

# Semillas de Cambio

Herramientas para cultivar la participación adolescente



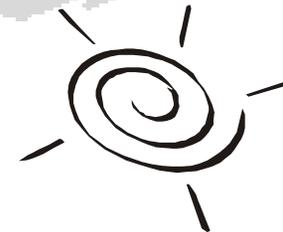
Estrategia Para Aprender a Cuidarnos

RED DE PARTICIPACIÓN  
ADOLESCENTES  
EN MOVIMIENTO  
POR SUS DERECHOS



unicef 

para cada infancia



●●●●●●●● **Créditos:**

**Versión Original**

Angelina Neves - Fernanda Teixeira  
**UNICEF** Mozambique y Cruz Roja Mozabicana  
1992

**Traducción al español**

Jorge Mesa  
M.E.N. Colombia 1997

**Revisión y adaptación de textos**

María del Pilar Jaramillo M.  
M.E.N. Colombia 1997

**Metodología y diseño técnico**

Nidya Quiroz  
UNICEF- Mozambique, 1992  
Versión 1997

**Coordinador del Área de Protección Especial**

Nelson Ortiz  
UNICEF Colombia

**Oficial Asistente de Proyecto**

César Romero  
UNICEF Colombia

Este manual se produce con el apoyo financiero de el Gobierno Italiano

**Primera producción en convenio con**

- . Ministerio de Educación Nacional
- . Comisión Diocesana para los Derechos Humanos en Colombia
- . Cruz Roja Colombiana

**Coordinación editorial**

Bernardo Nieto  
Sara Franky Calvo

**Ilustración y diseño gráfico**

Elena Ospina - Luis Eduardo León

**Impresión**

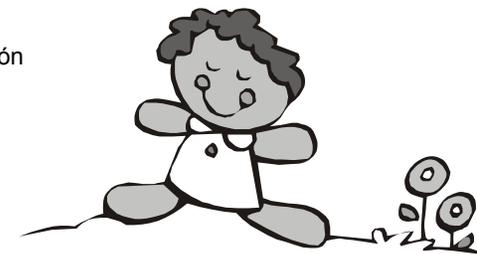
Gente Nueva Editorial

Bogotá, D.C., Colombia

Cuarta edición  
abril 2001

Este documento

**El Retorno de la Alegría, Manual del Voluntario**  
puede reproducirse en su totalidad o en sus partes,  
siempre que se solicite autorización.



# INTRODUCCIÓN

Este manual es un instrumento de apoyo para las actividades relacionadas con la recuperación sicoafectiva de los niños y niñas víctimas del desplazamiento por causa de la violencia en su región. Todos los niños afectados por este fenómeno necesitan ayuda no solo física sino emocional.

El desarrollo de este manual permite trabajar de manera sencilla la recuperación de estos niños, conocer sus problemas sicoafectivos, sugerir recomendaciones sobre cómo conversar con ellos e instruir sobre la utilización de los materiales didácticos que se entregan en una “mochila” y que hacen parte del trabajo diario. Asimismo, presenta unas pautas específicas para que los instructores o el personal entrenado en esta tarea puedan planificar las actividades semanales y llevar las fichas individuales que permiten hacerle el seguimiento a cada uno de los niños y niñas beneficiados por el programa.

Lea con detenimiento este manual y complemente además su conocimiento con los talleres que hacen parte del programa. Estamos seguros que este instrumento es una guía adecuada para rescatar la alegría y los corazones de muchos niños y niñas que necesitan vivir adecuadamente su niñez.



BUENA SUERTE!

# PRESENTACIÓN

Los niños y las niñas son el “interés superior” de UNICEF, son nuestro gran propósito y mucho más si están viviendo en circunstancias difíciles que les impiden su normal desarrollo.

El fenómeno del desplazamiento en Colombia es una realidad que marca al país de manera cada vez más intensa, pues es una de las consecuencias de mayor impacto de la violencia política. Esta situación se ha ido convirtiendo en un grave problema de violación de los derechos de la población civil y en especial de las mujeres y los niños que tienen que enfrentar el desarraigo como único camino para salvar sus vidas.

La situación afrontada por este sector de la población merece una atención especial, por ello los niños desplazados en Colombia nos preocupan profundamente, no solo para satisfacer sus necesidades básicas sino principalmente para atender sus necesidades afectivas y su recuperación para una vida feliz.

Conocemos cuánto sufren al estar alejados de sus hogares, de sus veredas. Hemos palpado su temor, su miedo. Nos hemos conmovido con su llanto y hemos visto como se esconden asustados en el nuevo lugar que los acoge. Por todo esto, decidimos implementar iniciativas que devuelvan la alegría y “sanen los corazones” como dice Graça Machel, experta de las Naciones Unidas.

Este manual es una adaptación de una metodología diseñada por UNICEF en otras latitudes, en otros países también afectados por el conflicto armado. Es un valioso instrumento dirigido a maestros y jóvenes voluntarios de la región que brindan su tiempo para atender a los niños que han sido desplazados de sus lugares de origen. Sin la participación decidida de maestros y jóvenes pertenecientes al Movimiento de los Niños por la Paz no habríamos podido llevar a cabo esta acción que fundamentalmente es un gesto de amor y confraternidad.

Hace parte de los diversos instrumentos que se aplican en el programa de recuperación sicoafectiva de los niños y niñas desplazados en Colombia. Está dividido en varios capítulos que van desde la problemática que afecta el comportamiento de los niños, el manejo sencillo de los materiales didácticos, hasta instrucciones específicas para los voluntarios que lo aplican.

Sabemos que sólo hay una niñez para cada uno de estos niños y niñas que han visto la vida con otros ojos. Creemos en su capacidad para recuperar la alegría. Sí llegamos a ellos a través de la fantasía, sí rescatamos el juego y la risa podremos entre todos construir la paz en Colombia.

**MANUEL MANRIQUE C.**  
Representante de UNICEF  
para Colombia y Venezuela

# TRATAR ADECUADAMENTE AL NIÑO

La agresividad sigue invadiendo el común comportamiento de los mayores, y nos impide retornarle a los niños la ternura que nos dan y que tanto necesitan.

La luz de sus ojos al mirarnos, iluminan el camino que debemos seguir. Limpiar el corazón de todo odio, dar confiadamente amor sin límites al hermano, comunicar la alegría de vivir, en un maravilloso mundo que Dios nos dá.

Las víctimas más inocentes de la intolerancia, son los niños, y les ha causado graves problemas que solos no podrán resolver.

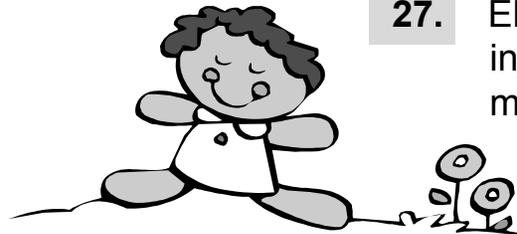
Que vuelvan los niños y que encuentren a papá y mamá trabajando en el campo para ganar el pan familiar, que vuelvan los niños a jugar y a dormir tranquilos. Construyamos la paz que todos necesitamos. Que vuelvan los niños del vecindario a jugar con carritos y arena y elevar la esperanza y su futuro en las cometas.

Este proyecto que se realiza en todo el gran Urabá, es animado por la Diócesis de Apartadó en cooperación con el Ministerio de Educación y el UNICEF, y quiere ayudar a que los niños vivan mejor y superen los traumas causados por la violencia.

# Índice



1. Los problemas de los niños
2. ¿Por qué tienen estos problemas ?
3. ¿Qué debemos hacer con los niños que tienen problemas ?
4. ¿Cómo comunicarse con los niños ?
5. ¿Cómo conversar con un niño ?
6. Durante una conversación es importante...
7. A través de las conversaciones:
8. Los muñecos, el juego, el dibujo...
9. El dibujo.
10. Juegos.
11. Muñecos.
12. ¿Para qué sirven los juguetes?
13. Después de usar un juguete
14. ¿Cómo practicar estas actividades?
15. Los libros.
16. Cuentos y leyendas.
17. La mochila de los sueños.
18. ¿Cómo iniciamos nuestro trabajo?
19. Las relaciones con la comunidad son de suma importancia.
20. El agente sustituto.
21. Los niños día a día.
22. ¿Cómo estimular los niños de acuerdo a su edad?
23. Otras tareas importantes.
24. Programa semanal.
25. Ficha individual de los niños.
26. Informe mensual.
27. El retorno de la alegría instrumento para el aprendizaje del manual del voluntario.



# 1 - Los problemas de los niños

Los problemas de los niños pueden tener diversas causas. Algunos tienen relación con el estado de su cuerpo, o con el estado de sus sentimientos, o con ambos aspectos al mismo tiempo.

La edad de un niño influirá en la manera e intensidad en que es afectado por un suceso violento.

Cuando el cuerpo está enfermo algunas señales pueden ser: fiebre, irritación constante, vómito, diarrea, debilidad en general.

Cuando el niño tiene problemas con los sentimientos las señales pueden ser:

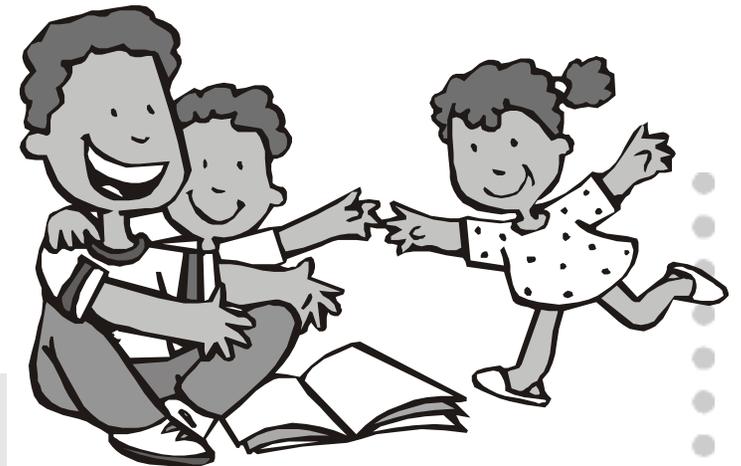


- Dificultad para jugar o concentrarse
- Permanece aislado y sin amigos
- Presenta atraso o dificultades en el habla;
- Alteraciones en el sueño, no duerme bien, tiene pesadillas y temores nocturnos, sonambulismo, miedo a la noche, dificultades en conciliar el sueño
- Falta de apetito
- Miedo a diferentes situaciones por ejemplo: temor a los extraños, al agua, a los animales, a la oscuridad, etc..;
- Apego a los adultos o a objetos especiales, por ejemplo a una cobija, a un juguete en particular, la separación de sus objetos o de sus seres queridos le puede generar ansiedad
- Frecuentemente está malhumorado, alterado e irritable;
- Se muestra excesivamente activo o inactivo
- Depresión, tristeza
- Se muestra extremadamente desconfiado, temeroso o triste
- Es agresivo verbal y/o físicamente con otros, insulta, puede comportarse destructivamente consigo mismo o con los demás, con sus propios objetos o con los ajenos
- Asume conductas autodestructivas o de riesgo;
- Se comporta como un niño de menor edad en relación a su edad cronológica
- Presenta síntomas de enfermedad sin causa real aparente.

## 2 - ¿Por qué tienen estos problemas ?

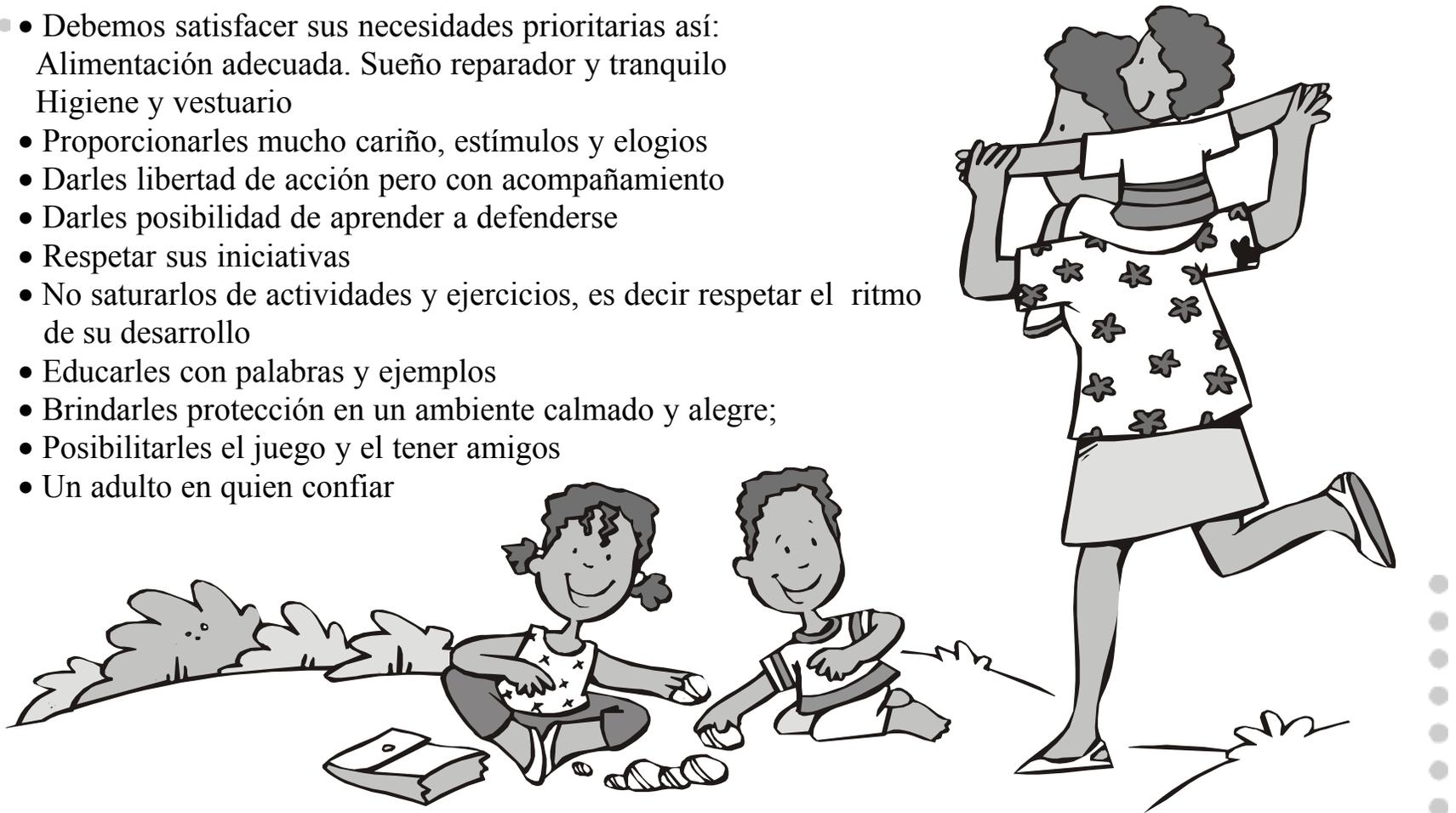
- Tienen estos problemas cuando sus necesidades básicas no son satisfechas, y les falta comida, cariño, seguridad, autoestima.
- Cuando son tratados de una manera inadecuada:
  - Los padres o los adultos se comportan muy exigentes o indiferentes con ellos
  - Los padres o los adultos no dejan a sus hijos aprender a enfrentar situaciones nuevas o difíciles;
  - Los niños sufren amenazas o castigos;
  - Los niños tienen que desempeñar tareas que no son propias de su edad ni de su condición infantil
- Cuando en casa se presentan discusiones y peleas frecuentes o son objeto del desafecto (separación de los padres o muerte de uno de ellos), así como otras situaciones que cambian el ambiente de crianza;
- Cuando sufre alteraciones físicas como maltrato, mutilaciones, torturas, o enfermedades

Actualmente en nuestro país, la principal causa de alteraciones en el comportamiento de los niños es: la violencia armada y sus consecuencias.



### 3 - ¿Qué debemos hacer con los niños que tienen problemas?

- Debemos satisfacer sus necesidades prioritarias así:  
Alimentación adecuada. Sueño reparador y tranquilo  
Higiene y vestuario
- Proporcionarles mucho cariño, estímulos y elogios
- Darles libertad de acción pero con acompañamiento
- Darles posibilidad de aprender a defenderse
- Respetar sus iniciativas
- No saturarlos de actividades y ejercicios, es decir respetar el ritmo de su desarrollo
- Educarles con palabras y ejemplos
- Brindarles protección en un ambiente calmado y alegre;
- Posibilitarles el juego y el tener amigos
- Un adulto en quien confiar



## 4 - ¿Cómo comunicarse con los niños?

Todos nosotros comunicamos nuestros sentimientos a través del cuerpo y la palabra, charlando, gesticulando, utilizando expresiones del rostro, risas, sonrisas, carcajadas, o llanto, a través de la dramatización, la música, la danza, el cuento, la leyenda, y de las diversas expresiones artísticas.

Pero los niños pequeños no dominan el lenguaje hablado, y por eso, muchas veces expresan lo que sienten a través del juego, el teatro, la canción o la danza, el modelado en plastilina, el dibujo y otras expresiones artísticas.

### Para comunicarnos con un niño podemos :

- Conversar con él,
- Contarle historias y leyendas,
- Incentivarlo a que cuente sus propias historias,
- Motivarlo a que exprese sus sentimientos a través de diferentes manifestaciones artísticas (teatro, dibujo, modelado...)
- Y especialmente posibilitarle las condiciones para jugar

### Se debe tener presente que:

- En cada cultura, o región, existen formas diferentes de comunicarse, de expresar sentimientos, de buscar ayuda o consuelo y de enfrentar situaciones difíciles.
- Cada edad requiere una forma de acercamiento o comunicación diferente. Será distinto tratar de comunicarse con un niño pequeño, que con uno en edad escolar o un adolescente.



## 5 - ¿Cómo conversar con un niño?

Es importante saber que cualquier persona que haya sufrido mucho y tenido grandes dificultades, puede presentar desconfianza y no le gusta hablar de sí mismo ante los extraños, especialmente si es un niño.

Pero el poder hablar de los problemas, muchas veces ayuda a sobrellevarlos, tanto en los adultos como en los niños.

Al contrario de lo que algunos creen, los niños, aún los más pequeños, sí se dan cuenta de lo que sucede alrededor y de lo que sienten los adultos. Por eso, por más terrible que sea la situación, será más tranquilizador para ellos saber lo que está pasando. Es fundamental saber cómo acercarnos a ellos para lograr una relación de confianza y apoyarlos emocionalmente. Nuestra obligación es ganar la confianza de los niños a través de un comportamiento amigable, demostrándoles que somos buenos oyentes.

Para esto necesitamos:

- Crear un clima de confianza: Es importante ser cálidos con el niño y estar realmente interesados en su vida, sus esperanzas, sentimientos y dificultades; y saber esperar el tiempo necesario para construir una relación de confianza.
- Buscar el lugar adecuado y el tiempo necesario para conversar con comodidad y privacidad.

- Crear un clima de aceptación y explicarle al niño quiénes somos, qué hacemos y las razones por las cuales estamos con él
- Ser confidentes. Asegurarle al niño que la información que él nos confía será mantenida en secreto.
- Ayudar al niño a que se relaje: En especial, si notamos que el niño está muy tenso, será importante que dibuje lo que él quiera, o jugar con él. Este puede ser un buen punto de partida para el conocimiento.
- Nunca interrumpirlo
- Mostrarle respeto y simpatía
- Nunca juzgar o criticar, aceptarlo tal como es, no condenar a nadie, ni reírse de él
- No hablar de nosotros mismos
- Hacer preguntas para solicitar aclaraciones
- Utilizar la lengua materna del niño

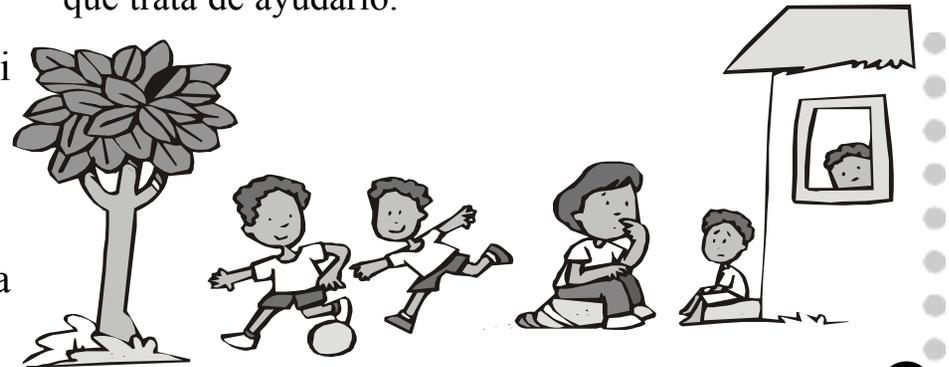


## 6 - Durante una conversación es importante...

- Dar tiempo al niño para hablar.
- No exigir respuestas que el niño no quiera dar.
- No despreciar los sentimientos del niño diciendo: “no estés triste”, “eso ya pasó”, “olvidalo”, “eso no es nada”, etc.
- Mostrar comprensión por los sentimientos de los niños, diciendo por ejemplo: “comprendo que estés triste”, o “enojado”, “vamos a tratar de ayudarte a resolver tu problema”.
- Orientar la conversación con frases como: “entonces que sucedió?”, qué sentiste?
- Nunca mentir o prometer cosas que sabemos serán difíciles de cumplir.
- Usar una entonación de voz que aliente al niño a acercarse, así como decir palabras alentadoras, asentir con la cabeza en señal de estar atento a lo que el niño está comunicando y sonreír cuando sea pertinente, de muestran que hay un interés real por escucharlo y tratar de comprenderlo.
- Mirar al niño para observar si se siente angustiado o necesita consuelo y hablarle para dárselo, pero habrá que hacerlo de manera tal que se sienta acogido y cómodo.

- Dejar al niño hablar libremente, por ejemplo:
  - ¿Cómo pasó el día?
  - ¿Qué le gusta hacer?
  - ¿Con quién vive?
  - ¿Con quién vivía?
  - ¿Dónde vivía?
  - ¿Qué problemas tiene?
  - ¿Qué dificultades tiene?
  - ¿Cuáles son las dificultades actuales?
  - ¿Cuáles son sus preocupaciones?

Para comunicarse con el niño es importante ser un buen escucha, estar atento a la comunicación no verbal, usar un lenguaje simple, preguntas que faciliten la expresión del niño, y estar seguro de que este entiende a la persona que trata de ayudarlo.



## 7 - A través de las conversaciones :

- Podemos comprender mejor a un niño y su situación, orientando sus sentimientos, actitudes, percepciones, comportamientos y cualidades para canalizarlos positivamente;
- Podemos hacer que el niño no se sienta solo, sino que esté en mejores condiciones de comprender y enfrentar las situaciones por las que pasó o tiene que pasar, contando con un apoyo incondicional.
- Podemos hacer que el niño cuente lo que pasó y exprese lo que siente y de esta manera comparta con otros la pesada “carga” de sus recuerdos y tristezas, eso le hará sentirse aliviado.
- Podemos ayudarlo a establecer relaciones con otras personas. Cuando el apoyo que se da a los niños es mediante talleres de recreación o grupos de ayuda, los niños establecen lazos de amistad con otros niños o adolescentes quienes a su vez les dan apoyo y consuelo y se convierten en una referencia importante. Esto es muy valioso para niños que recién han llegado a un pueblo o a una nueva vereda, o no tienen amigos, o les resulta difícil integrarse con otros niños.



## 8 - Los muñecos, el juego, el dibujo...



Los niños se comunican de diversas maneras puede ser a través de los juegos, el dibujo, el modelado, las actividades culturales, el teatro. La mayoría de las veces prefieren esta forma de comunicación porque:

- Tienen oportunidad de estar alegres,
- Pueden mostrar sus habilidades,
- Pueden dar rienda suelta a sus iniciativas y crear,
- Pueden aliviar las tensiones acumuladas en su organismo,
- Pueden relacionarse con otros niños,
- Pueden expresar sus sentimientos e ideas.



El niño nunca debe ser forzado a participar en una actividad. Debemos simplemente invitarlo a participar.

- Los materiales fruto de estas actividades no deben ser criticados ya que esto inhibe la libre expresión de los niños.
- Las actividades culturales y los juegos practicados deben ser propios de las regiones en las que viven los niños. Tenemos que aprender esas actividades y juegos a partir de los niños mismos y de los adultos de la región.



## 9 - El dibujo

Después que el niño haya hecho su trabajo o concluido su actividad podemos sugerirle que hable sobre éste.

Por ejemplo, si un niño dibuja o modela una figura humana, podemos alentarle a expresarse acerca de su trabajo:

- Si es alguien que tú conoces, hablemos de él
- ¿Cuál es más o menos su edad?
- ¿Cómo se siente esta persona?
- ¿Qué está pensando? ¿Qué piensa ella?
- O ¿Qué necesita esta persona?
- ¿Qué cosas buenas acostumbra a hacer?
- ¿Qué defectos tiene?





# 11 - Los juguetes

## El material que tenemos:

- 4 muñecos que representan un hombre, una mujer, un niño y una niña.
- Títeres y materiales para construirlos con los niños
- Máscaras y materiales para hacer disfraces
- Plastilina, arcilla, material para modelado
- Material para pintura
- Un jeep, dos tipos de helicópteros
- Rompecabezas y juegos para armar
- 1 Mochila de sueños
- Títeres de Tela para las historias de los Monitos: “El monito enojado”, y “Buenas noches”

## Nosotros tenemos que saber usar los juguetes.

Tenemos que desarrollar la habilidad de jugar con un niño y de abrirnos a lo que él nos quiera comunicar.

Los juguetes serán presentados al niño y él escogerá con cuál quiere iniciar su juego.

- Nunca debemos inducir a un niño a usar un cierto juguete, ni tampoco que pase mucho tiempo con el mismo objeto, preferiblemente lo invitaremos a trabajar utilizando la totalidad de los juguetes y estaremos cambiando de actividades con frecuencia.



NOTA: ESTOS Y OTROS JUGUETES DEBEN SER PRODUCIDOS CON MATERIAL LOCAL

## 12 - ¿Para qué sirven los juguetes?

A través de los juguetes un niño puede tratar problemas como la pérdida de familiares, o la participación en actos de violencia, o la carencia de productos ( de alimentos, etc..)

Al jugar con los muñecos de tela, el niño podrá manifestar y solucionar, poco a poco, los conflictos vividos en su relación, o su pérdida de familiares directos. Podrá encontrar la explicación a dichas situaciones.

Los muñecos de tela, títeres, máscaras, disfraces, pueden ser usados para representar diversos personajes de una historia. A través de estos personajes el niño puede liberar sus problemas de angustia, soledad, miedo, agresividad, etc.

Al jugar, el niño podrá manifestar y solucionar sus conflictos, afrontar el duelo ocasionado por la pérdida de familiares, o de su vivienda, de su entorno, de sus amigos o por haber sido víctima de hechos violentos.

Manipulando diversos materiales, el niño ejercita su motricidad fina, uno de los aspectos mas importantes en el desarrollo infantil.



## 13 - Después de usar un juguete

Durante el período de juego podemos conversar con el niño acerca del desarrollo del juego mismo. Por ejemplo:

- ¿Qué juego te gustó más ?
- ¿Por qué?
- ¿Qué te hace recordar?
- ¿Qué juego te gustó menos?
- ¿Por qué?
- ¿Qué te hace recordar?

Si en las respuestas el niño expresa sentimientos, debemos demostrarle que comprendemos esos sentimientos. por ejemplo:

**Dinamizador:** ¿Qué juego te gustó más ?

Niño: este ( señala la figura femenina mayor)

**Dinamizador:** ¿Por qué ?

Niño: es mi madre

**Dinamizador:** ¿Qué te recuerda ?

Niño: cuando me bañaba (o puede no responder nada)

**Dinamizador:** Se que querías a tu mami y que ahora te hace mucha falta. ¿Quieres que hablemos de ella?

Invitamos al niño a tomar la muñeca y a expresarle a esta aquello que quisiera contarle a mamá, decirle a mamá como si la tuviera a su lado.

- Al final del juego, el dinamizador, puede abrazar, o acariciar tiernamente al niño aprobando la participación en este juego de curación y liberación.



## 14 - Cómo practicar estas actividades

..... (juegos, dibujo, juguetes, rompecabezas)

**A. Juegos:** 1 Dinamizador por grupos de 15 a 20 niños -duración de 15 a 20 minutos luego de su realización, cambiar de actividad.

- El Dinamizador introduce un juego e invita a los niños a participar en esta actividad
- Un niño introduce un juego y todos los compañeros participan en el

**B. Dibujo:** 1 Dinamizador por cada niño o por cada grupo de niños

- Luego de realizar el dibujo pedimos al niño que cuente la historia acerca de su trabajo, hacemos preguntas similares a las sugeridas en la sección N° 13

**C. Juguetes:** 1 Dinamizador para 4 niños-duración de 15 a 20 minutos con posterioridad a la realización de cada actividad se sugiere cambiar de juego y de juguetes.

**D. Rompecabezas:** Inicialmente 1 Dinamizador por cada 2 o 3 niños en una primera etapa. Posteriormente cada niño arma un rompecabezas.

Los Dinamizadores pueden trabajar con grupos de 10 a 15 participantes, atendiendo así a un número mayor de niños, alternando las actividades: juegos, cantos, dibujos, juguetes, etc..



## 15 - Los libros

### ..... A. "El Monito enojado":

- Apoyados en este cuento o en otros podemos trabajar aspectos como angustia, agresividad, miedo o la necesidad de protección de los niños.
- Es importante destacar el valor de la entonación y del manejo corporal que imprimimos al contar o al leer un cuento a los niños, es a través de la palabra y el movimiento que estimulamos en el niño la posibilidad de fantasear, vivenciar y liberar, con flictos, dificultades, sueños y posibilidades.

### ..... B. "Buena noche":

- Esta historia es para apoyar al niño en la elaboración de los problemas de sueño, miedo a la oscuridad, miedo de la separación, pesadillas, etc..
- También debemos conocer bien el cuento y realizarlo con la entonación de la voz.

Al final de cada historia invitamos al niño a expresar sus sentimientos, a que nos comente ¿Qué personaje le gustó más y por qué?, ¿Qué personaje le gustó menos y por qué?.

Preguntarle por ejemplo si el personaje se enoja, ¿Cuándo lo hace? y ¿Por qué?. Preguntarle también si ha sentido miedo de las personas, de los animales (de qué animales) de la oscuridad, de la noche, etc... preguntarle si él estuviese en la historia, cómo le gustaría ser.



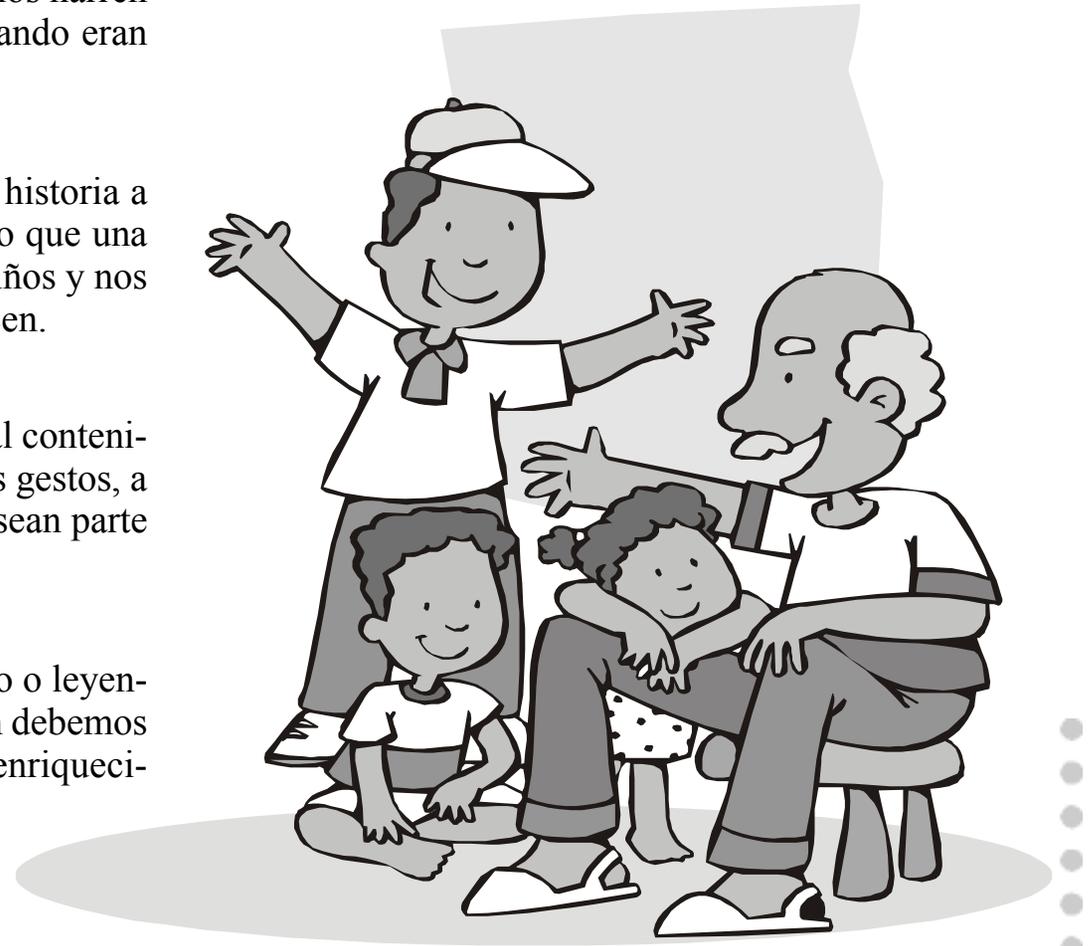
## 16 - Cuentos y leyendas

Debemos pedir a las madres y abuelos que nos narren las historias que les acostumbraban contar cuando eran niños, o que les cuentan a sus hijos o nietos.

Como es diferente la manera de contar una historia a un adulto, a un joven, o a un niño, sería bueno que una madre o un abuelo contase una historia para niños y nos fijásemos como observadores, en cómo lo hacen.

Es importante que estemos atentos no sólo al contenido, sino también a las variaciones de voz, a los gestos, a las expresiones faciales y a las canciones que sean parte integrante del cuento.

Luego de escuchar la narración de un cuento o leyenda, debemos entrenarnos en contarla y también debemos estudiar nuevas formas de dramatización y enriquecimiento.



## 17 - La mochila de los sueños

Esta mochila de sueños, como juguetes puede ayudar al niño a superar algunos problemas como dolores de cabeza, dolores de pecho, si son de origen psicológico (de los sentimientos). La “cura” por sugestión tiene que ser influenciada por la madre o la persona que cuida del niño. Esa persona puede decir por ejemplo -“Yo sé como hacer para que el dolor salga. Antes de dormir colocaré uno de estos muñequitos de esta bolsita (mochila) debajo de la cabeza, y mañana habrá desaparecido, porque se habrá llevado tu dolor”

Cuando el niño se haya dormido la madre o la persona que cuida de él debe retirar uno o mas muñequitos, (según los problemas que tenga el niño) y esconderlos, el niño al despertarse, verificará que “el muñequito se fue y se llevó su dolor con él”

- La mochila de los sueños podemos dejarla con la madre o la persona responsable para recogerla al día siguiente.
- La mochila de los sueños será utilizada para el fin anteriormente descrito.

(En América Latina algunas tribus indígenas utilizan estas mochilas para los mismos fines).



## 18 - Cómo iniciamos nuestro trabajo

Iniciamos nuestro trabajo presentándonos a los dirigentes y líderes comunitarios. Informamos sobre el programa en que participamos y sobre los objetivos de nuestro trabajo.

Después, les pedimos que nos apoyen en la identificación de los niños y jóvenes más necesitados de ayuda y apoyo. También les pedimos que nos ayuden en la relación de personas que nos puedan apoyar en las actividades con los niños, construcción de los sitios de trabajo, y en las diversas actividades a desarrollar.

Vincular a los padres de familia y a los responsables de los niños y niñas a esta labor garantizará en gran medida el éxito de la recuperación infantil y de las acciones futuras conducentes a ella.



## 19 - Las relaciones con la comunidad son de suma importancia

- A.** Al establecer relaciones estrechas con la familia del niño, podemos:
- Conversar con ellos (madre, padre, tío, tía, hermanos, persona responsable) sobre las preocupaciones y sentimientos de los niños, discutir los medios para sobreponerse a esos problemas y dificultades, llevando a la familia a participar en la búsqueda de alegría y esperanza.
  - Hablar sobre los niños, buscando saber cómo ha dormido, si tiene problemas de sueño y otras preguntas que nos informen si el niño continúa teniendo problemas.
  - También vamos a tratar de saber cómo y qué han intentado para ayudar al niño, estimulando las expresiones de apoyo y positivismo y explicando cuando comportamientos o actitudes son perjudiciales para el desarrollo del niño, aconsejando siempre que le hablen con mucho cariño, demostrando comprensión por sus problemas y sentimientos.
  - Asesorando a la familia hacia el respeto y la comprensión al niño, hacia el diálogo con él, hacia las motivaciones en el juego, y evitando que realice tareas inadecuadas a su condición infantil, con tribuiremos no solo a la integración del niño consigo mismo sino con la comunidad y la colectividad

- B.** Al establecer relaciones con las personas de la comunidad (líderes, jefes, profesores, agentes de salud, artesanos, en fin todas las personas que de una u otra forma tienen influencia en la comunidad) podemos:
- Aprender cuentos, leyendas, proverbios, canciones, danzas, y otros juegos, artesanías, que vamos a utilizar en nuestro trabajo con los niños.
  - Tratar de saber de qué forma podemos ayudar a los niños con nuestro trabajo a través de la cultura de la región, con los ritos de reconciliación y otros.
  - Solicitando a adultos y jóvenes colaboración en el proyecto, participando y orientando diversas actividades, enseñando a los niños nuevas canciones, danzas, cantos, juegos, orientando actividades de artesanía, cestería, esteras, muñecos de barro, etc.

De acuerdo con la disponibilidad de tiempo podrían comprometerse a participar una vez por semana, o una vez cada 15 días durante algunos meses. Motivando la participación de las comunidades se facilita la integración de los niños, niñas y jóvenes a la misma, al igual que su atención, puesto que sienten que se preocupan por ellos.

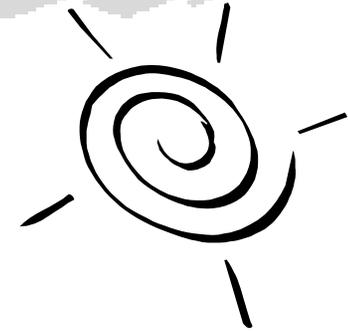
## 20 - El agente sustituto

En cada familia deberemos ver cuál es la persona (madre, padre, abuelo, adulto responsable) que tiene más influencia y más integración con el niño. Esa persona deberá ser un agente sustituto.

- ● Un agente sustituto es aquél que en nuestra ausencia deberá dar continuidad al trabajo que realizamos con los niños.
- ● Debemos conversar continuamente con esa persona (padre, madre o adulto responsable) sobre las experiencias del niño.



## 21 - Los niños día a día



..... Nosotros tenemos diariamente que jugar con los niños, contarles historias, organizar las diversas actividades de las que hablamos, (actividades culturales, deportivas, juegos, modelado, juguetes, etc..)

Es importante en el trabajo con los niños, no caer en la monotonía, garantizar la variedad para mantener siempre su interés.

..... Debemos hablar con el niño, tratar de saber como pasó la noche, qué ha hecho con los hermanos, con los amigos, con la madre, el padre, la tía, y sobre qué le gustaría hacer.

Estimularemos el desarrollo normal del niño a través de los medios que hemos visto. Pero es importante tener en cuenta la edad de los niños.



## 22 - Cómo estimular a los niños de acuerdo a su edad

Ante todo: El amor es la condición principal para el bienestar de los niños y las niñas del mundo



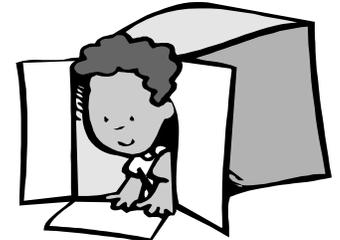
### A. Niños de 0 a los 3 años:

- Estimular sensorialmente al niño con diversos objetos, variando de textura, color, forma, tamaño, invitándole a observar objetos en movimiento.
- Manifestar cariño y afecto: besar, abrazar, hablar normalmente, hablarle acerca de los nombres de las cosas que lo rodean, contarle cuentos, etc.
- Entregarle juguetes: a partir de los 12 meses le gusta llenar y vaciar cajas, abrir y cerrar empaques. A partir de los 2 años le gusta encajar, alinear, superponer unos objetos a otros.
- Juegos de equilibrio, subir y descender, trepar, alternando piernas, con los ojos cerrados, etc.
- Hacer gimnasia: cuando es bebé, meciendo sus piernas y brazos, cuando gatea dejándolo desplazarse libremente bajo nuestra vigilancia.

### B. Niños de 3 a los 6 años:

- Estimular con canciones infantiles, alegres y rítmicas, cantando y danzando;
- Dejarlos correr, saltar, trepar, ejercitar su motricidad en diferentes espacios variando su velocidad.
- Jugar “vamos a imaginar”, “haz de cuentero”;

- Jugar en la arena;
- Contar historias, hacer teatro, usar las marionetas o muñecos.



### C. Niños de 6 a los 12 años:

- Canciones, danzas, teatro
- Dibujo y construcciones en la arena, modelado con barro, construcción de objetos, juguetes, casas, veredas y pueblos.
- Jugar “vamos a imaginar”, o “vamos a conocer”, “cómo nos sentimos”, o a inventar historias;
- Realizar juegos cooperativos y competitivos: a partir de los 10 u 11 años se les facilita a los niños el manejo del juego reglado.

Sólo más o menos a partir de los 6 años el niño comienza a hablar sobre sus sentimientos. Debemos hablar con la madre, el padre o la persona responsable de los niños más pequeños para desarrollar las actividades y observar el comportamiento y las actitudes del niño y posteriormente hablar sobre esto.

## 23 - Otras tareas importantes

### ●●●●● En la realización de nuestras funciones también debemos:

- Transmitir nociones de higiene personal y ambiental. Incentivar hábitos de higiene en los niños y en los adultos (madre, padre, hermanos, tíos, abuelos, etc..) y procurar prácticas de saneamiento ambiental.
- Crear una conciencia de respeto a la naturaleza y de protección al medio ambiente.
- Estimular el intercambio de experiencias en busca del significado del sufrimiento, planteando perspectivas futuras a partir de sentimientos de reconciliación y respeto por los derechos humanos y los derechos de los niños.
- Estimular a los jóvenes y adultos para que colaboren con su trabajo para el beneficio de los niños.
- Hacer una programación semanal (ver Sección No. 24)
- Mantener actualizada la ficha individual de cada niño (ver sección No. 25)
- Elaborar el informe mensual de actividades (ver Sección No. 26)



## 24 - Programa semanal



Es importante que trabajemos con una programación mensual para garantizar agilidad y creatividad. Evitar repeticiones innecesarias u olvidar actividades previstas inicialmente.

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
AM	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Canciones</li> <li>● Artesanías</li> <li>● Construcciones en arena y rompecabezas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Danzas “El Monito Furioso”</li> <li>● Muñecos, marionetas</li> <li>● Juegos tradicionales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Cantos tradicionales</li> <li>● Juguetes: muñecos + camiones + juegos</li> <li>● Construcciones en arena</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Juegos tradicionales</li> <li>● Artesanías</li> <li>● Dramatización de un cuento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Danzas</li> <li>● “buenas noches”</li> <li>● Juguetes + muñecos + rompecabezas + construcciones de arena</li> </ul>
PM	<ul style="list-style-type: none"> <li>● conversar con la madre o con el adulto responsable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● conversar con la madre o con el adulto responsable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● conversar con la madre o con el adulto responsable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● conversar con la madre o con el adulto responsable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● conversar con la madre o con el adulto responsable</li> </ul>

Este es un ejemplo de programación. Cada equipo elaborará su programa de acuerdo a las condiciones de los niños, las niñas y las necesidades de la comunidad.

## 25 - Ficha individual de los niños

Se seleccionan los niños y niñas de los 6 a los 14 años que necesiten más ayuda. Buscamos aquellos que presenten más problemas, tales como:

- aislamiento o apatía al juego
  - Atraso o perturbaciones en el habla;
  - Alteraciones en el sueño tales como pesadillas, sonambulismo, temores nocturnos, dificultad en conciliar el sueño;
  - Falta de apetito;
  - Tienen miedos (al agua, a la oscuridad, a los animales, a las cosas);
  - Depresión, tristeza,
  - Agresividad (golpean, insultan, destruyen cosas);
  - Alteraciones, mal humor e irritabilidad
- Mostrarse excesivamente activos o inactivos

El trabajo con estos niños se inicia con la realización de las fichas individuales.

Las fichas son llenadas a partir de las respuestas de los niños y de algunos datos proporcionados por la madre o el adulto responsable de éste. Las fichas deben estar siempre al día, anotando los principales aspectos que se manejan diariamente.





## 27- El retorno de la alegría

### instrumento para el aprendizaje del manual del voluntario.

**OBJETIVO:** Asegurar que quienes participan del entrenamiento para formarse como Terapistas lúdicos, afirmen sus conceptos sobre atención primaria para la salud mental y manejen correctamente el Manual del Voluntario.

**METODO:** Aprender jugando y jugar aprendiendo a partir del proceso de carrera de Pista- Pregunta.

**ELEMENTOS:** El listado de preguntas, un juego de dados y el tablero .

#### INSTRUCCIONES:

- 1 - El Facilitador antes de iniciar el juego debe hacer numerar a los participantes de 1 a 6 para formar máximo 6 grupos.
- 2 - Luego pedirá a los participantes que escojan un nombre que identifique el grupo.
- 3 - Mostrará la pista de juego aclarando que el número impreso en cada casilla corresponde a una pregunta.

- 4 - Luego les solicitará que cada grupo escoja de entre sus miembros uno para sortear el turno de juego, cada representante de grupo arrojará el dado, el que saque el mayor número obtendrá el turno para iniciar el juego, siempre que conteste correctamente la pregunta, ¿Qué significa ser Voluntario?.
- 5 - Si la respuesta es incorrecta, el turno será para el grupo que haya ocupado el siguiente lugar en el sorteo.
- 5 - El facilitador advertirá a los participantes, que las respuestas deben ser dadas por quien arroja los dados, si no conoce la respuesta tiene 30 segundos para pedir a uno de los miembros de su grupo que responda, si la respuesta es correcta avanza el número de casillas que indique el dado.
- 6 - Los demás participantes deben estar atentos, si la respuesta del jugador no es correcta, deben indicarle al facilitador, procediendo a contestar correctamente.
- 7 - El grupo que responde acertadamente continua el juego, desde la posición ganada y el perdedor retrocede lo avanzado en esa jugada.

## CONVENCIONES:

Retroceda 5 casillas                      Descanso: ceda dos turno  
Adelante a la aldea de reposo      Adelante 4 casillas  
Penitencia                                      Cantar los pollitos dicen

**Casilla # 2** Playa de los creativos (el grupo debe hacer un juguete con materiales reciclables).

**Casilla # 3** Playa de los animosos ( leer página 8 del manual del voluntario )

**Casilla # 4** Retroceda a la casilla de salida.

**Casilla # 5** Realiza con el grupo una historia traumática utilizando algunos de los elementos del Maletín terapéutico.

## PREGUNTAS:

- 1 - Cuales son las causas de los problemas de los niños?
- 1 - Ver la respuesta en la página # 8.
  
- 2 - Qué señales presenta el cuerpo cuando está enfermo?
- 2 - Ver la respuesta en la página # 8.
  
- 3 - Cuales son las señales que presenta el niño cuando tiene problemas con los sentimientos.?
- 3 - Son los 15 problemas de la página # 8.

- 4 - Cómo nos damos cuenta que un niño presenta trastornos con relación a sus sentimientos.?
- 4 - Mencionar no menos de 7 de las que se relacionan en la página # 8.
- 5 - Por qué los niños presentan problemas con relación a los sentimientos.?
- 5 - Encuentre la respuesta en la página # 9.
  
- 6 - Qué debemos hacer cuando los niños presentan problemas?
- 6 - Mencionar por lo menos 5 de los enunciados en la página 10
  
- 7 - Cómo comunicarse con los niños ?
- 7 - Respuesta en la página # 11.
  
- 8 - Cómo podemos comunicarnos con los niños?
- 8 - La respuesta debe contener al menos 3 de las relacionadas en la página 11.
  
- 9 - A través de qué expresan los niños lo que sienten?
- 9 - Consulte la página # 11.
  
- 10 - Desarrolla una dinámica recreativa para los participantes.!
- 10 - Asegúrese que la dinámica no toma más de 5 minutos.
  
- 11 - Cómo podemos comunicarnos con los niños.?
- 11 - El participante deberá mencionar mínimo 4 de las citadas en la página 11.
  
- 12 - Qué es fundamental para conversar con los niños?
- 12 - La respuesta debe contener no menos de 6 opciones de las mencionadas en la página 12.

- 13** - Durante la conversación con los niños qué es importante.?
- 13** - El participante debe incluir en su respuesta por lo menos 5 de las 8 opciones mencionadas en la página 13.
- 14** - Cuáles son las preguntas que facilitan la expresión de los niños?, mencione 5 de las 9.
- 14** - El facilitador deberá asegurarse que de las contenidas en la página 13, los participantes las conocen y las manejan correctamente.
- 15** - Qué podemos hacer a través de las conversaciones con los niños.?
- 15** - La respuesta está contenida en los puntos 2 y 3 de la página 14.
- 16** - Cómo podemos canalizar positivamente la conversación con los niños.?
- 16** - Respuesta similar a la contenida en el punto 1 de la página 14 del manual.
- 17** - Qué es valioso para ayudar a los niños recién llegados a una comunidad?
- 17** - El último párrafo de la página 14 debe contener la respuesta.
- 18** - Por qué es importante invitar a los niños a participar en los juegos.?
- 18** - La respuesta debe contener 4 de los 6 puntos incluidos en la página 15.
- 19** - Qué actitudes debemos evitar que puedan inhibir la libre expresión de los niños?
- 19** - Respuesta en la página # 15.
- 20** - Por qué es importante el juego para el desarrollo del niño?
- 20** - La respuesta será válida si menciona 4 de las 6 formas contenidas en la página 15.
- 21** - Realice un dibujo sobre lo que más te impactó en tu infancia!
- 22** - Mencione 4 de las 7 preguntas que podemos hacer para conocer el significado del dibujo que realice el niño.
- 23** - Para qué sirven los juguetes incluidos en el maletín terapéutico?
- 23** - En cada párrafo de la página 19 encontrará las respuestas.
- 24** - Cuáles son las preguntas claves que podemos hacer durante el desarrollo del juego?
- 24** - Ver primera parte de la página 20.
- 25** - Qué es la mochila de los sueños o matapesares?
- 26** - Qué significa el Retorno de la Alegría.?
- 26** - Respuesta en la página # 7.
- 27** - Cuál es la edad mínima para que los niños ingresen al programa.?
- 27** - Respuesta en la página # 29.
- 28** - A qué nos referimos cuando decimos que un niño asume conductas autodestructivas.?. De un ejemplo.
- 29** - Cuáles son las principales causas de las alteraciones en el comportamiento de los niños.?

- 29 - Respuesta en la página # 9
- 30 - Con tus propias palabras relata el cuento del Miquito Feliz.
- 31 - El cuento Buenas Noches a qué problema de los niños hace referencia?
- 32 -Cuál es el objetivo del programa el Retorno de la Alegría?
- 32 - Encuentre la respuesta en la página # 7.
- 33 - Por qué es importante vincular a los padres de familia al programa?
- 33 - Respuesta página # 25.
- 34 - Dé tres razones por las cuales es importante tener buenas relaciones con la comunidad?
- 34 - Respuesta en la página # 26.
- 35 - A qué nos referimos cuando hablamos de Agente Sustituto?
- 35 - Ver respuesta en página 27.
- 36 - Qué aspectos debemos tener en cuenta cuando iniciamos nuestras funciones como voluntarios.?
- 36 - Respuesta en página # 25.
- 37 - Haga una demostración con algún elemento del Maletín terapéutico simulando que lo está haciendo con los niños!
- 38 - Qué entiendes por ficha individual del niño?
- 38 - Vea página # 32

- 39 - Por qué es importante la ficha del niño?
- 39 - Ver página # 32
- 40 - Cual es la forma adecuada de llevar el diario de campo.?
- 40 - Ver página # 33
- 41 - Cómo te sientes al ser voluntario? Porque?
- 42 - Cómo crees que influye en tu vida el ser voluntario .?
- 43 - Por qué estas en el programa.?
- 44 - Qué piensan tus padres de este programa.?
- 45 - Comparte una reflexión que pueda ayudar al crecimiento personal del grupo.
- 46 - Realiza una dinámica que facilite la comunicación grupal.
- 47 - Qué pasos seguirías para la aplicación del programa.?
- 47 - Ver página #n 25.
- 48 - El contacto con los Padres de los niños que nos permite conocer?
- 48 - Respuesta en página # 26.
- 49- Qué aspectos de los niños debemos manejar confidencialmente?
- 50 - Crees que es importante tener sesiones especiales con la Psicologa.?