**
 - 4 Seguridad, afectividad y desarrollo
 - 7 ¿Cómo contribuir a que los niños y niñas se sientan seguros durante la situación de emergencia y confinamiento?
- 8 **Claves de la historia previa de trauma**
- 10 **Claves de la emergencia**
 - 10 El entorno seguro y protector
 - 11 La afectividad consciente de cada profesional
 - 12 La red afectiva
 - 12 Transitar las emociones
 - 13 La palabra
 - 13 El equilibrio entre firmeza y flexibilidad
 - 14 El abordaje de conflictos desde la Disciplina Positiva
 - 14 Mantener la consciencia sobre los límites que no se pueden cruzar
- 15 **ACTIVIDADES PARA TRABAJAR CON NIÑOS Y NIÑAS**
 - 16 ACTIVIDAD 1: CREAR UNA DANZA DE GRUPO
 - 17 ACTIVIDAD 2: ELABORAR DIBUJOS Y CARTAS DE APOYO
- 18 **Bibliografía**



Edita: UNICEF Comité Español.
 c/Mauricio Legendre, 36. 28046 Madrid.
Autores: Pepa Horno Goicoechea y F. Javier
 Romeo Biedma (Espirales Consultoría de Infancia).
Diseño gráfico: Rex Media SL.

Brindar seguridad a niños y niñas en los hogares de protección en la situación de emergencia y confinamiento por el COVID-19

Dada la situación de confinamiento acaecida como parte de las medidas de prevención y actuación ante la pandemia del coronavirus, los equipos de los centros de protección han de cumplir una doble función con los niños, niñas y adolescentes a su cargo. Por un lado, protegerles en la medida de lo posible de posibles contagios. Por otro, acompañarles emocionalmente en una vivencia potencialmente traumática.

Por ello, UNICEF Comité Español, desde un enfoque de los Derechos del Niño y dentro de su rol de apoyo al Estado en la implementación de los derechos de los niños, niñas y adolescentes en el sistema de protección, pretende proporcionar herramientas técnicas a los equipos de los hogares de protección que les ayuden al proceso de acompañamiento emocional que han de realizar a los niños, niñas y adolescentes bajo su cuidado.

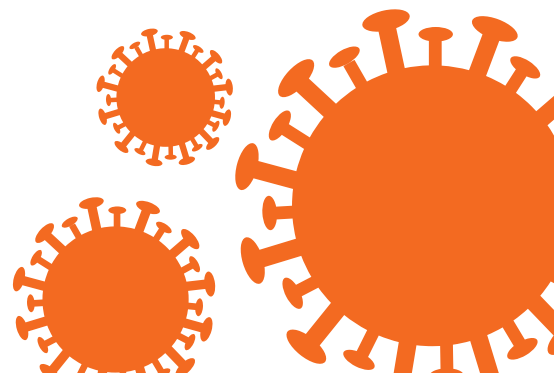
La guía que se presenta a continuación recoge de forma breve algunas pautas generales de intervención con niños y niñas¹ en los hogares de protección en el contexto de la emergencia sanitaria causada por el COVID-19.

Esta emergencia, así como el aislamiento preventivo al que nos ha obligado, es una situación desconocida para todos y todas, tanto para los equipos educativos como para los propios niños y niñas. Es también una situación potencialmente traumática en sí misma, que en el caso de los niños y niñas en los hogares de protección cae sobre una estructura previamente dañada por su propia historia de vida.

Por lo tanto, la unidad de contenidos que se presenta a continuación se estructura en torno a tres pilares:

- Algunas claves sobre el desarrollo evolutivo de los niños y niñas con quienes trabajamos, ideas que es importante recordar en esta situación de emergencia más si cabe.
- Algunas claves sobre la historia de trauma que han vivido muchos de los niños y niñas que se encuentran en centros de protección, y cómo esta historia puede condicionar el afrontamiento de la situación de emergencia por parte de los niños y niñas.
- Algunas claves para la intervención con niños y niñas en este contexto de emergencia sanitaria.

¹. Existe una guía paralela a esta pero dirigida a quienes trabajan con adolescentes. Horno, P., y Romeo, F. J. (2020). *Más allá de nuestra fragilidad. Brindar seguridad a adolescentes en los hogares de protección en la situación de emergencia y confinamiento por el COVID-19*. Madrid: UNICEF Comité Español.



Claves del desarrollo evolutivo en la infancia

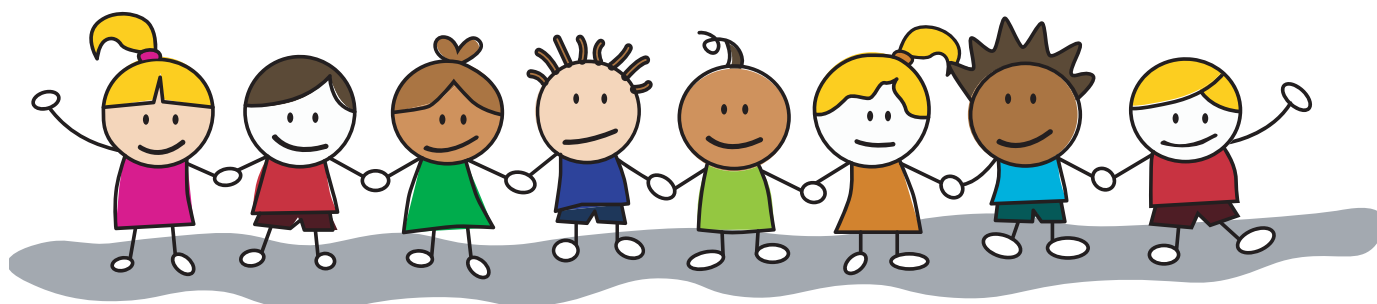
Seguridad, afectividad y desarrollo

Los niños y niñas están en continuo desarrollo: despliegan nuevas capacidades, aprenden nuevas habilidades, amplían sus relaciones... Y las experiencias que viven a lo largo de su infancia configuran el resto de su desarrollo evolutivo, afectan a qué capacidades van a poder construir y mantener en su adolescencia y en la edad adulta.

La base del desarrollo evolutivo, del crecimiento general del niño o la niña, es el desarrollo afectivo porque el contacto con la realidad se realiza a través de las relaciones vinculares: por ejemplo, la madre es quien le proporciona un alimento y no otro, el padre es quien le lava y le viste de una forma y no de otra, la cuidadora es quien le calma cuando tiene miedo y le da claves para afrontar sus emociones, el educador es quien interviene cuando tiene conflictos y le enseña vías para resolverlos.

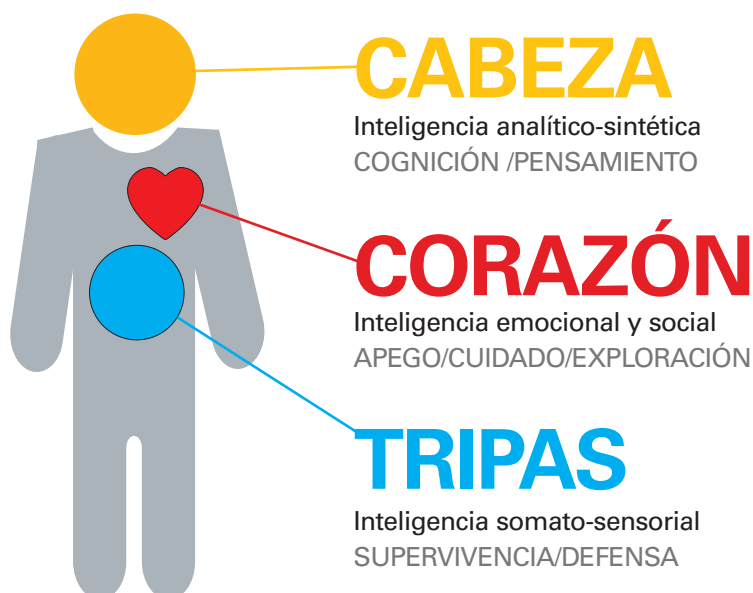
Este proceso dura toda la vida, y tiene diferentes fases que van desde el mismo embarazo hasta la muerte. Algunas de estas fases son lo que se llama "periodos sensibles" por la trascendencia de los aprendizajes que la persona ha de integrar en ese periodo. Y desde la perspectiva del desarrollo afectivo, la infancia es un periodo sensible, ya que los primeros cuidados condicionarán cómo percibe el mundo el niño o la niña.

Cuando esos cuidados no han sido suficientes o han desaparecido por cualquier motivo, el niño o la niña entran en el sistema de protección. Y en los centros de protección los equipos técnicos tienen la responsabilidad de proporcionar no sólo los aspectos materiales (alimento, alojamiento, higiene, ropa...), sino que también tienen como obligación profesional poner los medios para el desarrollo afectivo de los niños y niñas a su cargo.



Para comprender la importancia de los aspectos afectivos en el desarrollo es necesario entender que el ser humano tiene tres niveles de procesamiento interno (resumimos un modelo de comprensión de estos niveles de procesamiento que puede ampliarse en varias referencias de la bibliografía):

- **La inteligencia analítico-sintética** (que llamaremos “**cabeza**”) posibilita el procesamiento racional. Tiene que ver con las funciones ejecutivas superiores: memoria, análisis y síntesis de problemas, etc. En una situación de emergencia mantenida en el tiempo, el ser humano se centra en su necesidad de supervivencia, por lo que sus habilidades cognitivas pueden verse mermadas o al menos ralentizadas. De hecho, es muy posible que las personas presenten lentitud de pensamiento, dificultades para concentrarse o para seguir secuencias complejas de información. Los niños y niñas, que no tienen plenamente desarrolladas las partes del cerebro dedicadas a estas funciones, pueden presentar retrocesos significativos en momentos de tensión. La clave estará en proporcionar seguridad en los otros dos niveles.
- **La inteligencia emocional y social** (que llamaremos “**corazón**”) posibilita el procesamiento emocional. Aquí se sitúa todo el sistema de apego (las relaciones que, como se verá en otro párrafo, ayudan a entender cómo funciona el mundo y qué pueden esperar de las personas), las relaciones de cuidado y de exploración de la persona, todo lo que le lleva a salir e interactuar con el entorno. La necesidad universal de sentirse amado como garantía de la seguridad y desarrollo pleno surge con claridad en este procesamiento.
- **La inteligencia somatosensorial** (que llamaremos “**tripas**”) se basa en el procesamiento corporal, todas las funciones que gestiona el cuerpo a nivel no consciente. Este procesamiento es la base de los sistemas de supervivencia y defensa del ser humano y crea la llamada “memoria corporal” de la vivencia. La necesidad universal de sentirse seguro y la protección como garantía de la supervivencia surge en este procesamiento como motivación básica de la conducta. Necesidad de seguridad que se plasma en cuestiones corporales como el calor que permite no tener frío, el alimento, la necesidad de luz solar o la necesidad de ejercicio físico y de movimiento para poder regular los estados emocionales. La actividad, la naturaleza, el movimiento, un techo, la comida, el sueño, la luz del sol son elementos imprescindibles para el desarrollo.



Es necesario tener presentes estos tres niveles de procesamiento en la intervención, que deberá abordar las necesidades que aparezcan en cada nivel. Igualmente, esta estructura en tres niveles permite comprender que en una situación de emergencia los niños y niñas, incluso los de más corta edad, **sí recuerdan estas vivencias tan intensas:**

- Existe una memoria corporal y emocional más allá de la racional. Los niños y niñas más pequeños recordarán esta experiencia pero no tanto como un pensamiento, sino como una sensación corporal y emocional. Que no recuerden racionalmente o que no sepan ponerle palabras, no significa que no guarden memoria de lo que están viviendo.
- La memoria corporal de la vivencia puede tomar la forma de sensaciones corporales: dolores de tripa, palpitations o agitación, o simplemente una sensación de irrealidad que no sean capaces de explicar con palabras pero que vivan corporalmente.
- La memoria de la experiencia vendrá condicionada a la vivencia que absorban de sus figuras vinculares y, en esta situación de confinamiento, de los equipos educativos.

En este sentido, es importante recordar el papel de los **modelos afectivos internalizados**² que los niños y niñas tienen adquiridos. Los modelos afectivos internalizados son los modelos de relación que interiorizamos los seres humanos a partir de cómo nos tratan nuestras figuras de apego y nuestros referentes vinculares (quienes nos cuidan de forma principal), y que configuran cómo interactuamos con las demás personas y qué esperamos de ellas en momentos de necesidad (ya que en nuestra primera infancia dependemos completamente de otras personas para nuestra supervivencia). Y en una situación de emergencia como la presente pueden desempeñar un papel clave en la forma de afrontarla. Sin entrar en mayor desarrollo, conviene señalar que:

- Un **modelo afectivo internalizado seguro o autónomo** les va a permitir con mayor facilidad tender a la autorregulación y que las crisis emocionales sean menos intensas y más breves. En un contexto de emergencia todas las personas tienen momentos de crisis, un modelo seguro no significa que no vaya a tener momentos de desbordamiento emocional, porque son lógicas y esperables en una situación así. Sin embargo, este modelo permite manejarlas mejor de forma que sean menos agudas y más breves.
- Un **modelo afectivo internalizado evitativo** presenta algunas ventajas de cara a una situación de emergencia. Su tendencia a la soledad por su inseguridad en las relaciones de intimidad o su capacidad de autogestión pueden ser factores protectores en una situación de emergencia. Sin embargo, la obligación de convivir en un espacio de confinamiento puede generar incomodidad por unas relaciones que se viven como “demasiado próximas”.
- Un **modelo afectivo internalizado ansioso o ambivalente** sin embargo genera mayor vulnerabilidad en una situación de emergencia y confinamiento por la necesidad de presencia constante de otras personas, que en un contexto de confinamiento se ve muy limitada porque muchas de esas personas no van a estar en ese espacio.
- Un **modelo internalizado afectivo desorganizado** presenta una serie de problemáticas que se pueden agudizar en contextos de emergencia.

Para finalizar este apartado, es necesario recordar que el desarrollo afectivo se basa en dos hitos esenciales a conseguir:

- **La autorregulación emocional**, que consiste en el equilibrio entre la protección y la entrega, entre la activación y el descanso, entre la exploración y la reflexión, entre el cuidado del otro y el autocuidado.
- La **integración emocional**, que consiste en que el procesamiento racional, emocional y corporal de cada vivencia estén integrados, que sean consistentes.

2. Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.

¿Cómo contribuir a que los niños y niñas se sientan seguros durante la situación de emergencia y confinamiento?

El mayor reto de la intervención con niños y niñas en una situación de emergencia es lograr brindar seguridad. Hay dos claves esenciales para conseguirlo:

- **No es posible la seguridad sin afectividad por parte de las personas del entorno.** En este caso, solo se creará seguridad en los niños y niñas si los equipos educativos trabajan y funcionan desde la competencia profesional de la afectividad consciente.
- **La seguridad se obtiene de la vivencia cotidiana, no de la lógica y el pensamiento.** Hemos de construir vivencias de seguridad y afectividad, experiencias que los niños y niñas integren a partir de acciones y gestos, no solo de explicaciones.

Hay algunos elementos concretos que promueven la seguridad en los niños y niñas:

- **Regularidad y predictibilidad:** mantener las rutinas cotidianas.
- **Fiabilidad:** no ocultar información y no mentir ni negar cuando los niños y niñas nos pregunten. Más vale un “No sé” honesto que una respuesta a medias que genere incertidumbre y confusión.
- **Promover una red afectiva sólida,** en dos aspectos: la afectividad de las personas que les rodean y el contacto con su propia red afectiva: sus amistades y su familia. Nadie se siente seguro a solas.
- **Flexibilidad:** una estructura rígida no genera seguridad sino miedo. Miedo a que se rompa, a no ser capaz de mantenerla, a equivocarse, a fallar. Es necesario que los equipos trabajen de forma flexible.
- Cultivar la **confianza** y la **esperanza.** Dentro de intentar no pensar demasiado a largo plazo, es necesario cultivar la esperanza para promover su seguridad.
- Un **entorno seguro y protector** en todos los niveles, donde no haya ninguna forma de violencia.



Claves de la historia previa de trauma

Es necesario hablar de trauma en un documento como este porque la emergencia sanitaria y la experiencia de confinamiento obligatorio son vivencias potencialmente traumáticas en sí mismas. Y porque en el caso de los niños y niñas con los que trabajamos en los hogares de protección, este trauma cae sobre una estructura herida por el daño previo que traen de su propia vida³.

Pero un aspecto clave a tener en cuenta en esta situación es que los mecanismos de disociación que pusieron en marcha para sobrevivir en su vida pueden funcionar a su favor para sobrellevar esta experiencia si saben usarlos. Por ejemplo, determinados niveles de desconexión sensorial hacen mucho más llevadero el confinamiento físico; o la capacidad para desconectar o negar la vivencia emocional en un determinado momento puede ayudarles en una situación de emergencia. No es deseable que estos mecanismos se mantengan en el tiempo por el coste que tienen, pero en periodos concretos les pueden ayudar.

Para la intervención con los niños y niñas de los hogares de protección en una situación de emergencia y confinamiento es imprescindible que los equipos educativos mantengan una mirada consciente hacia ellos. Esta mirada se centra en los siguientes parámetros:

- **Ver siempre la conducta como manifestación de la vivencia emocional y del daño sufrido** y de la situación presente. Los equipos educativos deben tratar de no tener un pensamiento autorreferencial en las vivencias que afronten con los niños y niñas (el objetivo sería un pensamiento como *"El niño o la niña puede estar comportándose conmigo así, pero no contra mí, sino que está volcando conmigo su experiencia"*). Es importante que los equipos traten de no sentirse atacados por conductas de los niños y niñas y diferenciar las conductas disociadas (aquellas que surgen de su trauma, de las que no son conscientes) de las intencionales (que se realizan desde la consciencia). Sus conductas son resultado de su daño personal, su historia de trauma y de la ansiedad de base que provoca la situación de emergencia.
- Ante cualquier conducta del niño o la niña, es necesario siempre preguntarse **"¿Qué me pasa a mí con esto?"**. De esta forma, podremos poner consciencia en nuestros propios procesos corporales y emocionales para utilizarlos como un criterio profesional válido de cara a la intervención, y también para no transferir a la otra persona lo que es propio.



3. Romeo, F. J. (2019). *Acompañando las heridas del alma. Trauma en la infancia y adolescencia*. La Paz: Oficina Regional de Aldeas Infantiles SOS LAAM. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/manual-acompanando-las-heridas-del-alma-trauma-en-la-infancia-y-adolescencia-de-f-javier-romeo>

Y dentro de esta mirada consciente, es imprescindible recordar que, debido a la historia de trauma que tienen muchos niños y niñas en el sistema de protección, tienen dificultades con ciertas cuestiones:

- Quedarse quietos.
- Obedecer durante tiempos prolongados o seguir órdenes complejas.
- Seguir indicaciones, presentando conductas autodefensivas como mentiras, pensamiento paranoide, o llevar la contraria por sistema.
- Regular el contacto físico (por exceso, buscándolo constantemente, o por defecto, rehuyéndolo).
- Mantener las rutinas de higiene y comida.
- Equilibrio y autocuidado (pueden caerse más a menudo o hacerse heridas).
- Despertarse y activarse: no logran dormir bien y profundo, pueden tener pesadillas o un sueño muy ligero.

Por todo ello, es necesario tener presente que en una situación de emergencia y confinamiento los niños y niñas pueden asumir varias actitudes:

- Fruto de los mecanismos disociativos internos, pueden tomar la actitud de irrealidad, de *“Esto es un mal sueño del que voy a despertar.”*
- Por sus dificultades de conexión interna con el miedo, pueden tomar la actitud de reacción opuesta en la línea de *“Yo no me voy a infectar,” “Esto no va conmigo” o “Esto no me afecta.”*
- Pueden presentar problemas para mantener todas las rutinas que tengan que ver con el autocuidado, especialmente las de higiene y comida.



Claves de la emergencia

Veamos algunas claves específicas para intervenir con niños y niñas en centros de protección propias de un contexto de emergencia y confinamiento como el del COVID-19.

El entorno seguro y protector

La base de la intervención siempre es generar un entorno seguro y protector⁴, como condición previa a cualquier intervención. En un contexto de emergencia esto es aún más necesario, ya que es la situación que se afronta la que pone en riesgo ese entorno. Por eso es imprescindible prestar atención a dos aspectos.

- **Cuidar el entorno físico y emocional.** En este aspecto entran todas las medidas de higiene y prevención de contagios, pero también entra el cuidado extremo de la calidez emocional del entorno del hogar de protección, teniendo en cuenta que es el espacio donde nos vemos obligados a estar confinados. Puede ser incluso una oportunidad para transformar ese entorno de forma conjunta con los niños y niñas, decorándolo con objetos que vayan creando durante el confinamiento o reorganizándolo para adecuarlo a tiempos más prolongados en el centro.
- Es imposible que los chicos y chicas se sientan seguros sin la afectividad por parte de los adultos. Por lo tanto, toca recordar más que nunca la necesidad de la **afectividad consciente como competencia profesional** en los equipos educativos. Vamos a ver esto en más detalle.



4. Horno, P., Romeo, F.J., Ferreres, Á., et al. (2017). *El acogimiento como oportunidad de vida. Referentes de buena práctica y recomendaciones para una atención idónea a niños, niñas y adolescentes en acogimiento familiar y residencial*. Madrid: UNICEF Comité Español. Recuperado de: <https://www.unicef.es/publicacion/el-acogimiento-como-oportunidad-de-vida>

La afectividad consciente de cada profesional

Sin entrar en un desarrollo amplio de la competencia, sí conviene recordar aquí que un profesional competente en **afectividad consciente**⁵ debe tratar de:

- Mantener la **consciencia sobre sus propios procesos internos** (sensaciones corporales, vivencias emocionales y pensamientos) y sobre sus acciones y el significado que puede tener su comportamiento para cada niño o niña en función de su historia de vida.
- **Ser afectivo de forma expresa**. Es necesario mostrar afecto a los niños y niñas de forma cotidiana y generalizada a todos ellos. En la emergencia sanitaria por el COVID-19 el contacto físico no cabe como canal para mostrarlo, por lo que es necesario reforzar la palabra y los hechos. Tener detalles con los niños y niñas se vuelve esencial en estos momentos: prepararles una comida que les guste, dejarles una nota en la almohada, ver una película juntos...
- **Flexibilidad en las actuaciones**. Las normas comunes y las rutinas cotidianas deben manejarse con claridad pero con flexibilidad, permitiendo diferencias individuales entre los niños y niñas y de un día o momento a otro.
- **Fiabilidad en sus palabras y actuaciones**. Es importante no mentir a los niños y niñas, no negarse a contestar sus preguntas ni ocultarles información. Y si no se sabe, contestar “No sé” con claridad y con humildad.
- Mantener siempre un **enfoque positivo** al hablar y al actuar. Es necesario fijarse en lo que los niños y niñas hacen bien, reforzar los logros, el simple hecho de pasar un día tras otro en el confinamiento sin problemas.
- **Respeto a los vínculos y la historia de las personas con las que trabajen** (adultas y niños y niñas).
- **Permitir los tiempos suficientes y necesarios a los procesos**, que en un contexto de emergencia serán más largos de lo habitual.
- **Buscar espacios de autocuidado sistemáticos**, cumpliendo consigo mismos unos mínimos diarios irrenunciables: el descanso suficiente, una buena alimentación, algo de sol aunque sea a través de la ventana, movimiento o ejercicio físico y al menos una conversación con una persona de fuera del trabajo.



5. Horno, P. (2018). *La afectividad consciente como competencia profesional en Aldeas Infantiles SOS América Latina y el Caribe*. San José de Costa Rica: Aldeas Infantiles SOS Oficina Regional de América Latina y el Caribe. Disponible en: <http://www.espiralesci.es/guia-la-afectividad-consciente-como-competencia-organizacional-en-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina-y-el-caribe-de-pepa-horno/>

La red afectiva

En la infancia las relaciones afectivas son cruciales para la regulación de las emociones y para el procesamiento de las vivencias. Por eso es imprescindible:

- **Promover actividades grupales**, tratando de que no pasen mucho tiempo a solas en las habitaciones. Aunque está bien que puedan tener momentos tranquilos de lectura o de juego individual, es mejor que se les pueda acompañar, por si les aparecen emociones que les desborden.
- **Permitir y fomentar el contacto con la red afectiva de los niños y niñas**: el contacto con sus familias si es posible y con su grupo de iguales a través de las nuevas tecnologías les puede brindar seguridad afectiva.
- **Promover una forma de “estar para otros”**: promover el cuidado de otras personas como mecanismo de resiliencia que ayuda a salir de los problemas propios y que además genera una sensación de eficacia, de *“Estoy haciendo algo útil para alguien.”*

Transitar las emociones

En una situación de emergencia y confinamiento, cualquier emoción que se viva es normal. La clave es trabajar para no atascarse en ninguna emoción, para transitarlas, entrando y saliendo de ellas tantas cuantas veces al día haga falta. Al acompañar a niños y niñas, ayuda especialmente:

- **Promover la risa** como mecanismo de resiliencia. Se deben buscar situaciones, relatos o imágenes que generen sonrisas y buen humor.
- **Legitimar el miedo, diferenciándolo del pánico**. Hay que trabajar para que la consciencia de la fragilidad que ha creado esta situación de emergencia no se vuelva miedo paralizante dentro de los niños y niñas.
- **Permitir la expresión legítima de la rabia**, diferenciándola de la agresión. Es normal que los niños y niñas se enfaden ante la situación en general o ante experiencias concretas. Si la pueden manifestar de una manera adecuada (sin causar daño a nadie), serán capaces de liberarse de ella.
- **Buscar una forma física en la que puedan expresar las emociones** que están sintiendo en estos tiempos. Pueden hacerlo a través del baile, del movimiento, del arte...
- **Ritualizar la esperanza**. Ayuda mucho introducir en la cotidianidad algunas actividades simbólicas, artísticas, creativas, relatos conjuntos... que permiten tener confianza en el resultado final. Especialmente en la infancia, los pequeños gestos simbólicos permiten el procesamiento emocional de las situaciones.
- Tratar de **filtrar el acceso continuo a la información** que puede agudizar la vivencia de miedo. Como niños y niñas necesitan pocas informaciones pero claras, y siempre con un elemento positivo, por pequeño que sea.

La palabra

Los niños y niñas, especialmente de corta edad, tienen unas capacidades lingüísticas que todavía no se han desarrollado completamente. Por eso pueden malinterpretar lo que oyen, o pueden sentir desconcierto ante lo que viven. Por ese motivo los equipos educativos deben cuidar dos aspectos:

- Prestar mucha atención a la **expresión verbal**, para comprobar qué entienden los niños y niñas, o qué cosas hay que explicar de otra forma.
- **Crear espacios que posibiliten la palabra**, que las personas puedan expresar las vivencias sin evaluación ni juicio. Con niños y niñas son especialmente útiles las asambleas, pero también pueden servir los cuentos, hacer teatro o jugar con títeres.

El equilibrio entre firmeza y flexibilidad

Las rutinas dan estructura al día (“Ahora se hace esto, luego se hace esto otro”), lo que hace que las cosas sean predecibles y proporciona seguridad (“Sabemos más o menos qué vamos a hacer en los distintos momentos”). Por eso a los niños y niñas les ayuda que los equipos educativos las mantengan, pero sin rigidez, con un **equilibrio entre firmeza y flexibilidad**. En este sentido, es conveniente:

- **Mantener una actitud constructiva:** “Si hoy no se puede, mañana lo intentamos de nuevo”.
- **Acoger las diferentes actitudes de los niños y niñas**, que pueden mostrar desconexión, parálisis, sobreactivación u omnipotencia.



El abordaje de conflictos desde la Disciplina Positiva

Los conflictos forman parte natural de las relaciones entre personas, la clave está en cómo se afrontan y resuelven. En situaciones de confinamiento, hay más tensión y además los niños y niñas están más en contacto entre sí y con los equipos educativos, así que va a haber más conflictos. Por eso es importante tener presentes algunos elementos clave de la Disciplina Positiva⁶ para mantener un buen ambiente:

- **Expresión y validación de las emociones de todas las personas implicadas.** Los niños y niñas pueden aprender mucho también de la expresión saludable y constructiva de conflictos en sus referentes adultos, desde el respeto por todas las partes.
- Establecer las **consecuencias** para la vulneración de las normas siempre **vinculadas a la reparación**. Debe ser evidente para los niños y niñas la relación entre su acción que ha causado daño y la acción que tienen que hacer para repararlo (si han ensuciado, tienen que limpiar; si han hecho que otra persona se sienta triste, tienen que facilitar que esa persona se sienta mejor).
- Recordar que **las normas son un derecho de los niños y niñas para garantizar su pleno desarrollo** también en una situación de emergencia y confinamiento. Pero hay que **diferenciar las normas de protección no negociables** y que todos (las personas adultas también) debemos cumplir **de las pautas propias del proceso educativo cotidiano individual de cada niño o niña** (que pueden variar dependiendo del niño o niña o de cómo haya ido el día).

Mantener la consciencia sobre los límites que no se pueden cruzar

La situación de confinamiento puede desequilibrarnos también a quienes somos referentes adultos para los niños y niñas. Sin embargo, necesitamos mantener una consciencia muy clara sobre los límites que no se pueden cruzar:

- Cuestionar al niño o niña ("*Eres malo*") en vez de sus actos ("*Esto que has hecho está mal*").
- Cuestionar el vínculo que nos une al chico o chica (amenazar con el abandono o la expulsión, hacer chantaje emocional...).
- Cualquier forma de violencia física, emocional o sexual.
- Cuestionar la familia de los niños y niñas, incluso cuando son familias que no han sido protectoras: solo cada persona puede cuestionar su propia familia, cuando pueda y con la ayuda que necesite.
- Cuestionar la identidad social y cultural de los niños y niñas.

⁶. Horno, P. y Romeo, F. J. (2017). *Afecto, límites y consciencia. La disciplina positiva en programas de Aldeas Infantiles SOS*. San José de Costa Rica: Oficina Regional de Aldeas Infantiles SOS América Latina y el Caribe. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/guia-afecto-limites-y-consciencia-de-pepa-horno-y-f-javier-romeo-para-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina/>



ACTIVIDADES PARA TRABAJAR CON NIÑOS Y NIÑAS

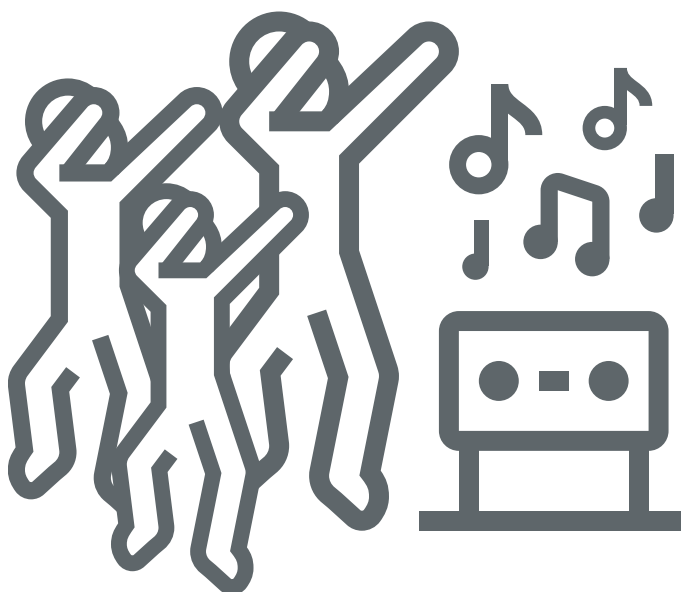
Para finalizar esta breve guía, queremos proponer un par de actividades para trabajar la **gestión emocional** en el contexto de emergencia y confinamiento con niños y niñas en los hogares de protección.

ACTIVIDAD #1

CREAR UNA DANZA DE GRUPO

Para los niños y niñas, crear una danza conjunta con sus referentes afectivos les ayuda a elaborar sus vivencias, a expresar con movimiento cómo se sienten y a honrar las pérdidas, y la dimensión grupal les ayuda a construir y consolidar la pertenencia. Los equipos técnicos pueden iniciar las primeras danzas, invitando a que los niños y niñas vayan haciendo aportaciones. Se pueden proporcionar unos modelos iniciales, y a partir de ahí avanzar hacia una danza más propia. Dependiendo de la edad, se puede empezar a partir de distintos modelos:

- **Danza libre.** La única pauta es que tienen que bailar todas las personas de la casa a la vez con la misma música. Se pueden alternar músicas rápidas y energéticas con músicas más suaves y tranquilas. Cada profesional debe prestar atención a los niños y niñas que expresen sentimientos difíciles, ayudándoles a regularse.
- **Danzas circulares con música tranquila y pasos sencillos** (se pueden ver inspiraciones en internet: https://www.youtube.com/results?search_query=danzas+circulares+del+mundo). Al estar unidos por las manos, los niños y niñas pueden seguir mejor la regulación grupal.
- **Danzas honoríficas de las tradiciones locales** (por ejemplo, usadas en saludos, bodas o funerales).
- **Para niños y niñas mayores, danzas de inspiración guerrera**, como el haka⁷ maorí o las coreografías que tienen algunos equipos deportivos. En este caso es importante la regulación por parte del equipo educativo, ya que el objetivo de la danza es expresar con fuerza e intensidad la cohesión grupal y la defensa del grupo (en este caso frente al coronavirus), canalizando de forma positiva los sentimientos de frustración, pero evitando la creación de nuevos conflictos.



7. Ver <https://es.wikipedia.org/wiki/Haka>

ACTIVIDAD #2

ELABORAR DIBUJOS Y CARTAS DE APOYO

Los niños y niñas necesitan hacer algo positivo que les proporcione la sensación de seguridad y bienestar en algún ámbito. Llevar a cabo actos de generosidad y cuidado hacia otras personas les ayuda a sentirse capaces de hacer algo por mejorar la situación. Dependiendo de la edad, podrán ser dibujos muy sencillos o creaciones más elaboradas, como cartas y poemas. El apoyo de sus educadores y educadoras debe ir dirigido hacia el bienestar del niño o niña y de la persona destinataria (no es el momento de corregir ortografía, lo que lo convertiría en una tarea desagradable). Pueden elaborar:

- **Cartas con mensajes positivos para personas queridas** (sus amistades, sus familias): dibujos o expresiones respecto a lo que harán cuando se vean de nuevo, qué les gustaría compartir, o cómo se pueden apoyar entre sí.
- **Cartas de apoyo para profesionales de primera línea** (médicos, enfermeras...) y pedir a alguien que las deje en un hospital cercano.
- **Escribir cartas de apoyo con dibujos para personas ingresadas** (se puede coordinar con el hospital).

Para que esta actividad sea efectiva es necesario que los niños y niñas puedan saber cómo se han recibido sus cartas. Con las familias y amistades puede bastar con enviarlas desde los sistemas del centro, o enseñárselas por teléfono si tienen videoconferencias. Con los hospitales puede bastar pedir a quien las recibe que saque una fotografía de las cartas colgadas en los tabloneros de anuncio o entregadas a personas enfermas.



Bibliografía

- Barudy, J., y Dantagnan, M. (2009). *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.
- Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
- Faber, A. y Mazlish, E. (2013). *Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos le hablen*. Barcelona: Medici.
- Gordon, T. (2006). *Técnicas Eficaces para Padres*. Barcelona: Medici.
- Gonzalo, J.L (2015). *Vincúlate. Relaciones reparadoras del vínculo en los niños adoptados y acogidos*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Gonzalo, J.L., y Pérez, C. (2012): *¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo? Guía para padres adoptivos con hijos con trastornos de apego*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Horno, P. (2017). *Educando la alegría*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Horno, P. (2018). *La promoción de entornos seguros y protectores en Aldeas Infantiles SOS América Latina y el Caribe*. San José de Costa Rica: Aldeas Infantiles SOS Oficina Regional de América Latina y el Caribe. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/guia-la-promocion-de-entornos-seguros-y-protectores-en-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina-y-el-caribe-de-pepa-horno/>
- Horno, P. (2018). *La afectividad consciente como competencia profesional en Aldeas Infantiles SOS América Latina y el Caribe*. San José de Costa Rica: Aldeas Infantiles SOS Oficina Regional de América Latina y el Caribe. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/guia-la-afectividad-consciente-como-competencia-organizacional-en-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina-y-el-caribe-de-pepa-horno/>
- Horno, P., Echeverría, A., y Juanas, A. (2017) *La mirada consciente en los centros de protección. Cómo transformar la intervención con niños, niñas y adolescentes*. Madrid: CCS.
- Horno, P., y Romeo, F.J. (2017). *Afecto, límites y consciencia. La disciplina positiva en los programas de Aldeas Infantiles SOS*. San José de Costa Rica: Oficina Regional de Aldeas Infantiles SOS para Latinoamérica y el Caribe. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/guia-afecto-limites-y-consciencia-de-pepa-horno-y-f-javier-romeo-para-aldeas-infantiles-sos-en-america-latina/>
- Horno, P., Romeo, F.J., Ferreres, Á., et al. (2017). *El acogimiento como oportunidad de vida. Referentes de buena práctica y recomendaciones para una atención idónea a niños, niñas y adolescentes en acogimiento familiar y residencial*. Madrid: UNICEF Comité Español. Recuperado de: <https://www.unicef.es/publicacion/el-acogimiento-como-oportunidad-de-vida>
- Romeo, F. J. (2019). *Acompañando las heridas del alma. Trauma en la infancia y adolescencia. La Paz: Oficina Regional de Aldeas Infantiles SOS LAAM*. Recuperado de: <https://www.espiralesci.es/manual-acompanando-las-heridas-del-alma-trauma-en-la-infancia-y-adolescencia-de-f-javier-romeo>
- Siegel, D.J., y Payne Bryson, T. (2012). *El cerebro del niño*. Madrid: Alba.
- Stapert, M., y Verliefde, E. (2011). *Focusing con niños. El arte de comunicarse con los niños y los adolescentes en el colegio y en casa*. Bilbao: Desclée De Brouwer.