



Oficina de Defensoría de los
Derechos de la Infancia a.c.

unicef 

para cada niño



Manual de actividades que propicien resiliencia

en niñas, niños y adolescentes migrantes
y refugiados alojados en centros de asistencia social

UNICEF

CHRISTIAN SKOOG

Representante de UNICEF en México

ODI

MARGARITA GRIESBACH

Directora de la Oficina de Defensoría de los
Derechos de la Infancia, AC**ELABORADO POR:**

Analía Castañer y Yamel Díaz Padua

Desarrollado para UNICEF México

1ª. Edición, 2017

REVISIÓN Y EDICIÓN

Karla Gallo

Alejandra Castillo

Lourdes Rosas Aguilar

Martha Ramírez Reyes

UNICEF - México

Se agradece a la Embajada del Reino de los Países Bajos en México por el apoyo a esta publicación.

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

Todos los derechos están reservados. Ni este material ni partes de él pueden ser reproducidas o almacenadas mediante cualquier sistema. Tampoco pueden ser transmitidas en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, de fotocopiado, de grabado o de otro tipo, sin el permiso previo del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Para cualquier información, dirigirse a: comunicacion.mexico@unicef.org

ÍNDICE

Introducción	5
I. Sustento de las actividades propuestas	9
II. Actividades esenciales para recibir a niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados	19
a) Bienvenida. Presentación y personas adultas a cargo	21
b) Mi espacio físico. Espacio y objetos personales	22
c) Sabores y gustos propios	26
d) Reglas del centro de asistencia	27
e) Calendarios de actividades y tareas	29
e1. Calendario general y compartido	30
e2. Calendario de actividades individuales	30
III. Taller permanente de arte	31
a) Éste/a soy yo	38
b) Código común	40
c) Mi mano como firma e ingreso al grupo	41
d) Aquí queda nuestra voz	42
e) Emociones en mi cuerpo	43
f) Metáfora de la burbuja	45
g) Collage de las emociones	48
h) Manejo de la rabia	50
i) Mi camino de vida	53

IV. Actividades fuera del centro de asistencia social	62
a) Actividades vinculadas a la lectura	65
a1. Talleres o clubes de lectura en espacios no tradicionales	65
a2. Conformación de un libro de construcción colectiva	66
a3. Maletas o mochilas viajeras	67
b) Títeres	68
c) Música colectiva	68
d) Terminemos el cuento.....	69
e) Taller de radio	69
f) Salidas socioeducativas y culturales	69
g) Exposiciones	70
 V. Actividad de cierre cuando una niña, niño o adolescente migrante deja el centro	 71
a) La mochila para el viaje	72
 VI. Fichas teóricas con conceptos centrales	 78
a) Ficha teórica # 1: La resiliencia	79
b) Ficha teórica # 2: Los monitores/as de resiliencia	81
c) Ficha teórica # 3: Importancia del arte para iniciar procesos de resiliencia	 82
d) Ficha teórica # 4: La intervención social con arte	82
e) Ficha teórica # 5: La adolescencia como etapa evolutiva	83
f) Ficha teórica # 6: Especial vulnerabilidad adolescente	84
g) Ficha teórica # 7: La omnipotencia y el desafío adolescente	85
h) Ficha teórica # 8: La importancia del grupo de pares	86
i) Ficha teórica # 9: Contexto del que provienen niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados	 87
j) Ficha teórica # 10: Dinámicas de captación de las pandillas	88
k) Ficha teórica # 11: Las pandillas como “única opción” de vida	89
l) Ficha teórica # 12: Mitos y realidades sobre adolescentes y violencia	91
m) Ficha teórica # 13: La réplica de la violencia vivida	92
n) Ficha teórica # 14: Habilidades para la vida	93
 Anexo	 95
 Bibliografía.....	 97

INTRODUCCIÓN

Este manual contiene propuestas para quienes están en contacto con **niñas, niños y adolescentes (NNA) migrantes y refugiados** en centros de asistencia social. En particular, **pone énfasis en actividades que pueden facilitar que inicien procesos de resiliencia**. Estos procesos son aquellos por los cuales las NNA que han vivido situaciones traumáticas, pueden no sólo recuperarse emocionalmente luego de lo sucedido, sino también salir fortalecidos de dichas situaciones.

Las teorías vinculadas con los procesos de resiliencia indican que para que éstos se inicien en una persona, se requiere que aparezca alguien que interactúe con él o ella y le ofrezca algún tipo de rescate emocional, ya que en momentos de crisis, quien vive situaciones traumáticas, se siente desprotegido y sin herramientas.

Las personas que realizan estas acciones son llamadas monitores/as de resiliencia, y en este manual se considera que el personal en contacto con NNA migrantes en centros de asistencia tiene la oportunidad única de constituirse en su monitor/a de resiliencia, durante el tiempo en el que interactúa con ellos (sea mucho o poco). Es decir, en alguien que deja huella en su vida, le devuelve una mirada sobre sí que le ayuda a reconstruir su valor como persona.

Construir actividades para quienes interactúan con NNA migrantes y refugiados en centros de asistencia social como monitores/as de resiliencia, es congruente además con el enfoque de derechos de la infancia. Es decir, las personas adultas fungen como garantes de derechos de NNA; son quienes les construyen contextos adecuados para que puedan acceder a sus recursos y derechos. En este caso, para percibirse como personas dignas y valiosas, y construir su paso por el centro de asistencia social como una experiencia que deja huella en su historia.

El rescate emocional puede ser una acción pequeña, sin importar la magnitud ni el tiempo durante el cual se sostenga la interacción. Se trata de cualquier acto que le devuelva a la NNA que sufre, una mirada de respeto, dignidad, que le permita percibirse como una persona valiosa y con capacidades.

Parece una meta difícil y compleja. Sin embargo, el proceso de resiliencia se desarrolla en el vínculo con otras personas,¹ el cual se construye y refuerza con el paso del tiempo y las actividades compartidas. Ambos elementos están disponibles en el centro de asistencia.

Además del concepto de resiliencia, se ha escogido para la elaboración de las actividades el enfoque vinculado con el arte² como herramienta terapéutica. Está ampliamente comprobado el hecho de que las actividades artísticas permiten a las personas conectarse profundamente consigo (al diseñar y producir la obra) y con otras personas (al exponerla). Posibilitan, además, conectar las emociones propias con acciones específicas que requieren control, planeación y tolerancia a la frustración, entre otras habilidades.

¹ La confianza en sí mismos es construida a partir de la confianza en los demás. Según los estudios existentes, el proceso de resiliencia en NNA se desencadena a partir de la intervención de personas adultas que realizan alguna acción puntual a favor de la construcción del propio valor y de la protección. Esta intervención puede ser única y breve, pero deja en la NNA una huella que le permite iniciar la reconstrucción de la imagen de sí mismo como valiosa, digna de protección y con capacidades para ejercer sus derechos (Castañer, A., *Migración resiliente. Intervenciones para la reconstrucción de la experiencia de migración a partir de acciones de rescate emocional*, México: Oficina de Defensoría de los Derechos de la Infancia A.C. y UNICEF, 2015, p. 6).

² La técnica a través de la cual se proponen algunas actividades centrales del manual (como el taller permanente de arte, por ejemplo), es la utilizada por la arte-terapia, que se denomina también intervención social a través del arte.



©UNICEF México/Daniel Ojeda

El proceso creativo ayuda a la gente a resolver conflictos, desarrollar habilidades y obtener nuevas perspectivas, porque contribuye a que los individuos de todas las edades creen significados de las cosas, encuentren alivio a situaciones traumáticas, solucionen conflictos y problemas, enriquezcan la vida diaria y logren un sentimiento de bienestar.³

Además, al traducirse en productos concretos, permite que su autor experimente procesos, revise cambios y movimientos, y construya con otros a partir de las propias obras de arte. Así, el manual contempla actividades individuales vinculadas con el arte y construcciones de obras de arte colectivas que refuerzan la identidad grupal y la convivencia en el centro de asistencia.

Por último, es posible percibir al arte como algo inherentemente humano. Y en este sentido, transmite como actividad *per se* la idea y experiencia de ser humano, creativo, único, libre. Todas estas vivencias y experiencias son altamente deseables para NNA migrantes y refugiados en centros de asistencia social, ya que enfrentan un momento crítico en su vida en el que el sueño y proyecto en el que posiblemente pusieron todas sus esperanzas y recursos, se ha visto truncado, por ello es necesario ofrecerle experiencias que les ayuden a reconstruirse y percibir que el camino sigue, y que tienen oportunidades de escoger futuros pasos.

El presente manual contiene actividades que es necesario realizar al momento de recibir a NNA en el centro de asistencia; éstas permiten conformar y sostener un taller permanente de arte e implican interacción con la comunidad más allá del centro de asistencia.

³ Malchiodi, C., *Handbook of Art Therapy*, New York: Guilford Press, 2003.

El manual también incluye una serie de fichas técnicas con información breve sobre diversos temas, que pueden ser útiles si el personal del centro de asistencia requiere profundizar en alguno en particular, por ejemplo, sobre el concepto de resiliencia, el arte como instrumento de intervención social y la adolescencia, entre otros.

Para la selección y diseño de actividades se revisó bibliografía y se analizaron experiencias de trabajo con arte; actividades culturales; construcción de ciudadanía con personas en situación de migración; adolescentes en conflicto con la ley, adolescentes que cumplen medidas en reclusión o en libertad; etc. Esto, con la intención de contemplar acciones que abarquen una extensa realidad: la de NNA que han vivido violencia extrema, que han visto restringida su realidad por la falta de opciones para construir un proyecto de vida, que han ejercido violencia y que requieren herramientas para comprender emociones, sobreponerse a la frustración, el enojo y el dolor, y tomar decisiones y controlar sus impulsos para proyectarse a futuro.

Se espera que, aunque el paso de las NNA por el centro de asistencia social es acotado y de duración relativamente corta, las acciones y experiencias que ahí sucedan puedan colaborar de manera determinante en su vida.⁴

Cabe mencionar que el personal del centro de asistencia, o cualquier persona en contacto con NNA en situación de migración o sobreviviente a violencia, puede encontrar más información sobre el concepto de resiliencia y sobre la forma de ofrecer mensajes de rescate emocional en *Migración Resiliente. Herramientas de rescate emocional para niñas, niños y adolescentes migrantes*.

Del mismo modo, el personal que funja como monitor/a de resiliencia en centros de asistencia social puede encontrar herramientas para acercarse y dar seguimiento a la situación emocional de NNA con los que interactúa en la *Guía para dar seguimiento al estado emocional de NNA migrantes no acompañados en albergues*, ya que no siempre les resulta sencillo expresar emociones por medio de palabras, pero sí por medio de dibujos. Observar su expresión artística puede ser una vía útil para conocer lo que siente.

Por último, y aunque el personal de centros de asistencia social no tienen la función de investigar ni solicitar a NNA detalles de las situaciones vividas, pueden encontrar herramientas útiles para realizar acercamientos, crear clima de confianza y platicar con NNA en las publicaciones *Información Básica para Entrevistas y Situaciones Especiales durante la entrevista para el diagnóstico de la situación de derechos de NNA*. Esta última está dirigida esencialmente al procedimiento que la Procuraduría de Protección realiza para diagnosticar la situación de derechos y elaborar el plan de restitución de los mismos, pero es posible (sin replicar la propuesta de pasos para la entrevista que corresponde a la Procuraduría⁵) extraer sugerencias para el trato específico al sospechar que la NNA haya sido víctima de violencia sexual, captación en redes de explotación, o presente indicios de conducta suicida y/o autolesiones.

Estos cuatro documentos se encuentran en este mismo paquete de publicaciones.

⁴ No se requieren complejas intervenciones para dejar en NNA la simiente del proceso resiliente; toda persona adulta puede ofrecer, aunque se trate de interacciones breves y únicas, mensajes de rescate emocional que les ayuden a iniciar su "reconstrucción" (Castañer, A., *Migración resiliente...*).

⁵ Si se considera necesario, es posible consultar la Guía Práctica para la Protección y Restitución de Derechos de NNA (procedimiento y caja de herramientas) para conocer el procedimiento específico para entrevistas y acercamientos que debe realizar la procuraduría de protección. Ello permitirá diferenciar qué corresponde a la procuraduría y qué a la labor del centro de asistencia, para no repetir preguntas o intervenciones que pudieran revictimizar al NNA.



Sustento
de las
**actividades
propuestas**

Este apartado pretende mostrar la relación directa de las actividades con las herramientas que NNA migrantes y refugiados necesitan para iniciar un proceso de resiliencia. Algunas de estas últimas se vinculan con habilidades para entablar relaciones de manera adecuada, para el manejo de emociones, para la autopercepción sobre la base de aspectos positivos que favorezcan la autoestima, etc. Otras actividades tienen que ver con la percepción de sí mismos como personas valiosas y como ciudadanos, es decir, como quienes forman parte de una comunidad.

En todos los casos, los efectos positivos de las actividades se sostienen en el vínculo, contenedor y orientador, con el personal del centro de asistencia como figura significativa y monitor/a de resiliencia.

La atención especial a adolescentes responde, además, al hecho de que la mayoría de las niñas, niños y adolescentes (NNA) migrantes suelen estar en dicha etapa de la vida.

©UNICEF México/Daniel Ojeda



Nota: las actividades de este manual son adecuadas para toda NNA. Sin embargo, se hace especial hincapié en la adolescencia, ya que por lo general es la etapa de desarrollo que más desafíos implica para el personal de centros de asistencia. Esto se debe a la mayor fuerza que logran imprimir a sus reclamos y retos, así como a otros aspectos presentes en el cuadro, que les colocan en una situación de especial vulnerabilidad.

Arte, cultura y ciudadanía para la niñez y adolescencia migrante y refugiada

**Rasgo
relevante**

¿Por qué es importante **incluir arte, cultura y construcción de ciudadanía** para atender estas situaciones?⁶

El tránsito por la etapa adolescente se dificulta cuando no han contado con figuras protectoras adultas en su contexto familiar.

Dado que el principal desafío durante la etapa adolescente es construirse una identidad propia a partir de “piezas” conocidas, pero incorporando nuevas, es importante integrar en las actividades a realizar en el centro de asistencia (de manera concreta o simbólica) a familiares y otras personas adultas que tienen un lugar en la vida e historia de las y los adolescentes, así como al personal del centro de asistencia, como referentes de vida. Algunas NNA migrantes y refugiados han crecido sin la presencia de padre o madre como figura significativa y protectora en su historia, y en estos casos, la figura del personal del centro de asistencia (referente de cuidados y protección) tiene un impacto especialmente importante en sus vidas. Quienes interactúan con NNA en el centro de asistencia pueden transformarse en modelo constructivo a seguir. Ello no depende del tiempo que convivan con el o la adolescente, sino con la calidad del vínculo que logren construir. Y en este punto, las actividades lúdicas, artísticas y culturales propuestas en este manual ofrecen múltiples alternativas para la expresión y el contacto interpersonal adecuado: cálido, positivo, que muestre a NNA sus potencialidades. Aun un encuentro de pocas horas puede ser trascendente y cambiar la vida de un adolescente.⁷

⁶ La mayoría de los argumentos fueron tomados y rediseñados del documento de Juliette Bonnafe, “Programa de formación de lectores y acceso al conocimiento para las comunidades del DF: Desarrollo del marco conceptual, diseño operativo y diseño de los instrumentos de monitoreo y evaluación”, 2013.

⁷ Ver más sobre el concepto de resiliencia en Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan. *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*, Barcelona: Gedisa Editorial, 2011.

La impulsividad y predominancia de emociones son constantes durante la adolescencia.

Ante la presencia de grandes cargas emocionales, incluir la acción y la producción de obras concretas también resulta esencial al interactuar con adolescentes. Éstas les permiten canalizar la angustia mediante el movimiento. Lo cual reporta un beneficio para que se perciban “en control” de sí mismos. Con actividades basadas en la acción, el movimiento y la producción de obras concretas, se promueve la canalización de energía en forma positiva y se descubren y desarrollan habilidades y destrezas que contribuirán a mejorar su autopercepción.

El arte, la cultura y la construcción de ciudadanía permiten movimiento, canalización de tensión y expresión de emociones que no se logran con otras actividades. Al mismo tiempo, ofrecen reglas y desafíos cognitivos en el momento de enfrentar a las y los adolescentes con dilemas que resolver, estrategias que construir, etcétera.

La enorme cantidad de veces que una o un adolescente se siente vulnerable, angustiado, impotente, confundido, frágil, etc., reacciona (por un mecanismo psicológico inconsciente) de forma contraria: se muestra omnipotente (“no necesito ayuda”), agresivo, desafiante. La mejor estrategia ante ello es ofrecerle espacios en los que pueda adquirir herramientas para manejar emociones y para la interacción adecuada con otras personas. En la medida en que cuenta con espacios artísticos y culturales para reforzar aptitudes, construirse una imagen positiva, interactuar con otros, la conducta omnipotente cede y da lugar al crecimiento personal y la convivencia constructiva. Las actividades cooperativas (artísticas o lúdicas) en las que la meta sólo se logra si todos trabajan en conjunto, aportan herramientas para la vivencia de habilidades (sociales) en las que la solidaridad libera de la omnipotencia. Deja de ser esencial mostrarse fuerte si se comprueba que la fuerza proviene del grupo de pares. De manera complementaria, las actividades artísticas, vinculadas a la lectura o cualquier otra que implique el desarrollo de la creatividad, ofrecen espacios en los que las y los adolescentes pueden construir escenarios y fantasías en las que son omnipotentes. Ello minimiza la impulsividad en la conducta adolescente.

La conducta de adolescentes suele estar dominada por mecanismos de omnipotencia y tendencia a desafiar a las personas adultas.

⁸ La bibliografía consultada y las experiencias internacionales indican que la estrategia por excelencia para lograr este objetivo es el acercamiento por medio de actividades no convencionales, participativas y basadas en la acción. Antes que imponer, las actividades para adolescentes deben motivar, desafiar, invitar al juego y asociar el aprendizaje con el disfrute; en particular, las vivenciales y en las que se fomenta una participación activa, para que ellos mismos, guiados, construyan y compartan los aprendizajes. Al resultar motivadoras y llamar la atención, propician el acercamiento progresivo a las actividades y el aprendizaje de habilidades para la vida.

Muchas NNA han vivido situaciones de violencia en sus hogares.

Es posible que la interacción cotidiana respetuosa, contenedora y de protección con personal del centro de asistencia sea el primer vínculo de este tipo para algunas NNA, y de allí la importancia del impacto positivo en sus vidas.⁸ La relevancia del monitor/a de resiliencia se sustenta en lo que Gagliano define como el cuidado esencial de un adolescente: hacerlo visible para sí mismo y para el otro. Sea durante la actividad y el proceso de aprendizaje, o sea al compartir una obra, como autor y/o espectador, este objetivo puede construirse de manera contundente. Al constituirse en este sentido como alguien que cuida, la persona adulta significativa se convierte en soporte para calmar angustia y construir el propio valor. Si ésta se mantiene cerca de la NNA, contiene y guía acciones. La construcción emocional para la o el adolescente merece especial atención, y este tipo de acciones son el inicio de la recuperación emocional, el desarrollo personal y la resiliencia.

Una forma específica de apoyar la reconstrucción de la identidad es ofrecerles actividades que les permitan incorporarse activamente a la vida social y ejercer la participación y la ciudadanía.⁹ Las actividades artísticas ofrecen un escenario ideal para esto, dado que la creación personal presentada ante los demás está vinculada con la toma de responsabilidades propias y el hecho de asumirlas públicamente, aunque sea en un grupo reducido. Además, son en sí mismas herramientas esenciales para la integración¹⁰ y ello favorece la conformación de la propia identidad. Al realizar actividades artísticas el adolescente puede dar rienda suelta a la expresión de sus deseos y fantasías, sin desprenderse de la realidad,¹¹ y ejercer acciones en ésta al transformarla con la producción de una obra. El dolor, el enojo y la vulnerabilidad van a parar y se procesan en la producción de la obra, y ello previene que los impulsos se vuelquen en acciones sin mediación de la reflexión (*acting outs*) que pueden ser muy violentas hacia sí mismos o hacia las demás personas.

La reconstrucción de la identidad es esencial y no resulta fácil en la situación que viven NNA.

⁹ Ver: Françoise Dolto, *Seminario de psicoanálisis de niños*. México: Siglo XXI Editores, 1987. La autora afirma que adultos y sociedad son los encargados de ofrecer al adolescente responsabilidades para que se incorporen activamente a la vida social y posteriormente considerar el carácter de la sociedad como quien pone a disponibilidad el ingreso del adolescente a la vida adulta.

¹⁰ En una producción artística es posible combinar de manera creativa diferentes emociones, situaciones y personajes que pasan a ser parte de la obra. El ejercicio de la acción tiene impacto en la dinámica psicológica del adolescente y esto propicia que todas las partes de su yo que pudieran estar fragmentadas, incluso contrapuestas entre sí generando conflicto, puedan ser aceptadas e integradas.

¹¹ Desde Freud en adelante, el arte es una actividad altamente valorada por la psicología, en tanto logra la reconciliación de los impulsos y emociones con la realidad. Este es justamente el conflicto básico de los seres humanos, que puede provocar fragmentación y dificultades para construirse una identidad propia y defenderse de manera apropiada. Ver Sigmund Freud, "Formulaciones sobre los dos principios del acaecer psíquico", *Obras completas*, Vol. XII, p. 229.

Las actividades grupales creativas, en las que las y los adolescentes proponen algo personal bajo la mirada de sus pares, o aquellas de reflexión autobiográfica en torno a la historia, la música o la escritura, pueden contribuir a la escucha de los pares y al aprendizaje común. Esto tiende a provocar una conducta constructiva y es una de las maneras de propiciar cohesión social y vínculos sociales. Las y los adolescentes son parte de la construcción de soluciones ante preocupaciones o dificultades compartidas.¹²

El grupo de pares es fundamental para las y los adolescentes.

Las y los adolescentes requieren herramientas para comprender y manejar emociones y efectos de situaciones traumáticas.

La pintura y el dibujo son ejemplos claros en los que no es posible la inspiración sin la conexión con las emociones, en algún sentido, mientras se la ejecuta. El color y las formas “hablan” las emociones. En la pintura es posible vivenciar y expresar violencia, enfado, desesperación.¹³ La NNA, simboliza estas emociones con el arte, no las actúa. En estas actividades se aprende que cuando se percibe una emoción ésta se puede procesar en lugar de actuarla impulsivamente, y ello siembra la simiente para el desarrollo de interacciones no violentas con otras personas. No se niega el hecho de que se sienta furia, enojo o frustración. Por el contrario, se acepta que estas emociones están en la realidad emocional de las y los adolescentes (en algunos casos de manera grave por haber sido captados en pandillas y vivido una realidad altamente violenta, que genera impotencia frente a la imposibilidad de escapar a la victimización y sus efectos). Y una vez que acepta que existen, le permite transformarlas, sacarlas de sí en forma de obra, para incorporar la experiencia de control sobre sí mismo/a y de recursos para afrontar emociones dolorosas.¹⁴

¹² Esta línea de trabajo se incorpora en el presente manual en las discusiones grupales propuestas al final de cada actividad del taller permanente de arte. Las y los adolescentes toman decisiones en todas las actividades para elaborar sus obras, y posteriormente las comparten, poniéndolas a juicio del grupo y recibiendo (u ofreciendo) opiniones personales de los demás miembros.

¹³ El arte es una forma de sublimación, como vía creativa para la canalización de impulsos y emociones negativas.

¹⁴ Esto contrarresta un efecto de la vivencia de situaciones traumáticas que Martin Seligman denomina *desesperanza aprendida*. Se trata de un fenómeno que “convence” a las personas de que no hay nada que pueda hacer para contrarrestar los efectos de la violencia; las paraliza y sume en la percepción de sí mismos como incompetentes e incapaces de afrontar situaciones difíciles. Seligman, M., *Learned Optimism*, Nueva York: Knopf, 1990.

La vivencia de situaciones traumáticas genera fatalismo, aislamiento y percepción de sí mismos como personas incompetentes y poco valiosas.

Fatalismo, reacciones de sumisión o dominio y pérdida de vinculaciones, retroalimentan un círculo vicioso en el que los sucesos se nutren de la certeza de que no es posible el cambio. La participación en actividades del taller de arte (que tienen un principio y un fin) puede ser un vehículo para, desde una actividad llamativa y motivadora, procesar pensamientos fatalistas. Se logra incorporar a las y los adolescentes en acciones concretas que culminan en un producto específico, para contrarrestar la convicción de que nada cambia. Si participan en el desarrollo del mural grupal, por ejemplo, desde la primera propuesta gráfica, se cuenta con hechos concretos que muestran que sí es posible modificar de un modo positivo la situación que viven. Por añadidura, si el material producido por las y los adolescentes es distribuido o compartido más allá del centro de asistencia, ello permite construir una experiencia en la que no sólo sí es posible cambiar algo de lo que sucede en el día a día, sino también, desde ella, ofrecer algo que impacta afuera a otros.

A partir de fenómenos sociales y culturales que los estigmatizan, la identidad de NNA queda subsumida únicamente a la situación de migración y los mitos contruidos a su alrededor (migran por flojos, porque no quieren trabajar, son delincuentes, etc.). La situación que viven se funde con la esencia de la identidad y ello tiene efectos altamente negativos en su realidad psicológica. Las experiencias y vivencias con las que provocan acciones y logros concretos les ofrecen elementos para la reconstrucción de sí mismos desde un lugar diferente, que incluye recursos, habilidades y capacidad creativa que alimentan su autoestima mientras minimizan la etiqueta impuesta. Si a ello se suman eventos en los que se muestran las obras a otros, puede reforzarse la idea de que las cosas pueden cambiar por el simple hecho de transformar las acciones de las y los adolescentes en productos positivos que merecen circular y ser vistos.

NNA migrantes y refugiados son estigmatizados con frecuencia.

El autoconocimiento es una habilidad esencial para la vida de NNA migrantes.

Actividades que fomenten habilidades para el arte, la lectura, la música, etc., constituyen acciones que permiten contacto con la vida y dinámica internas (ensimismamiento, concentración, creatividad, auto diálogo), que en la acción misma o a partir del producto elaborado, conecta con otros.¹⁵ Actividades vinculadas con la recuperación de la propia historia, por ejemplo, permiten a NNA contactar con estos diversos aspectos de sí mismos; les ayudan a recapitular de dónde vienen (historia y contexto sociocultural), con quiénes cuentan (redes sociales) y con ello, trascender el aquí y ahora. Como herramienta,¹⁶ les permite reelaborar la memoria (es decir, conectarse con el pasado e integrarlo como parte importante de la existencia), aprender de la experiencia y recuperar recuerdos. Todo ello resulta liberador, sobre la premisa de que la propia vida se hace comprensible cuando es posible contarla.

Los talleres o las actividades vinculadas al arte como estrategia para desarrollar habilidades de expresión, son medios alternativos a la palabra que sirven como iniciadores de habilidades de comunicación. Toda obra de arte realizada por NNA tiene la intención de decir algo a otro y el propósito de comunicar algo propio. A partir de este elemento concreto, resulta más fácil propiciar el desarrollo de habilidades de comunicación en las actividades.¹⁷

La comunicación asertiva es esencial para NNA.

¹⁵ Gagliano, R. *La escuela en contextos de encierro. Pasado, presente y prospectiva de una construcción en proceso*. Colección Pensar y Hacer Educación en Contextos de Encierro. 1ª edición. Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2010, p. 39.

¹⁶ Gagliano denomina a estas actividades aventuras biográficas. (Florio, A., "La historia de vida como instrumento de conocimiento", en: *Sujetos educativos en contextos institucionales complejos*. Contexto sociocultural y alternativas pedagógicas, Colección Pensar y Hacer Educación en Contextos de Encierro. 1ª edición. Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2010, p. 108.

¹⁷ Los iniciadores de la terapia de conducta han propuesto, durante décadas, actividades que se mantienen vigentes para propiciar la conducta asertiva y la inhibición social, tales como seis ejercicios básicos susceptibles de ser retomados en actividades de formación de lectura o artísticas: 1. Expresar abiertamente, en contextos apropiados y sin censura, cualquier sentimiento; 2. Expresar abiertamente las emociones; 3. Expresar opiniones contrarias cuando se está en desacuerdo; 4. Emplear el pronombre personal en primera persona singular (yo) al manifestar desacuerdo y emociones; 5. Aceptar cumplidos y 6. Improvisar. Todas estas estrategias se contemplaron al diseñar las actividades del presente manual.

El reforzamiento de la autoestima es fundamental para NNA migrantes.

Los talleres de lectura permiten espacios de creación, apropiación de ideas, opiniones y palabras, relación con pares, todas ellas situaciones para construir una autoestima adecuada, basada en habilidades reales que pueden poner en acción e incorporar a la percepción de sí mismos. El simple hecho de ser escuchado interviniendo en una actividad participativa, es positivo para la imagen de sí mismo. Mejorar la autoestima permite acercarlos a situaciones que disfruten, y ello forma círculos virtuosos para la construcción de un proyecto de vida distinto de las realidades conocidas.¹⁸

Las técnicas participativas y vivenciales son herramientas muy útiles para la incorporación de habilidades de relación interpersonal. De hecho, no se trata de habilidades que puedan transmitirse verbal o formalmente. Es necesario que NNA experimenten, mediante una actuación sencilla, su capacidad de relacionarse de una manera no violenta, en donde se cuide la dignidad propia y la de las demás personas.

Habilidades para las relaciones con otras personas.

La toma de decisiones es una habilidad esencial para la vida de NNA migrantes.

La educación en valores para la toma de decisiones respetando al otro representa un objetivo necesario. A través de las actividades, se proponen reglas que suponen acciones simultáneas de cooperación, intercambio y estrategias que sólo permitan llegar al objetivo deseado si se respeta la función y rol del resto del equipo. Las actividades propuestas en el taller de arte permanente implican que cada participante tenga en cuenta sus propias necesidades y valores, al mismo tiempo que las de los demás. También, se requiere anticipar las posibles consecuencias, presentes y futuras, tanto en sí mismo/a como en los demás. Se incluyen, además, debates sobre la realidad (social, política, opinión pública sobre migrantes, etc.), en los que puedan exponer temores sobre la vida, el futuro y sus capacidades.

¹⁸ Es probable que NNA en situación de migración no hayan ejercitado nunca la habilidad para reflexionar sobre lo que sienten y quieren, y la habilidad para transmitirlo y ejercer sus derechos, respetando el derecho de otros. Dinámicas socioculturales en las que prima la violencia o el aislamiento hacen difícil el aprendizaje vivencial de ello. El arte ofrece oportunidades de conectarse con emociones y expresarlas.

El manejo de problemas y conflictos es esencial para NNA.

En el taller de arte se promueven las habilidades para la negociación y tolerancia al rechazo. La combinación de actividades individuales y creación de una obra personal, con la discusión colectiva sobre las mismas y la construcción de una obra común, permite el desarrollo de tolerancia a la frustración ante la posibilidad de recibir opiniones en contrario, de respetar espacios y tiempo de los demás, etc. NNA desarrollan confianza y cooperación al participar en este tipo de actividades.¹⁹

Además de las actividades que buscan desarrollar habilidades personales e interpersonales, se incluyen eventos fuera del centro de asistencia social. Por ejemplo, para presentar productos elaborados, exposiciones de obras de arte, etc., que propician el contacto de NNA migrantes con la comunidad y el contexto social. Ello es esencial para trazar un proyecto de vida conociendo noticias actualizadas, conectando con lo que está sucediendo en el exterior, y reforzando el proyecto con elementos realistas. Experiencias internacionales muestran la importancia de la participación de NNA en programas radiales, en los que hacen escuchar su voz y opinión más allá del centro de asistencia. Una actividad importante para conectar a los adolescentes con su ciudadanía es el festejo de fechas patrias, fiestas comunitarias y motivos de alegría social, tanto del lugar de origen como del país en el que residen actualmente. Este lazo social puede mantenerse vigente mediante actividades culturales.

La construcción de un proyecto de vida como ciudadano es central para el desarrollo de NNA.

A continuación se desarrollan las actividades mencionadas, divididas fundamentalmente en tres momentos:

- **Actividades esenciales para recibir a NNA migrantes.**
- **Actividades para establecer y sostener el taller permanente de arte.**
- **Actividad para el cierre con NNA que se despiden del centro de asistencia social.**

¹⁹ Las actividades propuestas retoman técnicas de la psicología cognitivo-conductual que proveen herramientas para el aprendizaje de habilidades para la resolución de conflictos. Se trata de ejercicios en los que una persona debe escuchar a la otra mientras expone el conflicto desde su punto de vista, para luego exponer el propio. El ejercicio supone reglas. Además de no interrumpir durante el tiempo estipulado al otro, a la hora de exponer, los participantes sólo pueden utilizar oraciones que comiencen con la primera persona del singular (yo), sin emitir juicios de valor sobre la otra persona, circunscribiendo sus comentarios exclusivamente a la conducta del otro, sin sacar conclusiones, ni insultar. Se pone atención además, al control de la postura, el tono de voz y los gestos. No está permitido durante el ejercicio transmitir verbal o paraverbalmente desprecio, intolerancia, enojo.



Actividades esenciales para recibir a niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados

Este primer grupo de actividades ofrece opciones a llevar a cabo cuando NNA migrantes y refugiados llegan al centro de asistencia social. En términos generales, están pensadas para ofrecerles un contexto en el que puedan percibirse como individuos dignos de respeto y cuidado, que cuentan con personas adultas (que “están a cargo”)²⁰ a quienes pueden acudir si necesitan ayuda; y que se encuentran en un espacio seguro.²¹



©UNICEF México/Daniel Ojeda

²⁰ La presencia de personas adultas a cargo es un elemento central para el desarrollo infantil y adolescente. La guía y apoyo de éstas es imprescindible en todas las etapas del desarrollo, y con frecuencia no está presente en la vida y contextos de NNA que han vivido traumas múltiples en contextos de violencia. El personal del centro de asistencia social se vuelve en la vida de NNA un referente protector, presente, congruente, que pone límites y ofrece ayuda y protección. Ello provoca en la NNA experiencias en las que es parte de un vínculo de protección y respeto, que probablemente no ha experimentado en mucho tiempo.

²¹ En las *Guías para la aplicación del enfoque psicosocial en contextos migratorios. Abriendo fronteras con el corazón* (Equipo de Estudios Comunitarios y Acción Psicosocial, s/f, en: <http://imumi.org/attachments/2014/abriendo-fronteras-con-el-corazon.pdf>), se explicita que el desarrollo del ser humano se basa en gran medida en la relación con otras personas; es un ser social que necesita de comunicación, identidad, personas de referencia o sentirse apoyado por otros y para ello, tener confianza en los demás. Esta confianza empieza con una idea esencial: “las personas son buenas”. Tenemos la necesidad como seres humanos de creer en quienes nos van a apoyar, proteger y dar un lugar seguro donde nada nos va a pasar. A medida que más personas no han sido de apoyo, nos han hecho daño o han hecho daño a personas cercanas, la confianza disminuye y crece la desconfianza. Hablar de la confianza-desconfianza en países con altos índices de violencia y violaciones a derechos humanos no es algo fácil, porque hay un fuerte daño en la creencia de que “las personas son buenas”. Será útil para NNA en centros de asistencia social que el personal les ayude a recuperar el recuerdo de personas en quienes confían en su lugar de origen, en quienes confiaron en el trayecto; en quienes confían en el lugar de destino. Es importante incluir figuras más allá de la familia, por ejemplo, amigos y amigas, vecinos y vecinas, comunidad, sociedad, gobierno o Estado. Y finalmente, será necesario indicarle quiénes, en el centro de asistencia social, tienen la función de escucharle, protegerle y apoyarle.

a

Bienvenida Presentación y personas adultas a cargo

Sentirse bien recibido en un espacio nuevo es importante para construir bases sólidas que den sostén a la apropiación del lugar, de sus objetos personales, a la construcción de vínculos significativos, etcétera.

Llegar a un espacio desconocido suele generar ansiedad en NNA y las acciones que resultan eficaces para disminuirla se vinculan con darle información. La bienvenida comienza por presentarles a las personas adultas con las que estarán en contacto, así como a sus compañeras y compañeros.

Es importante que durante la bienvenida se hagan el menor número posible de preguntas a las NNA. En este momento se trata de darles información y no de solicitársela.

Objetivos:

- Minimizar angustia.
- Generar sensación de seguridad (información sobre las personas y el lugar).



Pasos para la actividad

- 1. Preséntate al recibir a la NNA** (di tu nombre, qué actividad realizas, dónde puede encontrarte y algo que te guste hacer).
- 2. Pregunta a la NNA cómo quiere que le llamen** (y respeta siempre su solicitud, a partir de ese momento).²²
- 3. NO le formules más preguntas** (por el contrario, ofrécele información concreta y dile que puede preguntar lo que quiera, cuando quiera).
- 4. Preséntale a las demás personas** (con el nombre que escogió) y presenta a todo el personal del centro de asistencia.
 - a.** Importa que conozca el nombre de cada persona con quien tendrá contacto.
 - b.** Importa que ubique la función de cada persona, de modo que pueda acudir a solicitar lo que necesite cuando sea el caso.
- 5. Preséntale a los compañeros/as.**

- a.** Si el grupo es pequeño, propicia que cada uno diga su nombre y le salude. Si es un grupo grande, ofrecerle todos los nombres puede resultar abrumador, por lo que resulta más útil que le den la bienvenida en general, aclarando que más adelante se le presentará a cada uno de sus compañeras y compañeros.

²² El modo en que una NNA solicita ser llamado, debe ser respetado aun cuando no coincida con el género socialmente asignado. Es decir, es posible que sea percibido por quien le recibe como niña o como niño, o que dé por hecho que según el nombre que aparece en los registros oficiales se asume como varón o como mujer. Estos escenarios no son reales para algunas NNA con elecciones de género diversas (transgénero), en el que nacen con un sexo que no se corresponde con el modo en el que percibe su género (nacer con genitales masculinos, pero percibirse como mujer, y viceversa). Siempre debe ser respetada la identidad percibida por la NNA, y no aquella que se asume "debería tener" según el sexo con el que nació.

b. Una buena oportunidad para presentar a NNA recién llegados a grupos grandes es durante alguna actividad colectiva o la hora de algún alimento.

c. Debes poner especial atención en propiciar que sea bien recibido. Algunas sugerencias útiles son:

1. Asegúrate que interactúe inicialmente (bajo cualquier pretexto) con compañeras o compañeros que lleven más tiempo en el centro de asistencia y que se han mostrado sociables y platicadores.

2. Asegúrate que no interactúe inicialmente con grupos de adolescentes que pudieran ser críticos o excluyentes de alguna manera, o que no cuenten con suficientes habilidades sociales.

3. Busca de que no sea presionada o presionado para hablar o contestar preguntas si se observa tímido o reticente.

4. Utiliza siempre el nombre con el que pidió ser llamado/a. Evita dirigirte a él o ella de cualquier modo que no sea el nombre que escogió, incluyendo “niña/o” o “tú”. Estos últimos resultan impersonales y no favorecen el establecimiento de vínculos de confianza, mientras el uso del nombre escogido por la NNA transmite la sensación de ser escuchado y respetado, al tiempo que refuerza su identidad.



Mi espacio físico

Espacio y objetos personales

Lo vivido por NNA migrantes se vincula estrechamente con la incertidumbre sobre sí mismos y su futuro, así como con sensaciones de fracaso y poca valía. En este contexto, contar con espacios para sus cosas refuerza su identidad. Los objetos propios y los espacios personales sirven como “ancla” que ordena la realidad, y ayudan a generar calma y sensación de control (saben cuáles son sus cosas, dónde están y qué lugar ocuparán dentro de la casa).

Contar con conocimiento sobre los espacios, en general, para moverse cómodamente dentro del centro de asistencia y saber cuáles son tanto el espacio como los objetos propios, sirve como referente concreto para comenzar a reconstruirse.

Al mismo tiempo, la actividad permite darles a conocer a quién pueden acudir si algún compañero o compañera “invade” su espacio, si toma sus cosas sin su autorización o incluso si rompe sus objetos personales. Construir experiencias en las que NNA experimenten límites adecuados incluye ser respetados, además son herramientas para el manejo del conflicto sin invadir o agredir a otras personas. Acudir a una persona adulta que pueda mediar en el conflicto siempre será una acción recomendada.



©UNICEF México/Sebastián Beláustegui

Objetivos:

- Propiciar la revalorización de la NNA que acaba de llegar, ofreciéndole instalaciones donde podrá vivir en condiciones en las que su dignidad será respetada, así como los objetos de uso personal que serán de su propiedad.
- Ofrecer experiencias en las que pueda reconstruir su autoestima, percepción del propio valor y acciones de autocuidado.
- Transmitir reglas para propiciar resolución no violenta de conflictos y brindar información sobre a quién acudir.

Materiales:

- Toalla y ropa de cama.
- Jabón, cepillo y pasta de dientes, desodorante, peine, cepillo, crema, perfume, espejo y cualquier otro objeto de aseo personal.
- Etiquetas.
- Marcadores de color.
- Agujas de canevá, preferentemente de plástico y estambres delgados de diferentes colores.
- Mochila, bolsa de tela o caja que pueda personificar, para guardar sus objetos personales.
- Un objeto que simbolice su paso por el centro de asistencia (un dibujo, un juguete, una fotografía, por ejemplo).





Pasos para la actividad

1. Realiza un recorrido por el centro de asistencia, mostrándole cada área del mismo.

2. Ten especial cuidado en mostrar que contará con dormitorio, comedor y sanitarios suficientes, limpios y bien equipados, que le permitirán vivir en condiciones en las que se respeta su valor y su dignidad de manera cotidiana. Para ello podrías ofrecerle mensajes²³ como:

a. “Éste es el baño que puedes usar. Siempre estará limpio cuando lo uses, para que puedas sentirte a gusto.”

b. “Éste es el comedor. Nos encargamos entre todos de que siempre esté ordenado y limpio, así que siempre podemos disfrutar las comidas aquí.”

3. Acompaña a la NNA recién llegado al cuarto y la cama que ocupará.

4. Muéstrale los objetos personales que se le entregarán.

5. Regálale el objeto que se haya escogido para tal fin y dile que es un objeto especial porque representa su llegada y su paso por el Centro. Explícale que toda NNA que llega al centro recibe un regalo así.

6. Es importante que todas las NNA reciban el mismo objeto y que esté nuevo. Puede ser un oso de peluche, una manta pequeña individual y afelpada, una almohadita o cojín pequeño, etcétera.²⁴

7. No importa si la NNA rechaza el objeto, si dice que no lo quiere o dice que “ya es grande para eso” o algo por el estilo. Simplemente deja el objeto sobre su cama o en cualquier otro lugar a su alcance.

8. Entrégale los demás objetos de aseo personal (jabón, cepillo de dientes, peine, desodorante, etcétera).

9. Cuando sea el caso, explícale que puede colocar su nombre a los objetos personales y decorarlos como quiera.

10. Describe la regla que indica que ninguna persona puede tomar los objetos personales de nadie más. Eso quiere decir que él o ella no debe tomar objetos de otras NNA, así como éstos no deben tomar sus objetos personales. Si esto pasa, es necesario avisar a... (nombre de la persona adulta a cargo) para que ayude a resolver el problema.

11. Explícale que no está permitido arrebatar a la fuerza ningún objeto a otra persona, sea propio o no.

12. Pídele que escoja el espacio que puede ocupar para guardar sus cosas dentro del cuarto en el que dormirá. Cuando sea el caso, dile que puede colocar su nombre, pegar dibujos y decorar como quiera ese espacio propio, para que las demás personas sepan que es su lugar.

²³ Muchas de las acciones de rescate emocional con NNA, que propician resiliencia, no son grandes ni elaboradas, sino que se trata de información que se le ofrece en el día a día, en la interacción con ellas y ellos. Es en estas interacciones en las que una NNA puede percibirse de manera diferente, según lo que vive en el vínculo. Si es respetado/a y recibe cuidados, se percibirá como valioso/a, y ése es el modo en el que puede comenzar a reconstruir su propio valor, identidad, autoestima y deseos de construir un proyecto de vida.

²⁴ La propuesta de actividad y de objetos se vincula con la teoría de Winnicott, quien plantea que toda NNA puede afrontar de mejor manera la ansiedad de interactuar con el mundo exterior y confiar en sus propios recursos, si tiene a la mano un objeto que le “acompañe”. En general, este objeto le ayuda a controlar la ansiedad y el temor, y suele asociarse con el hecho de que existe alguien (quien se lo ofreció) con quien interactuar y que puede apoyar. En la teoría de Winnicott se le denomina *objeto transicional*.

13. Acompáñale a colocar sus objetos personales en el espacio que escogió.

14. El espacio y la decoración que elija no pueden tapar, quitar o invadir la decoración de otros compañeros o compañeras, y tampoco puede destruir la pared ni cualquier otro objeto. Si algo así sucede, será responsable de repararlo o restituirlo.

15. Entrégale las sábanas de la cama que ocupará y ayúdala a tenderla.

16. Repítele a quién puede recurrir si algún compañero o compañera toma sus cosas, o invade su espacio de cualquier modo que le genere molestia.

17. Asegúrate que, si traía objetos personales consigo, los coloque en algún lugar cercano a la cama que ocupará, o los incluya en su bolsa o caja personal.

18. Pídele que de la manera que quiera, marque sus cosas. Puede colocar su nombre o el modo como quiere que se le llame,²⁵ pintarle la bandera de su país o cualquier cosa con la que se identifique (es decir, que tenga un sentido especial para él o ella).

19. Asegúrate de reforzar y enaltecer la importancia de que su nombre esté escrito en sus cosas, así como de reforzar el valor de sus raíces y de su identidad.

20. Asigna un tiempo y materiales para personalizar *lockers*, cajones, cajas, mochilas o morrales que pueda conservar.

21. Incluye actividades en las que pueda pintar, grabar o bordar su nombre en el objeto o espacio personal.

22. Preséntale el material para que elija la forma como quiere etiquetar sus objetos personales o decorar los cajones o espacios de guardado que le hayan sido asignados.

23. Si la NNA rechaza los objetos ofrecidos,²⁶ no insistas en que lo haga o en el valor que tienen las cosas y la importancia de que sea agradecido/a. Simplemente, deja los objetos sobre la cama que ocupará o en un lugar a su alcance, explicitando que puede hacerlo después si así lo prefiere, pero que esas son ya sus cosas.



©UNICEF/UN028145/Zehbrauskas

²⁵ No resulta útil que el adulto que interactúa proponga a la NNA colocar el nombre que aparece en el acta de nacimiento o documentos oficiales. Es preferible que ésta/e se contacte con la identidad que desea y que exprese el nombre por el que quiere ser llamado es esencial en ese sentido. En particular, cuando se trata de NNA transgénero, se respetará y utilizará el nombre que elija, sin hacer críticas, expresar dudas, ni recomendaciones al respecto.

²⁶ La violencia vivida por las NNA migrantes provoca que, bajo la convicción (consciente o no) de que no son valiosos, no conciben la idea de que alguien pueda darles objetos que serán propios. Ante la posibilidad de ser engañados o perder cosas que valoran nuevamente (porque habrán vivido múltiples pérdidas), las reacciones emocionales se vinculan con rechazar, antes que ser rechazado. No se trata de conductas de desobediencia, rebeldía o grosería voluntaria; son la consecuencia (y el efecto) de haber vivido múltiples violencias.

C

Sabores y gustos propios

Al momento de la llegada de NNA a los centros de asistencia social es imprescindible considerar si sus necesidades básicas están satisfechas. En esta actividad, aprovecha el momento de ofrecer alimento para reforzar su identidad y valores.

Unos de los aspectos más asociados a las raíces y la identidad son los alimentos típicos del lugar o de la familia de origen. Al considerar el desarraigo y añoranza que NNA pueden estar viviendo, resulta útil desde el inicio del vínculo reforzar la identidad y los gustos propios.

Objetivos:

- Satisfacer necesidades básicas (alimentación).
- Ofrecer un espacio de respeto y aprecio por la identidad de NNA.
- Reforzar valores propios de la familia y lugar de origen de NNA.



Pasos para la actividad

1. Muéstrale la cocina y presenta a quienes se hacen cargo de ella. Explícale que hay una lista de platillos para cada día de la semana, y que quieres incluir en ese menú, un platillo que le guste.

2. Pregúntale cuál es la comida que más le gusta.

3. Cuando sea el caso y según la edad de la NNA, pregúntale: ¿Sabes cómo cocinarla? ¿Podrías ayudar a... (nombre de quien cocine) a prepararlo?

4. Escribe, junto con la NNA, el platillo en el menú del centro de asistencia.

5. Cuando, por alguna razón, no sea posible la preparación del plato que escogió, refuerza la elección de la NNA "Estoy seguro/a que debe ser delicioso y que tienes muchísimas ganas de volver a comerlo. Lamento mucho que aquí no se pueda conseguir... (ingrediente), pero sí tenemos... (alternativa, ingrediente para la preparación de otro plato típico de su país de origen, o que pudiera reemplazar el ingrediente anterior. ¿Qué te parece si preparamos... (platillo que pueda realizarse)?



Nota: es recomendable que el centro de asistencia cuente con una serie de recetas típicas de El Salvador, Guatemala, Honduras y otros lugares del mundo como África e India, para ofrecer como alternativas a NNA. Si se trata de platillos para los que es difícil conseguir ingredientes, la reserva de los mismos se utilizará solamente para un único evento de bienvenida. De lo contrario, se incluirá el platillo en el menú del Centro para ser preparado con cierta frecuencia. Al recibir a una NNA que pertenece a una cultura diversa es necesario investigar si algún ingrediente no es aceptado en la religión que profesa.



©UNICEF/UN027442/Volpe



Reglas del centro de asistencia

Las reglas promueven el orden y acotan las acciones y relaciones dentro de la casa, y también sirven de guía y contención. Resultan imprescindibles no sólo para una convivencia adecuada en el centro de asistencia, sino también para la estabilidad emocional de la NNA. Saber “qué se vale” y qué no, permite elegir (obedecer o aceptar las consecuencias de desobedecer) y ofrece sentimientos de control sobre la realidad.

Por el contrario, encontrarse en una realidad en la que no existen reglas y no es posible saber a qué atenerse o qué sigue en cada momento del día, provoca caos, sensación de incertidumbre y desasosiego.



Nota: cada centro de asistencia elaborará sus procedimientos, entre los cuales se describirán estas normas de convivencia.

Objetivos:

- Ofrecer información concreta a NNA migrantes sobre el reglamento interno del centro.
- Construir un contexto apto (no caótico) para la convivencia adecuada en el centro de asistencia.
- Construir para NNA migrantes un contexto previsible y seguro.

Materiales:

- Hojas de papel.
- Lápices, crayolas o plumones de colores.
- Hoja impresa con el resumen de las reglas del centro de asistencia (ver las características apropiadas del material en los pasos para la actividad).



5. Conversa con la NNA sobre cada regla, y asegúrate de describirla de la manera que mejor la comprenda (con palabras más simples, con ejemplos, etcétera).

6. Pídele que, en otra hoja de papel, dibuje o escriba lo que a él o ella le permita recordar con más facilidad la regla.

7. Incluye las consecuencias por incumplimiento de las reglas, y también el sistema de incentivos por buen comportamiento.

8. Pregunta a la NNA si algo no se entiende bien o si tiene alguna duda.



Pasos para la actividad

1. Explica a la NNA que la casa tiene una serie de reglas que es necesario seguir.

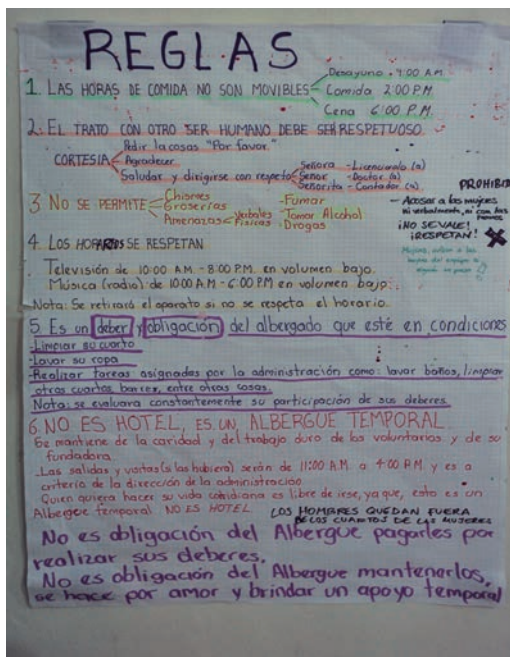
2. Ofrécele (si se cuenta con ello) una hoja con el resumen de las reglas.

a. Las reglas deben estar resumidas en frases muy cortas (con la idea central transmitida de manera directa).

b. El resumen debe tener un símbolo o imagen que represente cada regla, para asegurar que pueda ser comprendida y retenida por quienes no saben leer o lo hacen con dificultad.

3. Explicita que las reglas aplican para todos dentro de la casa (no son sólo para la NNA que acaba de llegar).

4. Puede ser útil revisar el reglamento junto con los demás NNA, antes de alguna actividad. Por ejemplo, preguntar a las y los demás qué recuerdan del reglamento y completar lo que sea necesario.



9. Es importante hacer énfasis en la privacidad de las actividades de higiene, así como el cuidado y protección de su cuerpo frente a todas las personas, NNA o adultos (no importa quiénes sean), en su estancia en el albergue y a partir de este momento, de tal manera que resulte en un aprendizaje para el resto de su trayecto/vida.

10. Explicita que hay un calendario de tareas. Esto significa que todas las personas que viven allí tienen responsabilidades. Algunas tareas son de todas las personas y se van rotando, y otras son responsabilidad de cada NNA. Más adelante, cuando haya descansado, se le dirá cuáles son.



Calendarios de actividades y tareas

Una vez presentado/a, bienvenido/a y ubicado/a en espacio y objetos, será necesario en lo sucesivo incluirle en la información sobre horarios y actividades (permanentes o rotativas).

Construir constancia en cuanto al uso y programación del tiempo permitirá disminuir la incertidumbre, que ya de por sí es grande en la situación de migración en la que se encuentran. Esto hace que su medio se vuelva predecible.

Generar un ambiente de constancia y orden ayudará a promover un sentimiento de seguridad, además permite que durante el tiempo que estén en el albergue no se presenten grandes espacios de ocio, que puedan volver tediosa la estancia, generar ansiedad y miedo, y promover conflictos entre niñas, niños y adolescentes.

La actividad tiene dos aspectos diferentes:

- el calendario general, con roles y funciones que pertenecen a todos;
- el calendario personal, con actividades que serán responsabilidad del NNA recién llegado.

e1

Calendario general y compartido



Pasos para la actividad

Ten un horario a la vista con una programación clara y establecida:

- Hora de levantarse.
- Hora de acostarse.
- Actividades de aseo personal: baño, lavado de dientes, lavado de ropa, etcétera.
- Actividades de arreglo de espacio personal y/o compartido: tender cama, guardar ropa, limpieza del cuarto, etcétera.
- Hora de desayuno, comida, cena y colaciones (si es que las hay).
- Horario de actividades grupales: talleres, grupos, esparcimiento, etcétera.
- Horario de actividades individuales: terapias, entrevistas, diligencias, etc. (Este horario puede estar considerado dentro del horario general, pero deberá desarrollarse el particular con cada uno/una.)
- Horarios de ocio.
- Días de salidas o actividades fuera del centro de asistencia.
- Horarios y días para actividades recreativas y juego.
- Horarios de asistencia a clases.

- Días y horarios para hacer llamadas telefónicas a personas significativas.

- Días y horas para el taller permanente de arte.²⁷

e2

Calendario de actividades individuales



Pasos para la actividad

- Entrega un calendario de actividades en una hoja.
- Marca en el calendario las actividades que se espera que realice, escribiendo su nombre en el recuadro que corresponda (día y hora).
 - Por ejemplo, tender su cama diariamente.
 - Ayudar a limpiar su dormitorio, junto con los demás NNA con quienes lo comparte.
 - Actividad de aseo u orden en espacios colectivos (como recoger su plato después de comer, lavarlo etc.; días en los que es responsable de lavar trastes comunes).
 - Al mismo tiempo se pueden incluir en ese mismo esquema los horarios y actividades recreativas, psicoeducativas y de desarrollo personal y social que escoja y se consideren apropiadas para él o ella.

²⁷ Los monitores/as de resiliencia a cargo, acordarán con el resto del personal a qué hora se incluirá la actividad. Es importante planear y respetar el horario, de modo que sea lo más predecible posible (ej.: Todos los martes a las 4 pm, o lunes, miércoles y viernes a las 10 am, etcétera).



Taller permanente de arte

El taller permanente de arte permitirá instalar un espacio en el que NNA puedan expresar, elaborar y compartir emociones y experiencias vividas. De igual modo, permitirá que creen, imaginen y planeen de manera simbólica su historia, su camino y su vida futura.

Se propone como actividad permanente para que se constituya como un espacio de confianza y siempre disponible (no obligatorio) para la expresión y creatividad. El taller permitirá congregarse a las NNA que ya se conocen y han compartido experiencias y actividades, y recibir a aquellos que recién se incorporan al centro de asistencia.

El taller es algo complejo, porque propone actividades individuales (que toda NNA debe ir realizando ordenadamente con el acompañamiento del personal de centro de asistencia para guiar su incorporación al grupo) y una actividad grupal al final de cada día, para conformar un mural u obra colectiva común y permanente, que se alimentará de forma constante.

Las NNA irán conformando una carpeta en la que se resguarden todas sus producciones; si en algún momento lo desean, pueden agregar una de ellas al mural común.

Objetivos:

- Contener y permitir la expresión de emociones de NNA.
- Fomentar la creatividad.
- Permitir la proyección de acciones futuras de manera simbólica.
- Elaborar una obra de arte de construcción colectiva y permanente crecimiento que deje constancia del paso de cada NNA por el centro de asistencia.
- Reanudar y restaurar el vínculo social.



©UNICEF/UNI139112/Markisz

Materiales:

Cualquier material de artes plásticas, o medios visuales que podamos juntar para el taller de arte, será de utilidad en diversos momentos de las sesiones que a continuación describiremos.

Éstos pueden incluir:

- Etiquetas blancas de 5 x 2 cm (medida aproximada).
- Tijeras con punta redonda.
- Pegamento de diversos tipos (de preferencia pegamento blanco o pritt).
- Cintas adhesivas transparentes (diurex).
- Cintas adhesivas opacas (masking tape).
- Un rollo de varios metros de papel kraft.
- Papel de china.
- Imágenes obtenidas de papel periódico y revistas (para la elaboración de un collage).
- Carboncillo blanco y de colores.
- Rotafolios / papelógrafo
- Hojas blancas tamaño carta.
- Hojas de cartulina o cartoncillo de colores tamaño carta.
- Pinturas *témpera* de varios colores.

- Pasteles de aceite (es un material de arte parecido a los crayones, pero favorece más la expresión emocional al tiempo que la contiene. No son más económicos que los crayones, pero duran mucho tiempo).

- Pasteles secos (es un material parecido a los gises de colores, pero su textura y manejabilidad son de mejor calidad. Son muy económicos y duraderos).

- Plumones o marcadores de colores.

- Lápices de color.

- Plastilina de colores.

- Retazos de telas de diferentes diseños y colores.

- Agujas de canevá de plástico.

- Estambres e hilos de colores.

- Material de reciclado (rollos de cartón para papel de baño, envases desechables de diferentes formas y materiales plásticos, cajitas de cartón de diferentes tamaños, etcétera).



Nota: algunas actividades del taller permanente de arte requieren materiales específicos, que se mencionarán cuando sea el caso.



Duración de las sesiones

Cada sesión diaria del taller de intervención social con arte durará dos horas, como máximo, con un receso de 15 minutos a la mitad o al final de alguna actividad que les haya tomado tiempo realizar. Se propone mantener el taller con una frecuencia diaria, porque se trata de un contexto siempre abierto y presente que ayuda de manera muy significativa a contener emociones.

Estará precedida por una sesión de deporte o actividades físicas diversas como básquet, fútbol o cualquier otro juego que impulse la colaboración e integración grupal (no la competencia ni la rivalidad). Si se llega a detectar o presentar un conflicto entre las NNA, se pueden sustituir por actividades que ayuden a descargar el exceso de energía, como correr en el patio, realizar posturas de yoga o *tai chi* con algún maestro guía o cualquier otra actividad en la que estén juntos pero que se realice de forma individual.

Las sesiones incluyen la ejecución de una actividad individual (que refuerza la identidad, la historia, el proyecto de vida, etc.) y una grupal al final de día para impulsar la cohesión del grupo y la pertenencia. Al inicio se les anticipará esta disposición de tareas, explicitando la distribución horaria entre la actividad individual y la colectiva.



©UNICEF/UNI120004/LeMoyné



Reglas para el inicio del taller

1. Lo que está permitido y lo que no:

a. La primera regla, y la más importante es NO lastimar a los demás, ni a sí mismo de ninguna forma. Esto incluye palabras y acciones que puedan dañar a alguien del grupo o a sí mismos, como burlas, críticas o comentarios negativos sobre la producción de otras personas.

b. NO está permitido tocar, mover ni, por supuesto, destruir el dibujo, construcción o producción de cualquier tipo, de otra persona del grupo.

c. Escuchar atento cuando las demás personas participan.

d. Sí se vale hacer preguntas (respetuosas) sobre la producción de otras personas.

e. Respetar el material de arte de uso común. NO está permitido dañar, estropear, esconder ni destruir ningún tipo de material.

f. NO está permitido retirar material del taller.

g. Todo el material debe ser compartido con las demás personas del grupo.

2. Describir el taller como una actividad permanente en el Centro, y sus reglas de operación (horario, receso, asistencia).

3. Aclarar que esta es la actividad inicial. Más adelante, se incluirán más NNA que iniciarán el taller con esta misma actividad y las subsiguientes, mientras que quienes lleven tiempo en el Centro, pueden extenderse en las unidades del taller que ellos deseen, trabajando a mayor profundidad los temas, elaborando más dibujos o representaciones, o agregando elementos sobre aquellos que ya realizaron.

4. Presentar a los nuevos integrantes del grupo, si es que los hay. Es recomendable recordar los nombres de todos, incluso de quienes se integraron hace poco. Pedirles que digan cómo quieren que se les llame, y que indiquen dos cosas que les gustan y dos que no. La participación es voluntaria. Si alguna NNA no quiere participar en colectivo, NO debe ser forzado a hacerlo.

5. Pedirles que ubiquen un lugar donde se sientan cómodos para empezar (o continuar) su trabajo del día "con arte".

6. Recordarles las reglas sobre compartir y utilizar los materiales.

7. Recordarles el tiempo del que disponen para crear su producción de arte.

Algunas orientaciones para quien facilite el taller

- La relación que mantenga la NNA con su propia obra, siempre es un indicador de la relación que tiene consigo mismo. Es importante comprender y ayudar a canalizar las emociones que “salgan” en el trato a sus obras. Si siente enojo podría destruir o arruinar su trabajo; si está deprimido/a estará reticente a iniciar, o tal vez no podrá terminarlo.
- Es recomendable no presionar, ni tratar de que lleve a cabo la actividad de determinada manera “correcta”. La idea central es que pueda expresarse y comprender mejor lo que siente. Ante la aparición de alguna emoción, se recomienda ayudarlo a detectarla y nombrarla,²⁸ sin juzgar, reprender ni solicitar que la “corrija”.
- Es importante modelarles el autocuidado a través del trato hacia sus trabajos diarios con arte: manipularlos con delicadeza, cuidarlos, guardarlos y protegerlos.
- En su arte, frecuentemente dejan ver los temas que pueden ayudar al personal que los acompaña a detectar situaciones de riesgo. No se debe generalizar, pero es importante prestar atención a lo siguiente:
 - En casos de NNA con depresión o ideación suicida, se puede constatar un estilo pobre en el dibujo, tendencia a utilizar menos color, espacios vacíos y el empeño de un menor esfuerzo, o piezas inconclusas.
 - En algunas NNA con riesgo de suicidio, sus sentimientos de desesperación se reflejan de forma clara y explícita en la obra.
 - Si existen problemas emocionales graves es posible que no logren dar una estructura a sus dibujos y aparezcan entonces solo “piezas” fragmentadas que no se unen para conformar un todo. Esto es esperable solo en niñas y niños pequeños.
- El arte es de especial ayuda con NNA que tienen dificultades de verbalización, los monitores/as de resiliencia deben tomar nota y buscar asistencia especializada cuando observen algo así.
- Propiciar resiliencia implica ofrecer, siempre que sea posible, espacios para el juego y el humor. Ambos impulsan interacciones en las que NNA pueden trascender el dolor, reconectándose consigo y con otras personas de un modo nuevo, diferente y vivido con agrado.²⁹

²⁸ A la mayoría de NNA no les resulta sencillo detectar, nombrar y diferenciar emociones.

²⁹ Barudy, J., *La fiesta mágica...* p. 38.

- Las actividades del taller de arte, por lo tanto, no deben considerarse “tareas” que cumplir, de manera rígida y en un tiempo predeterminado. Es necesario construirlas desde la lógica del juego. Éste es, por excelencia, el medio por el cual NNA pueden asimilar situaciones dolorosas, repitiendo una y otra vez lo sucedido para encontrarle un sentido. De modo que todo lo que una NNA migrante haga con la obra que produjo, está vinculado con lo que siente y necesita hacer en ese momento.

- Los espacios ofrecidos para que aflore el sentido del humor deben ser cuidadosamente planeados. Es importante que aquello que las NNA construyan con humor provenga de sí mismos. De lo contrario, podrían vivirlo como una burla. Es decir, nadie puede reírse o burlarse de lo que otro hace o dice. Pero sí está permitido que alguien bromee sobre algo que hizo o dijo él o ella misma.

- El juego y el humor son útiles para ofrecer a la NNA una visión optimista (“liviana” y flexible) de sus experiencias.

A continuación se detallan las actividades que se proponen para el desarrollo del taller permanente de arte. Se han planeado con un orden que tiene importancia para el aprendizaje emocional y la promoción de procesos de resiliencia, por lo que se sugiere que éste no se modifique. Sin embargo, cada NNA puede extenderse más de una sesión en la elaboración de una propuesta artística, si así lo requiere.

Quien coordine las actividades debe llevar el registro de éstas con cada NNA, para mantener el orden y que no se salten ninguna. Como algunas NNA pueden integrarse en diversos momentos al grupo, este registro es muy importante, ya que no todos elaboran las mismas actividades al mismo tiempo.

Si alguna NNA se muestra reticente a participar en actividades de arte, se le puede explicar que no se trata sólo de dibujar o pintar, y que puede realizar otras prácticas o artesanías si así lo desea.



Éste/a soy yo

Objetivos:

- Reforzar y revalorizar la identidad.
- Reforzar y revalorizar los valores personales.

Materiales:

- Hojas de papel cartoncillo de colores tamaño carta.
- Pasteles de aceite.
- Marcadores de colores.
- Lápices de colores.
- Un rollo de 4 x 1.5 m de papel *kraft*.



Pasos para la actividad

1. Asigna a cada NNA una hoja de papel cartoncillo del color que cada uno elija.
2. Divide y dobla la hoja en tres partes iguales a lo largo, de manera que quede como un presentador de tres caras.
3. A continuación pídeles escribir su nombre (como le gusta que lo llamen) con los materiales disponibles en alguna de las caras del presentador.
4. Diles que dibujen tres símbolos (figuras, formas) que sientan que los representan o definen.
5. Después, indícales que representen con dibujos dos cosas que les gustan y dos que no. Pídeles que ubiquen sus dibujos en cualquier cara del mismo tríptico.
6. Esta hoja se quedará en el salón durante la estancia de la NNA para marcar su presencia, ya sea que desee asistir a la sesión del día o no (puede quedar una hoja doblada en tres y colocada como un tríptico o presentador, sobre su lugar) para que sepa que ahí tiene siempre "un lugar".
7. Es importante que cada inicio de sesión les preguntes si quieren quedarse en ese lugar o cambiarse a otro.
8. Se sugiere que intercale a NNA por edades, de esta manera es más fácil fomentar que los mayores apoyen a los de menor edad en las diferentes actividades y se relacionen entre sí, pero hay que estar muy pendientes de las interacciones y posibles abusos de poder o jerarquías debidos a edad, tamaño o personalidad.



©UNICEF/UNI136887/Versiani

9. Quien proponga la actividad puede propiciar la reflexión de NNA sobre la identidad con los siguientes mensajes:

- a.** "Es muy importante que pongas de dónde vienes."
- b.** "También es muy importante todo lo que piensas, por ejemplo, algo que es relevante para ti. Lo importante para las personas se llama valores ¿Cuáles son algunos de tus valores?"
- c.** "¿Cómo es tu comunidad? ¿Tienen alguna costumbre que te guste? ¿Tienen trajes típicos? ¿Cómo son?"
- d.** "¿Qué te gusta y qué no te gusta del lugar donde naciste?"
- e.** "Me da mucho gusto saber más sobre quién eres." ³⁰

³⁰ Este tipo de mensajes es muy importante para la reconstrucción y revalorización de NNA, y es esencial que las personas adultas lo repitan siempre que sea posible, pues permite a NNA percibirse como personas luego de múltiples escenarios y vivencias donde seguramente no se sintieron así. Cuando las NNA están en un lugar diferente al propio, en el que posiblemente no comprenden códigos, palabras y otras interacciones, suelen sentirse desorientados, con la sensación de "no soy nadie" o "nadie me entiende". En interacciones de este tipo pueden "sentir que son alguien", que tienen un papel, que respetan y son respetados; y desde allí, iniciar el proceso de recuperación y de resiliencia.

10. Si la identidad y las raíces de la NNA son motivo de rechazo, por ejemplo, para quienes tienen una opción sexual diversa (homosexuales, transgénero, lesbianas, que hayan sido perseguidos y estigmatizados), será necesario confirmarle sus emociones de rechazo y aclarar que la conducta de rechazo tiene que ver con la actitud de las demás personas, y no con algo propio:

- a.** "Veo que tienes muy claro lo que sientes. A veces las personas no pueden entender y respetar lo sentimientos de otros, pero tú sí respetas lo que sientes. Eso es muy valiente."
- b.** "En el mundo hay 'muchas cabezas', todas las personas piensan distinto, son diferentes. Algunas personas no pueden 'salirse de sus cabezas' para entender a los demás".
- c.** "Es muy importante que sepas que todo lo que piensas y sientes es importante y valioso. Si otras personas no lo entienden, tú tienes que saber que está bien lo que piensas y sientes, y protegerlo dentro de ti." ³¹

³¹ Es importante que las personas adultas del centro de asistencia propicien activamente hablar del tema de la diversidad, para que NNA encuentren un espacio en el cual expresarse libremente y manifestar su identidad sexual sin ocultarse.

b

d. “Me gustaría mucho que hicieras un dibujo sobre ti y cómo te sientes sobre esto. Luego de que lo hagas, puedes decidir si quieres guardarlo muy bien en tu carpeta, para poder verlo allí siempre que quieras, o si prefieres pegarlo en algún lugar especial, donde puedas verlo.”

Código común

Objetivos:

- Propiciar la cohesión grupal.
- Fomentar la comunicación y colaboración.

Pasos para la actividad

1. Coloca un pedazo largo de papel *kraft* en algún muro.
2. Pide al grupo que diseñe en el papel un código común de identidad compartida, de la manera que quieran. Juntos construirán un mural que será la memoria del grupo. Los que están, los que van llegando y los que se van, quedarán representados en él.
3. El código de identidad común se puede construir, por ejemplo, inventando un nombre de grupo, definiendo ideales o creencias compartidas simbolizadas en figuras, formas, grafiti, manchas, colores, etc., o a partir de un tema que les interese o inquiete y sus distintas formas de representarlo.



©UNICEF/UNI139113/Markisz

4. Indícales que el mural debe representar, de la manera que quieran, la integración y la no discriminación como lema general del centro de asistencia. Explícales que eso significa que en el centro todas las personas son igual de valiosas y significativas, sin importar de qué religión sean, a qué se dediquen, cuál sea su orientación sexual (o sea, si le gustan las mujeres o los hombres), cuál su identidad de género (o sea si se sienten hombre o mujer, aunque el cuerpo con el que nació tenga el sexo opuesto), de qué raza es, si es una persona indígena, si vive con una discapacidad, etcétera.

El mural quedará pegado a la pared siempre. Al final de cada sesión, el grupo completo trabajará sobre el mural.

En esta primera sesión, puede ser necesario que quien facilite la actividad fomente la participación con frases como las siguientes:

- “Piensen en algo que quisieran aportar de sí mismos al mural colectivo, al trabajo del grupo.”
- “Algún aprendizaje, idea o algo positivo que crean que les servirá a todos para la vida.”

Conforme crezca el grupo y/o se integren nuevas NNA, y si hacen falta espacios para representar algo, se le puede agregar una extensión de papel al mural. De esta forma, se fomenta la creación “en equipo”, incluyendo las ideas de todos, ayudándoles a dar forma a un tema que pueden ir trabajando a lo largo de toda su estancia.

Mi mano como **firma** e ingreso al grupo

Objetivos:

- Reforzar la identidad de NNA.
- Reforzar la recuperación y apreciación de valores personales.
- Propiciar la expresión de necesidades.



Pasos para la actividad

1. Se reparten a cada NNA dos nuevas hojas y se les pide que dibujen la silueta de una de sus manos con el material que está disponible sobre los espacios comunes.
2. Pídele a la NNA que escriba en ella lo que necesita de los demás para sentirse cómodo y seguro en ese espacio y en el grupo, aunque se comparta información que suele ser difícil de contar. Por ejemplo, “que no se rían de lo que digo o hago”, “que me escuchen callados y atentos, etcétera”.

3. Explícales que muchas veces se compartirán cosas del corazón y sentimientos de los que puede ser difícil, doloroso o vergonzoso hablar, y que seguramente ésta será una emoción que les ocurre a todas y todos, porque es normal sentirse así.

4. También pídeles que escriban o dibujen lo que están dispuestos a dar al grupo para que las compañeras y compañeros también se sientan cómodos y seguros. Por ejemplo: “ofrezco no burlarme de lo que me cuente mi compañero/a”, “apoyarlo como él o ella necesita si se siente triste”, “aprender sobre otras culturas”, etcétera.

5. Repíteles que en el taller de actividades con arte se pueden expresar con dibujos o palabras y con los materiales disponibles, lo que cada quien quiera, incluyendo lo que carga en el corazón (bueno o malo). Pueden ser dibujos o pinturas, y también pueden ser objetos (como pulseras, tallados, maquetas, etcétera).

6. Cada idea o petición que la NNA tenga para sentirse seguro/a en el grupo con todos, guías y compañeros, la escribirá (con palabras) o dibujará con un símbolo dentro de la silueta de su mano.

7. También puedes pedir que hagan un diseño, le pongan color o adornen como deseen el dibujo de su mano para presentarlo a los demás.

De esta manera queda signada o simbolizada y ritualizada su entrada en el grupo y se legitima su voz para pedir lo que necesita.

Aquí queda nuestra voz

- Primero, pedirles que recorten la mano y la peguen en el lugar que quieran, alrededor del mural colectivo.
- Una vez realizado esto, pedirles (a quienes quieran hacerlo voluntariamente) leer lo que escribieron en voz alta y discutir sobre cada idea.
- Quien facilite moderará para propiciar que, de lo que cada NNA dice que necesita, se refuercen reglas para el grupo (cuando sean comunes) o se recalque la idea de respetar los deseos de los demás.
- Pueden realizar esta actividad diciendo “yo les pediría a mis compañeros/as que...” y a continuación, “me comprometo a ...”
- Quien facilite, cerrará la actividad agradeciendo la participación y reforzando la idea de valentía, ya que es difícil pero muy importante atreverse a decir lo que se necesita. También destacará la importancia y responsabilidad de proponer algo que ofrecer al grupo.



e

Emociones en mi cuerpo

Objetivos:

- Trabajar la conciencia de sí mismo/a y el autocuidado (al conocer el uso del arte para facilitar la expresión de emociones y técnicas para el trabajo con la autoestima).
- Identificar, nombrar y normalizar (legitimar y universalizar) las emociones, sobre todo las aflitivas, como el miedo, el dolor emocional, la tristeza y la rabia.
- Facilitar la expresión y modulación de sentimientos y emociones.
- Facilitar la diferenciación entre sentir y actuar según sus emociones. En el caso de la rabia, por ejemplo, reconocerla y discernir formas adecuadas e inadecuadas de expresarla.
- En el caso de varones, normalizar y legitimar el miedo, ya que debido a la sujeción a estereotipos de género y culturales es una emoción cuya posibilidad de expresarla se niega con frecuencia, pues a menudo se interpreta como signo de debilidad y cuestiona la masculinidad. Suele entenderse también como una emoción contraria a la valentía y está comprobado que las culturas con índices más elevados de violencia hacia las mujeres y NNA son aquellas que no enseñan a los niños a aceptar que tienen miedo.
- Aprender a reconocer emociones en sí mismos y en los demás para favorecer el desarrollo de la empatía.
- Ayudar a que aprendan estrategias para cambiar emociones negativas por unas más positivas.



Pasos para la actividad

1. Dale a cada NNA, un pedazo de papel *kraft* grande (un pliego de 1 x 1m aproximadamente).
2. A continuación pídeles que representen su cuerpo en una silueta humana (como cada quien la quiera representar) en el pedazo de papel.
3. Después de acercarlos los materiales de dibujo, si existe el recurso, léeles un cuento que hable de emociones, por ejemplo, *El pájaro del alma*, o proyecta una película que explicita algunos estados de ánimo, como *Up* o *Cadena de favores*; o simplemente dales una breve exposición sobre sentimientos o emociones más comunes (enojo, tristeza, alegría, preocupación, etc.) Es importante comentar que los sentimientos no son adecuados e inadecuados, buenos o malos, sino que *simplemente existen*.
4. Después, pídeles que mencionen en voz alta los sentimientos (tanto aflictivos como positivos) que experimentan con mayor frecuencia.

5. Al terminar esta lluvia de ideas, pídeles que ubiquen dichas emociones en su cuerpo. Para ello, pueden cerrar los ojos (“¿dónde crees que puedes ubicar o has sentido el enojo, la rabia, la tristeza, la culpa, la alegría, etcétera?”).

- Pídeles que marquen la emoción dentro de su silueta humana, poniendo a cada una un nombre y un color (como cada uno prefiere llamarle a esa emoción) coloreando el área completa que corresponde a cada emoción, ya sea dentro, en el margen o en la superficie del cuerpo.
- Una vez realizado el trabajo individual, pídeles que lo compartan con el grupo (respetando a los que no lo quieren hacer). Ayúdales a ver las similitudes y las diferencias entre las emociones y cómo las viven, cómo las nombran, de qué color las ven, etcétera.
- Los monitores/as de resiliencia tienen el trabajo de incentivar a NNA a hablar sobre sus emociones, reconocerlas y legitimarlas, por ejemplo, mencionando que es normal sentir las en ciertas circunstancias como las que ellos u otros han vivido.³²

³² Barudy, J., *La fiesta mágica...*

Metáfora de la burbuja³³

Objetivos:

- Habilitar un espacio en el que sea posible hablar de la violencia (realidad que con frecuencia es silenciada o naturalizada).
- Describir qué es violencia.
- Permitir que cada NNA describa qué considera como violencia (qué le duele o le lastima, en particular).
- Construir de manera simbólica la percepción de habilidades para la propia protección que favorezcan la autoestima y la percepción del propio control.
- Discusión de herramientas para el autocuidado.



Pasos para la actividad

1. Indícales que tomen el dibujo sobre sí mismos (la silueta en la que dibujaron las emociones) para continuar trabajando sobre él.
2. Pídeles que cierren los ojos, en el lugar en el que estén, e imaginen que alrededor de su cuerpo se forma una burbuja que les rodea por completo.
3. Diles que la burbuja es individual. Ninguna burbuja abarca a más de una persona.
4. Dales unos segundos para imaginar cómo es esa burbuja, para luego formular preguntas disparadoras:
 - a. ¿De qué color es tu burbuja?
 - b. ¿Tiene un solo color o varios?
 - c. ¿Es brillante, opaca?
 - d. ¿De qué parece estar hecha?
 - e. ¿Está quieta o se mueve?
 - f. Cualquier otra posible característica de “la burbuja” que venga a la mente de quien facilita la actividad.
5. Pídeles que se imaginen que esa burbuja que rodea a toda su persona es de un material ligero y frágil —como las burbujas de jabón—, y además de frágil es muy valiosa.
6. Ahora, diles que abran los ojos y la tracen alrededor de su silueta, con las emociones, sobre el mismo papel.
7. Dales unos minutos para que dibujen y decoren la burbuja como quieran.

³³ Treviño, A.L., Documento de trabajo, Instituto Mexicano de Psicoterapia de Arte, en prensa. Ciudad de México.

8. El facilitador dirá luego lo siguiente:

a. “Imaginemos que esta burbuja es tu espacio vital, que es el espacio que rodea tu cuerpo y protege tus emociones y sentimientos de todo lo que ocurre fuera de ti que afecta a tu persona (tu cuerpo, tus pensamientos y tus sentimientos).”

b. “Sabemos que ocurren muchas cosas fuera de ti que te provocan emociones. Tú no puedes controlar si ocurren o no.”

9. Se les hace la pregunta abierta:

a. “Pensemos todos ¿qué puede hacer que se rompa o lastime la burbuja?”

10. Espera a que respondan, anotando en un rotafolio o papelógrafo las ideas que podemos considerar acertadas (como ejemplo, insultos, golpes, malos tratos en general, agresiones, abusos de poder, amenazas, violencia, etcétera).

11. Si no hay respuestas, puedes proponer ideas alrededor de qué es violencia. “La burbuja se rompe con palabras o acciones que hacen daño al cuerpo o a las emociones, con acciones que lastiman o que hacen sentir incómodo y que se notan adentro del cuerpo.”

12. Describe en este momento el concepto de violencia, adecuando el lenguaje a las características y habilidades del grupo. Las ideas que deben estar presentes son:

a. Es una conducta que busca dominar o lastimar a otro, para lograr los propios fines o “salirse con la suya”.

b. Las acciones las realizan personas que tienen más poder (fuerza, información, recursos, posibilidades) que otras. Siempre hay alguien más fuerte, que es violento con quien es menos fuerte.

c. La violencia ocurre en todas partes.

d. En general no se habla mucho de la violencia, o parece que es “natural”, como si estuviera bien que sucediera.

e. En realidad, es importante que quien ejerce violencia deje de hacerlo, porque lastima a los demás, y también hay cosas que hay que aprender a hacer para escapar o parar la violencia.

13. Después, explícales que esa burbuja es su protección y es importante pensar de qué manera cuidarla y preservarla. Cuidar la propia burbuja es algo que se aprende. No importa si ya han sucedido cosas que duelen o lastiman, porque todos hemos vivido violencia alguna vez, o también hemos sido violentos de alguna manera contra otras personas.³⁴

14. A continuación pídeles que modifiquen el dibujo de su burbuja, cambiándole lo que les parezca que “la hace más fuerte”.

³⁴ Es importante recordar que la mayoría de las NNA presentes vienen de contextos de violencia o victimización secundaria, es decir, que han vivido maltrato familiar y/o social y también rechazo o estigmatización y discriminación social por esta primera condición. Por lo tanto, hay que poner mucha atención en cómo usamos las palabras para no hacerlos sentir más culpa o vergüenza de la que seguramente ya vienen cargando.



15. Cuando han acabado la tarea, pídeles ideas sobre cómo pueden proteger su burbuja y apunta las respuestas en un rotafolio o papelógrafo.

16. En este punto, intenta guiar la discusión para rescatar las opiniones en las que notes el uso de algún recurso que tenga que ver con resiliencia o asertividad con el que resolvieron alguna situación de riesgo, y pudieron resguardar su integridad y autoprotección —solos o con ayuda de otra persona— (por ejemplo, haberse resguardado de una actividad de riesgo, haber podido prevenir accidentes, no haber continuado una pelea verbal o física, saberse defender con frases que no provoquen más violencia, etcétera).

17. No marques lo que creas que estuvo “mal hecho” ni digas ninguna frase que puedan interpretar como juicio o reproche. Si surge algún contenido que pienses que es bueno aclarar, no lo digas tú directamente; pregunta al grupo si se le ocurren otras maneras de hacerlo y guía la discusión hacia la información que sea más útil.

18. Pídeles, por último, que cada uno piense en una situación —la primera que les venga a la mente— en la que ellos pudieron preservar su burbuja intacta. Esto quiere decir que les pasó algo que rompió su burbuja (les lastimó, los confundió, etc.), pero pudieron hacer algo para repararla y después sentirse mejor.

19. Diles que representen cómo “cuidaron su burbuja” con una imagen (dibujos, figuras, manchas de color, etc., sobre su trabajo de hoy).

20. Si queda tiempo en la sesión, solicita a dos o tres personas que compartan sus trabajos y reflexiones.

Como actividad grupal, se les pide que incorporen en el muro colectivo algo que represente la violencia, del modo que prefieran. Puede ser agregando un color específico al mural, un símbolo, palabras o dibujos. Quien acompañe la actividad, promoverá que se incluyan temáticas como discriminación, exclusión e intolerancia.

Collage de las emociones³⁵

Objetivos:

- Reconocer y asociar las emociones a situaciones, interacciones, gestos y palabras.
- Propiciar el paso de la pura expresión de la emoción, al control de la misma.
- Conectar a NNA con la posibilidad de frenar (pensar) antes de actuar.

Material:

- Revistas para recortar o recortes de revistas.
- Tijeras.
- Pegamento.
- Rollo de papel kraft.
- Pliegos de cartulina o cartoncillo de diferentes colores.
- Rotuladores.



Pasos para la actividad

1. Pídeles a las NNA que recorten imágenes, palabras, situaciones, etc. que puedan despertar las siguientes emociones: alegría, tristeza, nerviosismo, miedo, tranquilidad, preocupación.

2. Coméntales que éstas son algo que podemos dominar o controlar y por lo tanto es posible pasar de una a otra.

3. Pídeles que expliquen cómo creen que se puede pasar de una emoción a otra (o de un estado emocional a otro).

a. No se trata de “ocultarlas, enterrarlas para siempre, ignorarlas u olvidarlas de ellas, sino ‘hacer algo consciente’ para lograrlo”. Por ejemplo: “¿Cómo puede estar un niño enfadado y luego relajado?”

b. “¿Qué creen que haya ocurrido para que pase del enfado a la relajación?”

c. “¿Cómo se puede pasar de estar triste a estar contento?”

d. “¿Quién puede dar un ejemplo en el que alguien estuvo nervioso y luego relajado?”

e. “¿Creen que se pueden sentir muchas emociones al mismo tiempo?”

f. “¿Cómo podríamos hacer para ponerles un orden?, ¿o para salir de los estados en que confundimos lo que nos pasa o sentimos varias cosas al mismo tiempo?”

³⁵ Barudy, J., *La fiesta mágica...*, p. 57.

4. Es probable que den respuestas relacionadas con cambios en el ambiente, y no con estrategias personales. Esto último es lo que se espera promover en la discusión grupal (qué cosas pueden hacer “dentro de sí mismos”).

5. A continuación, dales unos minutos más para que escriban o dibujen una situación al lado de cada emoción representada con collage en la que personalmente se hayan sentido así.

6. Después, pregúntales si esa emoción cambió al hacer algo con la conciencia de estar mejor. Pregúntales qué fue lo que hicieron para lograrlo y pídeles que lo representen también con un símbolo o un dibujo.

7. Invítales a compartir frente al grupo su trabajo de hoy, ayudándolos a transmitir su relato. Es probable que surjan historias muy fuertes, por lo que es importante estar muy atentos a sus reacciones. Procuraremos escuchar detalladamente los relatos, sin corregir lo que pasó, sin juzgar, ni dar consejos.



©UNICEF/UNI36871/De Cesare

Para la actividad de trabajo en el mural de grupo, se dejan los últimos 30 minutos de la sesión, invitándolos a que, de forma opcional, representen algo que aprendieron o pensaron en el trabajo del día. Si no se les ocurre algo, solo permíteles que construyan su mural, pues lo más importante de esta actividad sigue siendo la integración grupal observando los roles que desempeñan (quién ayuda a quién, quién puede necesitar más ayuda, etcétera).

h

Manejo de la rabia

Las NNA que han vivido malos tratos o aquellos a quienes les ha tocado vivir en un ambiente hostil, presentan grandes dificultades para modular sus emociones, impulsos y deseos, así como —ya lo hemos visto— pasar de un registro emocional desagradable a uno más placentero,³⁶ hecho que se abordó en la actividad anterior.

El uso terapéutico del arte sirve en primer lugar como catarsis (descarga emocional). El proceso artístico es a menudo suficiente para asimilar y liberar tensión y esta función no depende de la verbalización, sino que le precede.³⁷ Esto quiere decir que el arte es en sí mismo una elaboración, un “hacer algo” con las emociones.

Objetivos:

- Legitimar la rabia como emoción propia de los seres humanos y descubrir formas de expresarla. Diferenciar entre sentirla y actuarla.³⁸
- Entender de dónde viene (de qué otras emociones se puede componer u originar).
- Reconocer el enojo que les provocan o han provocado diferentes situaciones de la vida cotidiana que, si no se expresa, corre el riesgo de que, al “quedarse dentro”, nos haga sentir muy tristes, mal con nosotros mismos y, por último, que cuando salga sea de muy mala manera. Aprender cómo la rabia se puede transformar de algo destructivo a algo constructivo.

Materiales:

- Rotafolio o papelógrafo pegado en el muro o pizarrón dividido en dos columnas.
- Marcadores de color.
- Los mismos materiales de dibujo de las sesiones previas (pastes de aceite, pasteles secos, lápices de color, etc.).



³⁶ Barudy, J., *La fiesta mágica...*, p. 50.

³⁷ Feder, E. y B. Feder. *The Expressive Arts Therapies*. Nueva Jersey: Prentice Hall, 1980.

³⁸ Barudy, *La fiesta mágica...*, p. 65.



Pasos para la actividad

- Expón ante el grupo el cartel de la rabia (ver Anexo) y dales unos segundos para que lo observen. Después pregúntales qué creen que quiere decirnos. Abre la discusión grupal al respecto.
- Guía la discusión hacia las siguientes ideas:
 - Este cartel explica que la emoción que el ser humano puede sentir de forma más automática es la rabia (expresión facial que se ubica en el centro de la imagen).
 - La rabia aparece muchas veces en la vida, porque suele ser la forma en que muchos de nosotros aprendemos en nuestra cultura a expresar emociones que han quedado guardadas por mucho tiempo y a las que no se ha podido dar salida.
 - La rabia no solo es mucho enojo acumulado, sino que también esconde otras emociones más difíciles de reconocer o aceptar, algunas porque son más dolorosas y otras, porque nos hacen sentir más vulnerables.
 - Algunas de esas emociones son las que están ilustradas alrededor de la rabia (aquí se les pide que las digan en voz alta a coro, mientras se las vamos señalando).
 - Otro aprendizaje común en nuestras culturas es que cuando sentimos las otras emociones, desde muy pequeños nos dicen que no lo hagamos o nos castigan por mostrarlas. Por ejemplo, si somos varones, no siempre se nos está permitido llorar. Si no nos damos permiso de reconocer cuando nos sentimos vulnerables, entonces es probable que esa situación se convierta en rabia que se suele expresar como violencia.

- A continuación, sobre el rotafolio o papelógrafo haz una tabla con dos columnas y escribe como encabezado en una de ellas: Emociones (lo que se siente) y en la otra Conducta o acción (lo que se hace) con el fin de pedir a las NNA ejemplos de cada una y su correspondiente acción.

- Puedes utilizar la analogía de la olla de presión que a medida que se va llenando y, si no cuenta con válvulas de seguridad que permitan que salga poco a poco la presión, cada vez estará más cerca de explotar. Agrega que en la medida en que nuestro entorno (ambiente) sea más tenso o problemático, nos vamos llenando de la tensión que provocan las emociones; nos vamos llenando de rabia.

- Dales una hoja de papel del color que elijan para que escriban (no con dibujo, sino con palabras) todas las emociones revisadas, incluido el enojo, y que crean que han estado guardadas en su corazón (¿qué pasó?, ¿cuándo?, ¿dónde?), pidiendo también que piensen en las desventajas de actuar como una olla de presión y guardarse las emociones o ignorarlas.

- Agrega también la propuesta de que piensen en el riesgo de sacar la rabia sin válvulas de seguridad, hasta explotar.³⁹ ¿Qué puede pasar si la rabia se acumula y sale de golpe?

- Recupera las figuras humanas de la sesión anterior y pídeles que representen visualmente (con colores, formas, etc.) lo que escribieron y cómo la rabia ha afectado su burbuja.

- Finalmente, pídeles que en la parte inversa de la hoja donde escribieron sus ejemplos, escriban cuál sería una manera más segura de enfadarse (o sea, las formas constructivas de expresar la rabia).⁴⁰

³⁹ Barudy, J. *La fiesta mágica...*, pp. 60-61.

⁴⁰ *Ibid.*, p. 67.

- Las posibles respuestas que es deseable propiciar son: escribir una carta, hacer deporte, buscar a alguien para conversar y contarse cómo se sienten, decirle a la persona lo que realmente quiere decir sin herirla, esperar un tiempo para que la intensidad de la rabia disminuya, decirle a los otros con la mayor tranquilidad posible, pero con seguridad, cómo afecta lo que han hecho (dolor o daño), dibujar lo que estás sintiendo, respirar profundo y pensar en algo positivo, imaginarse uno mismo en una situación que pasará, decirle a la otra persona algo que comience con "cuando tú haces o me dices esto, yo me siento..."

La actividad grupal difiere un poco de las anteriores.

- Indícales que se pongan en parejas y pídeles que recuerden todas las formas en que las personas dañan a otros, se dañan a sí mismos y dañan las cosas de su entorno cuando se enfadan. Pueden escribirlo en una hoja.
- Después, pídele a cada pareja que pase al frente para exponer sus ideas al grupo. Éstas suelen ser formas destructivas de rabia.⁴¹
- Cierra la actividad concluyendo que las formas destructivas de la rabia son abusivas y las expresiones constructivas de ésta son saludables, explicando por qué, también explica que todos somos responsables de nuestra propia rabia y de la forma de expresarla.
- Quien facilita la actividad expondrá las tres reglas de la rabia (puede pedirle a alguna NNA voluntario o a varios que pasen a escribirlas en un rotafolio, papelógrafo o pieza de papel *kraft* y la agreguen a los trabajos que van quedando expuestos en el muro).

LAS TRES REGLAS DE LA RABIA⁴²

Tienes derecho a sentir rabia pero...

1

NO a dañarte

2

NO a dañar a otros

3

NO a dañar las cosas



©UNICEF/UNI139110/Markisz

⁴¹ Barudy, *La fiesta mágica...*, p. 67.

⁴² Barudy, J., *Ibid.*, p. 66.

Haz que el grupo las lea en voz alta y pregúntales si quieren agregar alguna idea, dibujo o símbolo sobre el tema del día en el mural grupal.

Si alguna de las NNA se pone muy ansioso/a o rompe a llorar durante la actividad, pídele que te acompañe un momento afuera y haz lo siguiente:

- Dile que es difícil hablar de ciertos temas.
- Pídele que respire profundamente cinco veces.
- Pídele que te describa tres cosas que ve a su alrededor en ese momento.
- Cuando se haya calmado, pregúntale si quiere hablar de algo contigo y si acepta, proponle una hora para hacerlo con calma y en un lugar privado.
- Repítele que todo lo que quiera decir es importante; que vas a creerle todo lo que diga y que intentarás hacer lo posible para que se sienta mejor.

Independientemente de si quiere o no hablar contigo de lo que siente, reporta la situación para incluir acciones de diagnóstico y acompañamiento terapéutico para la niña, niño o adolescente.



Mi camino de vida (3 a 5 sesiones)

Objetivos:

- Abrir espacios para analizar los aprendizajes de la vida y del viaje y construir mayores fortalezas para su futuro.
- Rastrear los momentos “hito” o parteaguas en sus vidas (positivos o negativos).
- Pensar en sus historias, hacer un recuento de lo bueno y lo malo (integración de experiencias).
- Identificar los obstáculos a los que se han enfrentado y se enfrentan, y las herramientas con las que cuentan para superarlos.
- Mostrarles sus capacidades para tomar decisiones (proyectadas a futuro).
- Analizar lo que les parece útil (con qué se quedarían, qué no volverían a hacer).
- Valorar los resultados para beneficiarse de la experiencia. ¿Qué se aprendió y qué más necesita ser aprendido? ¿Cuáles fueron los éxitos y cuáles los fracasos? (todas las experiencias los implican).
- Explicitar que los éxitos pueden ser utilizados para enfrentar la próxima experiencia adversa con mayor confianza, y los fracasos pueden ser analizados para determinar cómo corregirlos.

- Ofrecerles espacios en los que reciban información, para volver a tomar decisiones, ahora con más experiencia y herramientas. En los espacios en los que analizan la experiencia, pueden percibir y construir nuevas alternativas y sumar aprendizajes.

- NO se trata de criticar ni dar pláticas sobre los riesgos y peligros (esta información no será útil ni la incorporarán). Tampoco se trata de desalentarles de volver a viajar (aunque nos preocupen legítimamente los múltiples riesgos a los que se exponen en el trayecto). Se trata más bien de confirmarlos como personas con capacidades para decidir sobre su vida (ya lo demostraron llegando hasta aquí), que pueden volver a decidir tantas veces como quieran sobre la misma. Desde allí, es posible mostrarles las habilidades con las que cuentan para mantener una vida significativa (según sus propios valores y deseos).

- Alentarlos y abrir espacios para alternativas les permite, además, construir la idea de transición, de transformación. “Esto vivido te transforma, tú eliges en qué.” Igual que han hecho un gran esfuerzo para esto, lo pueden hacer para lograr cualquier otra cosa en la vida. Son personas con mucha fuerza, muy valientes, que saben elegir y saben rechazar lo que no les sirve.

- Habilitar espacios en los que se les aliente a avanzar hacia sus metas.

- Propiciar la ingeniosidad (habilidad de identificar los recursos más importantes, incluidos los recursos humanos) para resolver cualquier dificultad, grande o pequeña, en cualquier situación.

Materiales:

- Tener previamente cortados de forma horizontal varios pliegos de cartulinas de diferentes colores en tiras de 13 cm de altura.



- También será necesario tener el mismo número de tiras de papel albanene, papel calca o algún otro similar, que permita transparentar lo que se coloca debajo, del mismo tamaño de las tiras de cartulina.

- Para esta actividad solamente utilizarán pasteles secos y de aceite (o el material más parecido posible).



Pasos para la actividad

1. La actividad consistirá en pedir a las NNA que representen con dibujos las distintas etapas de su vida, divididas en varios momentos. Se trata de que una vez que llenen una tira (si así sucede), peguen a lo largo, otra y otra, y todas las necesarias para que les quepan los dibujos o figuras que deseen, sesión tras sesión.

2. Al final deberá quedar una sola tira tan larga como cada NNA desee hacerla.

3. La sesión va precedida por un ejercicio de relajación y después de éste, se les pedirá representar con arte la mayor cantidad de memorias que les vinieron a la mente en el ejercicio (mínimo 3). Es recomendable que avancen de 3 en 3 recuerdos por sesión.

4. La consigna para el ejercicio de relajación es la siguiente:

- “Recuéstate boca arriba sobre el piso y cierra los ojos por unos minutos. Intenta no quedarte dormido/a. Ahora imagina que estás parado/a al inicio de un camino. Elige un medio de transporte. Por ejemplo, ir a pie, en un coche, una bici, un patín, o incluso unas alas para mirar el camino desde arriba.”
- A continuación guía el ejercicio describiendo el camino hacia el pasado:
 - “¿Cómo es ese camino al pasado? ¿es recto? ¿lleno de curvas? ¿lleno de piedras? ¿parejo? ¿de qué está hecho el suelo? ¿de terracería? ¿de concreto? ¿de pasto?”
 - “¿Que hay en el camino? ¿quiénes aparecen? ¿son conocidos o desconocidos?”
- Pídeles que se vayan por ese camino hasta su memoria más antigua (vieja), cuando eran muy pequeños; están en su país de nacimiento, en el primer lugar donde vivieron. Y que ahí hagan la primera parada del viaje.
 - “¿Qué pasa alrededor? ¿Con quién estás? ¿Cómo es ese lugar? ¿Qué está pasando? ¿Cómo te sientes? ¿Hay alguien que está a tu lado?”

- Pídeles que recuperen por lo menos tres momentos significativos de su vida, sin que todavía hayan llegado al “final” del recorrido hasta hoy, que sería el momento de la migración y la subida al tren, en la que también se les pedirá que incluyan todas las paradas y qué pasó en cada una; hasta llegar al centro de asistencia.

- Ahora, pídeles que tomen el camino de regreso al tiempo presente. “Apenas están iniciando, no se apresuren, recuerden las memorias que, por buenas o malas, marcan momentos importantes o el paso de una etapa a la otra en sus vidas. Escojan algunas de ellas para hoy, de preferencia de la más vieja a la más reciente.”



Actividad **individual**

©UNICEF/UN030691/Zehbrauskas



1. Entrégales una tira de cartoncillo o cartulina del color de su elección y coloca los pasteles secos y de aceite a la mano de todos.

2. Enseguida, pídeles representar con dibujos, figuras, formas, colores o palabras, los recuerdos recuperados el día de hoy. Uno en cada tira, y uno por uno.

3. Es importante observarlos y acompañarlos mientras trabajan. El monitor/a de resiliencia nunca debe perder la atención en las NNA cuando están realizando actividades como ésta, en que se remueven la memoria y las emociones; probablemente la mayoría de ellas muy dolorosas; se debe estar muy presente observando cada reacción.

4. Repíteles que están en un grupo de personas que ya conocen, que han pasado por cosas parecidas y pueden entender muy bien las emociones que a lo mejor están sintiendo.



5. A menos que una NNA entre en crisis o rompa en llanto, mantente en silencio sosteniendo la mirada y alentándolos a terminar en silencio, sin interrumpir su concentración y avance.

6. En este ejercicio pueden presentarse todo tipo de reacciones en las NNA. Si los ves necesitados de mayor contención, puedes acercarte, normalizando las emociones suscitadas e invitándolos a que eso también lo pongan en el dibujo, diciendo frases como:

“Entiendo que te sientas así, gracias por tu confianza para expresar esto. Creo que podrías dibujar eso también en algún lugar de tu dibujo de hoy ¿Dónde lo quisieras poner? Aunque no nos guste, las emociones/sentimientos también son parte de lo que nos pasa, de nuestra historia, y pueden tener un lugar en el dibujo.”

7. Cuando la mayoría haya terminado de representar sus recuerdos de este día, pásales una o dos tiras de papel transparente (albanene) o el mismo número de tiras de cartulina que utilizaron.

8. La indicación ahora será: “Coloca esta tira de papel encima de la(s) otra(s) tira(s) ya dibujadas. Ahora dibuja sobre el papel translúcido (que queda encima del dibujo de cada etapa que realizaste) los obstáculos con los que te encontraste en ese momento y/o lo que aprendiste.”



Actividad grupala

Una vez realizado el dibujo de los obstáculos, se abre la discusión (voluntaria) sobre la idea de:

- “¿Qué harías ahora diferente si te encontraras en una situación parecida o igual?”

Una vez que expresaron sus ideas, se abre el espacio para opinar sobre la actividad:

- “¿Qué les gustó más, y qué menos?”

Como cierre, se les da las gracias por compartir algo tan importante como su historia y sus memorias con todos los demás. Se les recuerda que se continuará con ese trabajo en las sesiones subsecuentes.



©UNICEF/UNI139117/Markisz



Siguientes sesiones

Las consignas y tareas se dan del mismo modo descrito anteriormente (tres recuerdos por sesión). En las últimas sesiones recordarán y dibujarán los momentos más cercanos a la partida, el instante de la decisión de iniciar el viaje, lo sucedido en el trayecto, la detención y el traslado al centro de asistencia social, es decir, el momento actual.

A medida que avanzan las sesiones, quien facilita la actividad incluirá ideas clave. Pueden ser dibujos o frases escritas en fichas que se dejan a la vista de NNA, sobre la mesa en la que estén trabajando. Quien facilita las leerá en voz alta en alguna sesión, y posteriormente, las volverá a dejar a la mano.

Estas ideas tienen como objetivo propiciar que NNA obtengan la mayor cantidad de información y recuerdos sobre su historia y su viaje. Hay que tener en cuenta que son ideas para que las NNA recuerden y elaboren expresiones artísticas (que ayudan psicológicamente a procesar las experiencias difíciles). No son preguntas que haya que formularles, ni de las que se les deban pedir respuestas puntuales. Se debe recordar que ya habrán respondido a muchas preguntas con diversas autoridades. Es importante no construir un contexto de interrogatorio o entrevista. Sólo hay que ofrecerles un espacio que les ayude a conectarse con las vivencias que suelen compartir y permitir que transformen esos recuerdos en expresiones artísticas.

Los temas que se sugieren son los siguientes:

- Las personas que están en mi historia (y sé dónde están).
- Las personas que no están en mi historia (porque no quiero que estén).
- Las personas que están en mi historia (pero no sé dónde están).
- La deuda.
- El tren.
- La comunidad de origen.
- El destino al que no llegué.
- Cosas que me dolieron.
- Cosas que me hicieron más fuerte.
- Cosas que me transformaron.
- Cosas que hicieron por mí (ayudas).
- Cosas que hice por otras personas.
- Cosas que me gustaría hacer.
- Cosas que no volvería a hacer.
- Cosas que son valiosas para mí (dignidad).
- Cosas buenas que logré.
- Cosas que me asustaron.
- Cosas que hice para protegerme.
- Pesadillas.

- Recuerdos tristes.
- Recuerdos lindos.
- Personas que conocí en el camino.
- Personas a quienes quiero conmigo ahora.
- Personas que quiero conmigo en el futuro.
- Lugares que me asustaron.
- Lugares que me gustaron.
- Nombres de los lugares frecuentes de entrada a México (por los que pudieron haber pasado):
 - De Honduras a Guatemala: El Corinto y Agua Caliente.
 - De El Salvador a Guatemala: La Hachadura.
 - De Guatemala a México:
 - El Ceibo, Tenosique, El Naranjo (por el norte de Guatemala).
 - La Mesilla, El Carmen (por el centro de Guatemala).
 - Tecún Umán (por el sur de Guatemala).
- Etiquetas (mitos e ideas sobre personas migrantes y refugiadas, que NO son ciertas y lastiman mucho).
 - “Se fueron de su país porque tienen algo pendiente con la justicia”.
 - “Los migrantes son haraganes/as y sucios/as”.
 - “Todos los migrantes son delincuentes”.
- Motivos para dejar el país de origen:
 - Presión de pandillas para ingresar a alguna de ellas.
 - Persecución por condición sexual diversa (lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, travestis, intersexuales).
 - Acoso (presión para ser novia de pandilleros).
 - Amenazas de pandillas (violencia contra sí o contra alguien querido).
 - Presión a la familia (rentas) por parte de pandillas.
 - Violencia dentro de la familia.
 - Violencia de alguien conocido de la familia.
 - Falta de opciones para estudiar o trabajar.
 - Deseo de reunirse con familiares que migraron antes a México o a Estados Unidos.
 - Deseo de encontrar trabajo en Estados Unidos.
 - Deseo de encontrar un lugar donde se sientan protegidos y una familia en Estados Unidos o en México.

Las fichas escritas o con dibujos, que simbolizan estos escenarios o circunstancias, son como piezas del rompecabezas de sus historias, que pueden revisar, seleccionar e incluir en sus historias de camino de vida.



Nota: una vez que NNA han efectuado las actividades anteriores, se les propondrá asistir al taller para elaborar cualquier obra artística que deseen. Por ejemplo, dibujo y pintura libres, modelado con plastilina o con arcilla, etc. Pueden repetir, completar o perfeccionar actividades ya realizadas e incluidas en su encuadernación de obras.



©UNICEF/UNI48155/Sato

Si una NNA migrante se despide del centro de asistencia social antes de haber completado todas las actividades, será necesario, antes de que se vaya, realizar la actividad de cierre que aparece en el apartado V. Ésta es imprescindible para el rescate emocional y para potenciar las vivencias y aprendizajes vinculados tanto al desarrollo emocional como al desarrollo de interacciones.



Actividades
fuera del
centro de
asistencia
social.

No es posible concebir que NNA puedan trazar un proyecto de vida futuro sin lograr percibirse como ciudadanos, interactuando de manera activa con el contexto inmediato, la comunidad. El proyecto de vida⁴⁴ requiere, además de integrar la experiencia pasada, la toma de decisiones para conducir su vida y alcanzar metas, la percepción de las propias habilidades, la construcción y percepción de sí mismos como ciudadanos, comprendiendo y aprendiendo destrezas para el ejercicio de derechos en la sociedad. Es por ello que se incluyen actividades de interacción con el contexto social inmediato, más allá de las que se realizan al interior del centro de asistencia social.⁴⁵

El trazado del proyecto de vida es la construcción de lo que se quiere ser, trascendiendo el hoy y las etiquetas anteriormente impuestas e impactando (de cualquier modo) en el contexto.⁴⁶ El desafío último es desarrollar al máximo sus potencialidades, en todas las esferas de su vida (intrapísica, relaciones íntimas, relaciones sociales, comunidad, instituciones, sociedad, etcétera).

Para apoyar que NNA se construyan como ciudadanos, las actividades propuestas buscan alcanzar las siguientes metas:

- Crear conciencia de pertenecer a una sociedad y estar comprometido con ella.
- Crear compromiso con la sociedad no de manera abstracta, sino aterrizado al respeto a los derechos de los demás ciudadanos. La simiente para esta habilidad se desarrolla en las actividades dentro del centro de asistencia, y se ejercita en las que se desarrollan fuera del mismo.
- Poseer un sentimiento de pertenencia a una comunidad política.
- Crear conciencia de la riqueza cultural que puede aportar a la nueva sociedad en la que se encuentra, con los conocimientos y experiencias de la propia historia (interculturalidad).
- Obtener un reconocimiento de esa comunidad política a la que se pertenece.
- Comprender y vivir la igualdad entendida como derecho de las personas que son miembros de una sociedad a tener acceso al ejercicio de sus derechos.
- Dar inicio (o reforzar) la concepción de la cooperación y sociedad, la preocupación por lo común, lo compartible.

⁴³ La mayoría de las actividades propuestas en este apartado se han retomado y rediseñado a partir de la información contenida en: Bonnafé, J., Programa de formación de lectores...

⁴⁴ Según Jacinto Inbar "significa una conducta intencionada no casual; dirigida a unos objetivos conscientes: subsistir, resistir, continuar el proyecto, crecer a pesar de la adversidad; un proceso cognitivo racional: reflexivo, analizando los beneficios y costos de cada alternativa, a término inmediato, y en lo posible mediano y largo plazo". Ver: Inbar, J., "Modelo integrativo enfocado en las soluciones para el desarrollo de la resiliencia individual familiar", *Revista Perspectivas Sistémicas*, número especial 94 (5), 2006.

⁴⁵ D'Angelo Hernández, O., "Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social", *Revista Cubana de Psicología*, 17 (3), 2000.

⁴⁶ Trazar y sostener un proyecto de vida abarca múltiples variables, y por ello constituye una tarea compleja: el individuo tiene que desplegar aptitudes y habilidades obtenidas durante su desarrollo, y continuar haciéndolo a lo largo de toda su vida. Además, esto debe lograrse no solo al interior del individuo (como habilidad intrapísica), sino que implica mente, cuerpo, conducta e interacción en diversos contextos. Bronfenbrenner, U., *La ecología del desarrollo humano: experimentos en entornos naturales y diseñados*. Barcelona: Paidós, 1987.

- Construir un clima humano de seguridad y confianza mutua.⁴⁷
- Propiciar la participación de NNA en proyectos colectivos y con ello, fomentar su sentido de compromiso y pertenencia a la sociedad.
- Crear espacios reales para las diversas formas de participación ciudadana.⁴⁸

La construcción de ciudadanía es un eje del desarrollo. Implica percibirse como un titular de derechos, y también la participación y el compromiso con el destino de la sociedad. Implica la conciencia de los sujetos, de pertenecer a la sociedad.⁴⁹

El arte y la cultura son derecho de todos y en ese sentido toda acción que los incluya favorece la igualdad de posibilidades de acceso a actividades, desarrollo de competencias, saberes, valores e identidad social y colectiva. Por ejemplo, ampliación de su conocimiento y desarrollo de capacidades de negociación, de control emocional y de habilidades específicas (artísticas, de lectura, de comunicación oral y escrita, pensamiento crítico y creativo, etc.). Las actividades propuestas en el manual pueden constituirse como vehículos para la no discriminación y la construcción de habilidades compartidas dentro y fuera del centro de asistencia.

Objetivos:

- Generar actividades como vías para el desarrollo de habilidades para la vida, por la información obtenida en la actividad misma, por ejemplo, en los clubes de lectura y de discusión de temas de actualidad, y por el vínculo y apertura a otros grupos de personas, cuya interacción requiere habilidades sociales, control de impulsos, etcétera.
- Interactuar con la comunidad y con otros grupos de personas, que propicie su percepción como ciudadano y su inserción en una comunidad.
- Propiciar actividades en las que interactúen con otras instituciones y con la comunidad, y que permitan contrarrestar los estereotipos sobre la niñez y adolescencia en condición de migración, la exclusión, la marginación y la sensación de minusvalía.
- Ofrecer actividades en las que se restituya la dignidad humana a través del conocimiento (lectura, música, arte, cultura, saber popular, etcétera).
- Reforzar habilidades de comunicación.
- Fomentar la creatividad.
- Contrarrestar experiencias de tensión y soledad, con recreación y construcción colectiva.
- Propiciar la toma de decisiones conjunta y el trabajo en equipo.

⁴⁷ Ocampo, J.A., *Equidad, desarrollo y ciudadanía*. Chile: CEPAL, 2000, p. 51.

⁴⁸ Ochoa León, S.M., "Construcción de ciudadanía y derechos sociales". Documento de trabajo N° 38, abril de 2008, México: Centro de Estudios Sociales y Opinión Pública.

⁴⁹ Bojórquez, N. *Ciudadanía*, en: www.uam.mx/cdi/derinfancia/5nelia.pdf, consultado el 28 de octubre de 2013.

a

Actividades vinculadas a la lectura

a1

Talleres o clubes de lectura en espacios no tradicionales

Las NNA pueden organizar talleres de lectura en espacios no tradicionales (geriátricos, hospitales, parques, etc.). Si en el grupo hay NNA indígenas que hablen diversas lenguas, pueden incluirse lecturas en lengua indígena, o en otro idioma si fuera el caso. Las personas que se encuentran en estas instituciones pueden participar como oyentes o ser activos en el desarrollo de los talleres o clubes.

- Se conforman equipos de trabajo entre NNA que quieran participar en el proyecto.
- Se requiere que el equipo de participantes distribuya roles:
 - NNA (o personal del centro de asistencia) a quienes les guste leer en voz alta pueden participar como lectores en el proyecto.
 - Otras NNA pueden encabezar la logística para buscar en la comunidad a qué instituciones acercarse y proponerles talleres de lectura, así como gestionar permisos y calendarios.

©UNICEF/UNI40800/DeCesare



- NNA que quieran participar en la selección de libros a incluir en el club de lectura.
- NNA que quieran participar como oyentes en los talleres de lectura.
- Los talleres de lectura pueden ofrecerse en diversas modalidades, por ejemplo, que NNA del centro de asistencia se presenten en las instituciones a leer en voz alta libros previamente escogidos, o que los miembros de las instituciones participen activamente en la selección de libros, los lean por sí mismos y posteriormente desarrollen reuniones para la discusión del libro.
- Quienes conformen los equipos y los clubes pueden dedicar algunas reuniones a escoger un nombre y un logo que represente al grupo.



a2

Conformación de un **libro** de **construcción colectiva**

- Las NNA del centro de asistencia pueden organizar campañas para solicitar donativos de libros que se dieron a la tarea de investigar, y cuyo contenido les guste para compartir con otras poblaciones, así como armar bibliotecas al interior del centro o en las instituciones a las que asisten para el taller o club.
- Las NNA que conforman el grupo pueden escoger a personas adultas (reconocidas en la comunidad o no, tales como periodistas, maestros, locutores de radio, etc.), e invitarlas a hacer lecturas en el marco del taller o club.
- NNA pueden escribir cuentos, poemas, relatos, acrósticos, recuerdos de la infancia, reflexiones, productos elaborados en el taller permanente de arte, dibujos o narraciones, y conformar un libro que luego compartan con NNA en otras instituciones.
- La conformación de un libro representa una estrategia en la cual el producto mismo refleja y transmite los logros, y sirve entonces como elemento concreto para mostrar a las NNA sus recursos.
- Cuando se desarrolle la actividad de conformar un libro, es posible proponer al grupo buscar un taller de encuadernación, o a alguien que pueda enseñarles a hacerlo. La propuesta de encuadernar el libro se vincula con la idea de preservar y conservar la obra del grupo de la mejor manera y durante el mayor tiempo posible, para reforzar su valor.
- Como cada actividad del taller permanente de arte finaliza en la elaboración de productos concretos, éstos pueden nutrir la publicación.
- Es posible alcanzar objetivos vinculados con la resiliencia, la cohesión grupal y la autoestima de NNA, que son plasmados en productos específicos.

- Personal en contacto con NNA, como garante de resiliencia, puede plasmar también mensajes importantes en un proyecto como este. Por ejemplo, escribiendo una introducción o una dedicatoria en el libro en la cual mencione:

- El valor y potencial que observó en cada NNA que participó en el proyecto, así como en quienes inspiraron las historias que allí aparecen (hayan o no participado directamente en la elaboración del libro).
- Adjetivos que resalten virtudes y logros (por ejemplo, “este excepcional grupo”; manifestación de orgullo por la obra, resaltar la importancia del trabajo conjunto y de la labor cumplida, etcétera).



Maletas o mochilas viajeras

- La maleta o mochila contendrá libros, revistas, videos y otros materiales seleccionados por las NNA del centro de asistencia, con el objetivo de compartir algo que les ha gustado con otras NNA o miembros adultos de otras instituciones.
- La idea es que la maleta “viajera” se quede durante un tiempo prestada en la institución escogida para compartir su contenido, y después recuperarla junto con la experiencia o mensajes de esa institución, luego de haberla utilizado.
- Se establecen acuerdos para designar a una NNA (o grupo) del centro de asistencia responsable de cuidar la maleta o mochila viajera, y a una NNA o grupo miembro de la otra institución, con iguales responsabilidades.

- Ambas NNA o grupos deberán coordinarse para entregar y devolver la maleta o mochila viajera.

- Se presta la maleta o mochila a una institución con la que se acuerda el servicio por un periodo de tiempo determinado.

- Cumplido el ciclo, se entrega la maleta o mochila a otro grupo (dentro de una misma institución, o en otra).

- El grupo que devuelve la maleta debe dejar en ella un mensaje o carta de retroalimentación al grupo que la elaboró y prestó, con información sobre qué le parecieron los materiales, cuáles le gustaron más y cuáles menos, qué le agregarían a la maleta o mochila, etcétera.

- Las estrategias específicas de las maletas se complementan con clubes de lectura (grupo de personas que leen un mismo libro a la vez y se reúnen para comentarlo).



Nota: las actividades propuestas con libros pueden realizarse contemplando la misma metodología general, pero como videoteca, con la proyección de películas en lugar de lectura de libros.



©UNICEF/UNI36869/DeCesare

b

Títeres

- Las NNA pueden organizar grupos entre quienes disfruten armar guiones y montar escenarios para presentar un espectáculo de títeres.
- Se distribuirán roles entre ellos para determinar quiénes averiguarán en la comunidad qué instituciones podrían beneficiarse de este trabajo artístico (es posible que la audiencia más adecuada sean NNA que se encuentran en hospitales o albergados en otras instituciones, que se realicen eventos especiales en las escuelas, etcétera).

Quienes participen en la actividad confeccionarán los títeres, según los personajes necesarios para llevar a cabo la presentación en público.

c

Música colectiva

- NNA amantes de la música pueden integrar grupos en los que cada miembro proponga un género musical, y dentro de éste, cada persona seleccione canciones que le gusten.
- Puede proponerse que seleccionen canciones típicas del lugar de procedencia de las NNA del albergue.

- Puede sugerirse que una vez hecha la selección de música, se comparta con el resto de la institución durante reuniones o fiestas, y se distribuyan CD entre las NNA que se encuentren en otros centros de asistencia, hospitales, etcétera.

- Si alguna NNA o miembro del centro de asistencia sabe tocar un instrumento o cantar, se podría realizar la composición y grabación de canciones para el disco.

- Puede plantearse efectuar talleres para hacer *rap*, *hip hop* o de algún otro género con contenido social y así expresar las vivencias de la migración y el refugio.⁵⁰

- Puede proponerse que nombren los álbumes o los discos con temas vinculados con la historia, el origen, etc.; por ejemplo, “la música de mi vida”, en la que seleccionen canciones que les han gustado a lo largo de su vida o que les recuerdan algún momento agradable; “la música de mi país” para seleccionar canciones típicas o folklóricas de sus lugares de origen.

- Se promueve que NNA de otras instituciones envíen también discos con sus propias selecciones.

- Se pueden complementar estas actividades con grupos de discusión sobre las letras de canciones.

- Si alguna de las canciones seleccionadas por alguna NNA está en lengua indígena, dedicar una reunión de discusión a la traducción de la misma al español será una gran oportunidad de valorar sus raíces.

⁵⁰ Existen aplicaciones que permiten hacer *rap* de manera fácil y lúdica, en la que es posible escribir letras y ponerles sonido.

d

Terminemos el cuento

- Un grupo de NNA del centro de asistencia redacta un cuento, pero lo deja sin final. Se imprime y comparte con NNA en otras instituciones (escuela, hospital, otros centros de asistencia, centros de salud, etc.) con el título “Se busca quien...”
- La distribución del cuento sin final incluye la consigna e indicación de que la respuesta se envía de regreso al centro de asistencia.
- Como opciones a la impresión y distribución, se puede enviar por correo electrónico (con el correo al cual responder inmediatamente debajo) si la institución cuenta con ello, o inclusive publicarlo en *Facebook* u otra red social supervisada por personal de la institución.

e

Taller de radio

- Cuando exista una estación de radio en la comunidad, propiciar un espacio para que un grupo de NNA orientados por un miembro del centro de asistencia, sostenga debates sobre temas de actualidad, desde sus propios puntos de vista.
- Si no es posible diseñar y sostener un espacio exclusivo para ello, propiciar que algún locutor que ya tiene un programa de actualidad invite con cierta frecuencia a NNA del centro de asistencia.
- Se elaborarán, en equipo, listas de temas de la actualidad sobre los que se quiera discutir.

f

Salidas socioeducativas y culturales

- Con una frecuencia definida de antemano, un grupo de NNA del centro de asistencia social quedará encargado de revisar periódicos, buscar en internet (cuando exista este recurso) o acudir a centros de cultura comunitarios para conocer la oferta de actividades culturales.
- Algunas actividades que posiblemente ocurran en la comunidad pueden ser:
 - ferias del libro
 - fiestas locales
 - actividades religiosas a las que las NNA quieran asistir
 - talleres de diverso tipo
 - exposiciones de arte
 - exposiciones de artesanías locales
 - proyecciones en el cine
 - obras de teatro
 - conciertos
 - actividades deportivas, etcétera
- El grupo encargado de obtener la información sobre actividades, expondrá las opciones posibles en algún evento colectivo del centro de asistencia (por ejemplo, durante una comida, cena o momentos de ocio y recreación).
- Se colocarán listas en lugares visibles con las diferentes actividades de la semana para que las NNA se apunten a la que quieran asistir.
- Una vez conformadas las listas, y con el apoyo de personal de la institución, se organizará la logística para las salidas (traslado, costos de transporte, costos de entradas, etcétera).

Exposiciones

- El personal del centro de asistencia evaluará con anticipación que las actividades incluidas en las listas sean posibles (por costos, tiempos, horarios, etc). Si alguna no es accesible a los recursos de la institución, se aclarará a las NNA la razón por la cual se decide no incluirla como opción.
- Nunca se permitirá a algunas NNA asistir y a otros no, por razones de presupuesto.

- Realización de eventos periódicos en los que las y los adolescentes expongan los productos logrados en el taller permanente de arte y otros talleres que hayan decidido tomar según sus aspiraciones y habilidades ocupacionales.
- El evento se abre a la comunidad. Las y los adolescentes escogen invitados especiales (miembros de la comunidad, maestros, guías en talleres que hayan tomado, vecinos, compañeros de escuela, etcétera).
- Se propicia que NNA participen activamente, como protagonistas meritorios y exitosos, en la presentación de los productos logrados en talleres de arte, literatura y otros.
- Se propone a la comunidad talleres breves para niñas y niños, en los que las NNA del centro de asistencia serán guías o coordinadores. Los temas de los talleres pueden ser los mismos propuestos en este manual, pero quienes dirigirán ahora las actividades, con supervisión adulta por si aparecen eventuales dificultades en el manejo de grupo, serán las niñas, niños y adolescentes.



©UNICEF/UNI177013/Richter



**Actividad de
cierre cuando
una niña, niño
o adolescente
deja el centro**

Antes de que cualquier NNA migrante abandone el centro de asistencia social es necesario hacer una actividad de cierre. Psicológicamente, los cierres son rituales que permiten a las personas capitalizar todas las experiencias y aprendizajes.

Toda NNA habrá permanecido en el centro e interactuado con sus miembros durante un tiempo considerable, que no será nunca indiferente o poco importante en su historia, ni en la del personal que labora en el centro. No es posible pensar, entonces, que simplemente deje la institución como si nada hubiera pasado. El cierre es una actividad muy relevante.

Es posible concebir al centro de asistencia como un tejido social de pertenencia transicional para la NNA. En el centro se le ha permitido revisar y hablar sobre las heridas y dolores en su historia; se le ha ayudado a ver los recursos y habilidades con las que cuenta; se le han ofrecido interacciones con personas adultas y con pares en un clima de respeto y claridad en las reglas;⁵¹ se le ha posibilitado usar y desarrollar sus propias habilidades y recursos. Todo ello le dará la oportunidad de reconstruir un sentido a su historia, su realidad y su proyecto en el futuro.

La actividad le permitirá hacer un recuento y recuperación de sus experiencias pasadas hasta el día de hoy, para que esté consciente de sus cualidades resilientes y de las habilidades y herramientas que adquirió con cada piedra u obstáculo que se ha atravesado en el camino.



La mochila para el viaje

Objetivos:

- Reconocer la importancia de su permanencia en el centro de asistencia social y su participación en la dinámica y los grupos.
- Reforzar los recursos que observaron que tiene.⁵²
- Asegurar que deje “su huella” en la institución.
- Abrir simbólicamente la siguiente etapa de su vida, con herramientas para afrontarla.
- Normalizar emociones por la partida.
- Lograr interacciones en las que utilicen y detecten sus propias competencias y aptitudes, y a partir de ello, ayudarlos a reconstruir la percepción del valor de sí mismos.

⁵¹ Uno de los objetivos para propiciar resiliencia en NNA migrantes propuesto en el documento *Migración resiliente* es la noción y experiencias expresadas con la frase “yo tengo apoyo externo”, que se logra con el ofrecimiento de una o más personas del entorno en quienes pueda confiar, que le respeten, le pongan límites, den información precisa y concreta sobre lo permitido y lo prohibido, modelen con su conducta y maneras de proceder, promuevan independencia, etc. Todas estas tareas han sido incluidas en actividades propuestas en este manual, y serán “revividas” para actualizarlas en el momento en que la NNA migrante esté despidiéndose del centro de asistencia.

⁵² Al igual que la habilidad mencionada en el pie de página anterior, uno de los conceptos que es necesario proveer a NNA migrantes para propiciar procesos de resiliencia es la experiencia de “yo puedo”, es decir, recuerdos y objetos logrados gracias a la adquisición de habilidades personales, interpersonales y de resolución de conflictos. Todas ellas estarán simbolizadas tanto en las obras que se lleve en su encuadernación de trabajos, como en las cartas que reciba de sus compañeras, compañeros y personal del centro de asistencia social.

Desarrollo de la sesión

Para esta sesión, se prepara el espacio del taller como una galería. Las mesas de trabajo se organizan de tal manera que se pueda pasar entre ellas. Encima se colocarán, uno al lado del otro, todos los trabajos de las NNA, como piezas de exposición. Cada camino de vida (y sus respectivas hojas transparentes) serán colocados en todo el espacio - galería.

Los trabajos de la NNA que está por iniciar una nueva etapa fuera del centro de asistencia social, se colocarán en el espacio central, donde resulte más "importante" y visible. Es esencial colocar a la vista las obras relacionadas con la actividad "Mi camino de vida."

Material:

- Retazos de tela.
- Agujas de canevá.
- Listones, hilos y estambres de colores.
- Cajas de diferentes tamaños (no muy grandes) para construir su mochila para el viaje.
- Pegamento blanco.
- Cintas adhesivas.
- Pinturas.
- Tijeras.
- Objetos de diferentes formas y tamaños, como cuentas de colores, botones, pompones, piedras de colores, piedras naturales, etcétera.



©UNICEF/UN030695/Zehbrauskas



Actividad individual

1. Pide a las NNA que observen la galería en silencio y recorran todos los *caminos* de sus compañeros y que nuevamente observen el propio.

2. Una vez que han hecho la observación, pídeles que ocupen sus lugares.

3. Háblales sobre el hecho de que hay situaciones en la vida que NO dependen de nosotros.

4. Puedes generar una lluvia de ideas y anotarlas en un rotafolio o papelógrafo para explicarlas mejor, por ejemplo: las características del entorno en que nacimos, la gente que es de nuestra familia, sus circunstancias vitales, la pobreza, los recursos de su barrio o comunidad para que las NNA tengan las mismas oportunidades, crezcan sanos, no les falte nada, etc. Luego, habla de otras situaciones que sí depende de nosotros cambiarlas, aunque sea con un mínimo de participación; otras que solo cambian porque pasa el tiempo o las circunstancias. Lo importante es que les quede claro qué recursos internos aprendidos pueden echar a andar para las adversidades que seguirán enfrentando en su trayectoria.

5. Entrégales una hoja y un lápiz o bolígrafo con el que enlistarán las herramientas que a partir de la observación y el ejercicio previo, descubrieron que tienen: con las que cuentan desde pequeños y las que han aprendido a lo largo de su vida y que, en el camino recorrido hasta ahora, les han ayudado a vencer los obstáculos.

a. “Si estabas en una situación difícil, ¿cómo se terminó?”

b. “¿Hay algo que hayas hecho que te ayudara a salir de eso?”



Actividad grupal

(centrada en la NNA
que se despide)

1. Pídele a todos que observen el camino de vida de la NNA que está por empezar una nueva etapa de vida, fuera del centro de asistencia social.
2. La tarea será encontrar, en el camino de vida de esa NNA, cosas específicas que les parezcan muy importantes, qué supo hacer, qué creen que hizo bien, qué les gustó de cómo resolvió una situación, qué les parece relevante, en las que creen que fue muy valiente, qué supo cómo hacer, etcétera.
3. La consigna se centra en que se busquen aspectos positivos en el camino de vida y en los recursos de la NNA, y en el tiempo que tuvieron para conocerlo/a en persona. ¿Cuáles son sus recursos, habilidades y características positivas que sus compañeras y compañeros observaron?
4. Luego de eso, cada NNA escribirá una carta o hará un dibujo para la NNA que se está despidiendo, con todas esas cosas que observó.
5. La NNA que está despidiéndose escribirá también una carta o hará un dibujo para dejar en el centro de asistencia social. Al final de la actividad se le pedirá que integre su carta o dibujo en el mural grupal.
6. Después de que elaboren las cartas, pídeles que escojan algunos materiales con los que puedan confeccionar una especie de mochila, morral, maleta, *backpack*, etc., que será fabricada por todas las NNA del centro de asistencia social y que se llevará la NNA que se despide, con las cartas que le escribieron sus compañeros dentro. También pueden incluir algún objeto que represente una de sus cualidades, por ejemplo “esta piedra morada representa tu fortaleza”, etcétera.
7. Una vez terminada la mochila, encárgate de que se lean las cartas para la NNA que se despide. Asegúrate de que queden incluidas en las cartas todas las herramientas o cualidades (cognitivas, emocionales, sociales, físicas, etc.) que la NNA mostró durante su estancia en el centro de asistencia social, en la actividad de recorrido de su historia.

8. Puedes considerar la siguiente guía para tener en cuenta diversas habilidades o herramientas personales de la NNA migrante:

- Es capaz de hablar sobre cosas que le asustan o inquietan.
- Es capaz de buscar la manera de resolver los problemas.
- Es capaz de controlarse cuando siente ganas de hacer algo peligroso.
- Es capaz de elegir el momento apropiado para hablar con alguien.
- Es capaz de elegir el momento apropiado para actuar.
- Es capaz de encontrar a alguien que le ayude cuando lo necesita.
- Es capaz de generar nuevas ideas o nuevos caminos para hacer las cosas.
- Es capaz de realizar una tarea hasta finalizarla.
- Es capaz de encontrar el humor en la vida y utilizarlo para reducir tensiones.
- Es capaz de expresar pensamientos y sentimientos a los demás.
- Es capaz de escuchar a otras personas cuando están tristes.
- Es capaz de ofrecer ayuda a otras personas que la necesitan.
- Cualquier otra característica que se observe en la NNA migrante: alegre, paciente, relajado, tranquilo, activo, lleno de energía, afectuoso, solidario, etcétera.

9. El personal del centro de asistencia (especialmente quien facilita la actividad) incluirá también cartas para la NNA en las que se enlisten sus cualidades y habilidades.

10. Si algún NNA no puede o no desea escribir una carta o hacer un dibujo, puede elaborar un objeto que represente una cualidad de la NNA que se despide (simbolizadas en un objeto elaborado con pedazos de tela, papel, estambre, listón, etc.). Al momento en que se lean las cartas, explicará qué simboliza el objeto que le entrega a quien se despide.

11. Encárgate de normalizar emociones para la NNA que se va, y los que se quedan. Es esperable que se sienta cansado/a, irritable, de mal humor, triste, con ganas de llorar, con sensación de vacío. Está bien que salgan las emociones; significa que su corazón está sano y puede sentir muchas cosas.

12. Al final de la actividad, meterán las cartas, dibujos y objetos dentro de la mochila. Ésta funge como la metáfora de lo que tienen dentro de sí mismos, lo que llevan cargando consigo en el camino, para cada paso que emprendan a partir de la salida del centro de asistencia.

13. Incluye también la carpeta encuadrada con los trabajos realizados por la NNA a lo largo de la estancia en el centro de asistencia. Si lo desea, pueden escribirle frases o buenos deseos al final, en alguna hoja en blanco, o simplemente escribir sus nombres en ella.

14. Si es posible, se puede incluir en el álbum de trabajos encuadrado de la NNA una foto del grupo, con las firmas o nombres de sus compañeros y personal detrás.

15. Por último, pide a la NNA que se despidе, como acto ritual, que corte con unas tijeras un pedazo de alguno de sus trabajos que le haya parecido significativo o importante, y lo pegue en el mural grupal como símbolo de lo que deja de sí mismo en el grupo (como "regalo" que da al grupo), en su paso por éste.

16. Luego de la actividad realiza una reunión con el objeto de festejar con alegría a la NNA que se despide. Proyecta alguna película que le guste o realiza una actividad que disfrute especialmente, con música de su elección y, si es posible, algún alimento que haya escogido como de su predilección.



©UNICEF/UNI186287/Heger



**Fichas
teóricas**
con conceptos
centrales

Por razones didácticas y de practicidad del manual se decidió no incluir junto con las actividades el marco teórico que da sustento a cada una. El desarrollo detallado de la teoría y las experiencias consultadas daría como resultado un documento de un volumen poco útil para ser una guía.

Sin embargo, se considera importante incluir una breve mención a los ejes teóricos y conceptos centrales, con miras a que el personal que utilizará este manual obtenga más información sobre temas particulares que desee investigar.

Es así que se incluye, para finalizar este manual, una serie de fichas técnicas con información resumida sobre el sustento teórico y los conceptos centrales utilizados para la selección y diseño de actividades.



Ficha teórica # 1

La resiliencia

A decir de Barba, la resiliencia es “la capacidad que el individuo tiene para enfrentar con éxito la adversidad y la fuerza flexible que permite resistir y rehacerse después de una condición adversa.”⁵³

Las personas logran esto, en gran parte, mediante la resignificación de lo vivido, haciéndolo más soportable y a veces incluso, dándole un sentido completamente distinto de fortaleza y humanidad. Desde este punto de vista se considera que la estancia de una NNA en un centro de asistencia social, puede (y debe) ser una experiencia que promueva el inicio de un proceso de resiliencia.

Entonces es posible seleccionar y diseñar actividades a desarrollar en los centros de asistencia social que dan cobijo a NNA migrantes y refugiados, mediante las cuales sea posible promover...

*... procesos sociales e intrapsíquicos que permiten el enfrentamiento exitoso a la adversidad, (...) un proceso que caracteriza un complejo sistema social en un momento determinado y que implica una combinación exitosa entre el NNA y su medio... escenario de promoción de resiliencia [que] puede propiciar y proveer (o no) el despliegue de los factores protectores [personales con los que cuenta].*⁵⁴

De acuerdo con Vanistendael,⁵⁵ se han diseñado actividades considerando las siguientes formas (propuestas por el autor) para promover la resiliencia:

⁵³ En Guzmán-Carrillo, K., et al. “Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes”, *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13 (2), 2015, p. 704.

⁵⁴ Gianino Gadea, L., “La resiliencia en niños institucionalizados y no institucionalizados”, *Revista de Psicología de la UNIFE*, Lima, Av. Psicol. 20 (2), agosto-diciembre, 2012, p. 80.

⁵⁵ Vanistendael, S. y J. Lecomte, *La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia*, Barcelona: Gedisa Editorial, 2000, pp. 56-57.



Nota: Para consultar más información sobre procesos de resiliencia para NNA migrantes y refugiados, resulta útil dirigirse al documento *Migración resiliente* elaborado por la Oficina de Defensoría de los Derechos de la Infancia para UNICEF México, en 2017, y que forma parte de este paquete de publicaciones.

- Generar interacciones en las que puedan detectar y recuperar, en su historia y en su presente, personas que les acepten incondicionalmente (y si no cuentan con ellas, constituirse como persona adulta que les transmite respeto y aceptación).
- Generar interacciones en las que puedan construir un sentido a su historia, su realidad y su vida.
- Generar interacciones en las que puedan utilizar y detectar sus propias competencias y aptitudes, y encuentren ayuda para, a partir de ello, reconstruir la percepción del valor de sí mismos.
- Generar interacciones en las que puedan trascender el dolor, vinculándose con otras personas y reconectándose con la creatividad y el sentido del humor.

Ficha teórica # 2

Los monitores/as de resiliencia

La resiliencia es una actitud y una capacidad para hacer frente a la adversidad, un potencial de esperanza que facilita recursos para recuperarse de situaciones difíciles e incluso traumáticas. En el caso de NNA es posible generarla cuando en su entorno se encuentran personas adultas que les entregan vínculos sanos y posibilidades de encontrar nuevo sentido a su experiencia.⁵⁶

Las actividades propuestas en el manual y el impacto que pueden provocar en la vida de NNA migrantes se basan en ese concepto y en las experiencias de especialistas que ya existen al respecto.⁵⁷ Las NNA tienen la capacidad de sobreponerse a los desafíos y adversidades de la vida gracias al apoyo afectivo y social de sus monitores/as de resiliencia, a pesar de haber recibido malos tratos en el inicio de su infancia en contextos familiares o institucionales y sociales de pobreza y violencia, logrando un desarrollo y una integración social adecuados.

En este manual se considera que el personal de centros de asistencia social que convivirá con NNA puede fungir como monitor/a de resiliencia, apelando a sus propias habilidades de apego y empatía, para constituirse como modelos a seguir (personas con quienes identificarse), por la calidad del apoyo afectivo e instrumental que aportarán a las niñas, niños y adolescentes migrantes.⁵⁸

Es preciso que los monitores/as de resiliencia⁵⁹ muestren una actitud de verdadero interés en todo cuanto la NNA haga. En las actividades, por ejemplo, es de suma importancia la atención que puedan dar a las producciones con arte o verbalizaciones en torno a cualquier tema, así como el ofrecimiento de una escucha y actitud atenta y empática.

Los monitores/as de resiliencia deberán:⁶⁰

- Descifrar las emociones que se expresan a través de las imágenes.
- No ser reactivos a ellas.
- Aceptarlas.
- No elaborar ningún juicio ni comentarios en relación con esas imágenes (sea cual sea la emoción que represente o el contenido de la expresión artística).
- Respetar los tiempos que toma a cada NNA hacer un trabajo y si no logra completarlo, no presionarlo, sino más bien entenderlo como parte de sus mecanismos de defensa y adaptación a la vida.

⁵⁶ Barudy, *La fiesta mágica...*

⁵⁷ Concepto de resiliencia secundaria acuñado por Barudy, *Ibid.*, p. 27.

⁵⁸ Barudy, *La fiesta mágica...*, p. 25

⁵⁹ *Idem.*

⁶⁰ Marxen, E., *Diálogos entre arte y terapia*, Barcelona: Gedisa Editorial, 2011, p. 101.

- No elogiar un trabajo por su contenido o estética ni tampoco minusvalorarlo por no cubrir las expectativas deseadas.

- Bajo ninguna circunstancia deberá “interpretar” un dibujo o pieza realizada por las niñas, niños y adolescentes.



Ficha teórica # 3

Importancia del arte para iniciar procesos de resiliencia

- Contemplar las imágenes fuera de uno mismo, sobre el papel, aporta una distancia que puede mejorar la autoexploración, la comprensión de emociones y la asimilación de las mismas.

- Hacer arte ayuda a expresar, liberar y descargar rabia y agresividad encubiertas; o en su defecto, a contener la agresividad externalizada en situaciones del pasado o potencialmente en el presente.

- El arte disminuye la desesperación y crea un puente de comunicación con el mundo exterior, por lo cual reduce la sensación de soledad y desamparo.

- El trabajo creativo conecta a la NNA con sus propias capacidades y fuerzas, así como con su agencia personal, es decir, su autonomía creadora, que puede ayudar a que pase de ser un sujeto pasivo a uno activo, y promover así su impulso resiliente.



Ficha teórica # 4

La intervención social con arte

La principal ventaja de la intervención social con arte según Schaverien (1997, 2000)⁶¹ es la de poseer un objeto tangible (dibujo, cartel, collage, cuadro, escultura, construcción, etc.) que ofrece un área de *mediación y contención*. Esto significa que ese objeto puede contener aspectos de la realidad de una NNA que sean demasiado abrumadores para ser abordados de manera verbal.

Las emociones y los sentimientos contenidos que son expresados en este lugar seguro, delimitado y tangible que es el objeto creado, pueden ser mejor manejados y controlables. También pueden ser comentados (verbalizados) cuantas veces necesite la NNA, hasta asimilar lo que ha sido representado en éstos.

La pieza constituye una relación simbólica con las propias emociones y con quienes interactúa; cumple una función mediadora. Por lo tanto, el trabajo con el arte sirve, como un lenguaje indirecto y simbólico, para abordar y *contener* los múltiples conflictos sociales que sufren las niñas, niños y adolescentes migrantes.

⁶¹ Citado en Marxen, E., *Diálogos...*, p. 91.



Ficha teórica # 5

La adolescencia como etapa evolutiva

También, considerando la diversidad cultural de la población de NNA, permite trabajar simbólicamente y verbalmente el intercambio y el respeto de las diferentes culturas de donde provienen. Desde el punto de vista práctico, se trata de un trabajo simbólico (representa recuerdos, historias, vivencias, de manera indirecta, lo cual ayuda a que sea más fácil contactarse con la experiencia y la emoción) y desde el punto de vista emocional, de un espacio de contención y escucha empática.⁶² Las imágenes son más universales que las palabras, por lo que facilitan las conexiones visuales entre contextos culturales distintos (Evans, 1981)⁶³ y facilitan el descubrimiento de temas comunes y de experiencias humanas (Copper, 1999).⁶⁴

La ventaja más importante de este abordaje es que posibilita la expresión de los sentimientos, emociones y recuerdos de una manera cultural específica.⁶⁵ Además, el trabajo artístico puede ser utilizado como un soporte donde se trabajen e integren (a medida que se elabora la obra de arte) aspectos del duelo múltiple migratorio, desde los elementos de su pasado, pasando por los elementos del viaje —muchas veces traumático— hasta llegar a su situación actual.

El proceso creativo produce bienestar y mejora la calidad de vida del ser humano,⁶⁶ asiste en su reparación y promueve el crecimiento personal y el autoconocimiento. El resultado y la estética de una producción, NO son lo importante, sino el proceso de *hacer algo*, así como el significado que cada persona le otorgue a su producción.

Florio⁶⁷ describe la adolescencia como “un proceso de *transición* sin estado fijo, un segundo nacimiento” en el que se distinguen ciertos elementos de organización psíquica:

- Descubrimiento y reconstrucción del yo.
- Formación paulatina de un plan de vida.

Se trata de una crisis evolutiva⁶⁸ en la cual las personas cuestionan lo conocido hasta entonces, descartan lo que no quieren para sí mismos y reconstruyen su identidad. Esta última se hace efectiva con el afianzamiento de competencias adquiridas durante la infancia y con la incorporación de habilidades personales y sociales nuevas, para salir al mundo adulto.

El cambio y la reestructuración son centrales en la adolescencia, razón por la cual toda acción ejercida en este periodo evolutivo tiene un impacto muy importante en el desarrollo futuro de la persona.

⁶² En Marxen, E., *Diálogos...*, p. 131.

⁶³ En Marxen, E., *Ibid.*, p. 156.

⁶⁴ *Idem.*

⁶⁵ En Marxen, E., *Ibid.*, p. 155.

⁶⁶ Definición tomada de la Asociación Americana de Terapia de Arte, 1996. Disponible en <https://arttherapy.org/about-us/>

⁶⁷ Florio, A., *Sujetos educativos...*, p. 89.

⁶⁸ Charlesworth, R. *Understanding Child Development*. Nueva York: Delmar Publishers, 1983.



La adolescencia es el momento esencial en el que las personas deben desplegar habilidades para la conducta y pensamiento autónomos, y en ese sentido, iniciar la construcción de su proyecto de vida.

El cúmulo de situaciones que atraviesan las y los adolescentes se vincula de un modo u otro con la presencia o ausencia de adultos significativos. Por ejemplo, la irrupción de emociones a partir del desarrollo hormonal los hace proclives a conductas de riesgo ante las cuales lo ideal sería que existiera una figura adulta que protegiera poniendo límites adecuados. Las dificultades en la vida de las y los adolescentes se multiplican exponencialmente si no cuentan con adultos significativos que les regresen apoyo y contención.⁶⁹

Las y los adolescentes necesitan percibir gradualmente sus recursos, saberse contenidos y acompañados por personas adultas significativas para atreverse a explorar el mundo, percibirse como capaces de hacerlo y estar inmersos en un contexto que se los permita.⁷⁰

Ficha teórica # 6 Especial vulnerabilidad adolescente

Las y los adolescentes enfrentan la necesidad de reconstruir su *identidad* y lograr su *individuación*,⁷¹ pero no cuentan aún con recursos suficientes para lograrlo.⁷² Esto los coloca en una situación de especial vulnerabilidad. Las y los adolescente pasan por un proceso de varios años durante el cual se encuentran en una paradoja: deben mostrar que son únicos y diferentes de sus adultos significativos, pero se sienten frágiles porque su identidad aún no está definida. Necesitan apoyo de adultos, pero también requieren alejarse de ellos para construir la propia imagen y proyecto de vida.

Además de la rebeldía necesaria para construir una identidad propia y la paradoja que ello implica respecto de los adultos, se suman las fuertes emociones e impulsos descontrolados que el cambio hormonal provoca en el ser humano. El desarrollo físico somete a las y los adolescentes a una irrupción abrupta de emociones (amores, odios, temores, dudas), labilidad emocional, emociones extremas, dificultades para lograr autocontrol, dificultades para pensar y planear objetivamente,⁷³ etcétera.



©UNICEF/UN013282/LeMoyne

⁶⁹ Bowlby, J., *Attachment and Loss*, 2ª edición, Nueva York: Basic Books, 1982.

⁷⁰ Craig, G., *Desarrollo psicológico*, 8ª edición. México: Pearson Education, 2009, pp. 6-7.

⁷¹ Entendida como lograr concebirse como individuo, con características y recursos específicos, propios y a la vez diferentes de los de los demás, incluyendo a sus figuras significativas.

⁷² Papalia, D. et al., *Desarrollo humano*. México: McGraw Hill/Interamericana Editores, 2010.

⁷³ Kohlberg, L., *Child Psychology and Childhood Education. A Cognitive-Developmental View*. Harvard University: Longman, 1987.



La gran predominancia de emociones hace que éstas acaben venciendo a la razón. La inteligencia y habilidades cognitivas adquiridas a esta altura del desarrollo, deben estabilizarse antes de poder utilizarse objetiva y sistemáticamente⁷⁴ y esto se logra efectivamente una vez pasada la crisis y reestructuración personal de la adolescencia, si las condiciones de vida han sido y son adecuadas. Existen estudios que afirman que la mayoría de las personas no accede a la capacidad de pensamiento hipotético deductivo⁷⁵ sino hasta después de los 23 años y un gran porcentaje de la población nunca lo logra, dependiendo de las condiciones de alimentación, estimulación, aprendizaje, etc. Existen investigaciones⁷⁶ que afirman de manera contundente:

La zona que ayuda a tomar decisiones acertadas no es completamente operacional hasta pasados los 21-22 años, cuando la red neuronal está completa y relativamente fija... Hasta esa edad, el ser humano no está totalmente capacitado para controlar sus impulsos, dirigir su comportamiento a metas y objetivos, sopesar riesgos y beneficios, elaborar juicios valorativos, sostener una postura ética o moral personal, etcétera.

Ficha teórica # 7

La omnipotencia y el desafío adolescente

La sensación de fragilidad interna durante la adolescencia es enfrentada con mecanismos psicológicos específicos asociados a omnipotencia. Se muestran poderosos, pero la vivencia interna es de confusión y miedo.⁷⁷ Si sólo se considera la conducta visible del adolescente, puede parecer que son fuertes y decididos, y difícilmente aceptan que tienen miedo. Por el contrario, actúan de manera desafiante.

Este tipo de conductas es comprensible dada la situación que enfrentan las y los adolescentes y los mecanismos psicológicos que ella detona. Sin embargo, su actitud omnipotente y desafiante debilita la posibilidad de acceder a varias de las habilidades para la vida, esenciales para un desarrollo sano, y también el acceso a la protección cuando quien interactúa con ellos o ellas no comprende estos mecanismos. Por ejemplo, obstaculiza las relaciones interpersonales, la solución constructiva de problemas y conflictos, el manejo de tensión y estrés, y el pedido de ayuda cuando personas de diversas instituciones se las ofrecen (a lo que, obviamente, responden que no para no mostrarse frágiles).

⁷⁴ Terry, H., "The Surly Years: brain development in adolescence...", *Talking Incoherently, Dawn Patrol Child & Youth Services Journal*, 4 (1), 2005, en <www.dawnpatrol.on.ca/LinkClick.aspx?fileticket=7wYAR63CHas%3D&tabid=283&mid=756>, consultado el 2 de noviembre de 2013.

⁷⁵ La última etapa del desarrollo del pensamiento es el estadio de "operaciones formales" y es el tipo de pensamiento que, cuando la persona ha tenido condiciones ideales, se obtiene durante la adolescencia. En situaciones ideales, el adolescente puede lograr manejar conceptos abstractos de manera independiente a su medio ambiente concreto inmediato y considerar simultáneamente múltiples aspectos o propiedades de un problema (Piaget, J., *Seis estudios de psicología*, Barcelona: Seix Barral, 1967).

⁷⁶ McCain, M. et al. *The Early Years Study Three Years Later*. Toronto: The Canadian Institute for Advanced Research to the Ontario Government, 2002.

⁷⁷ Faine Esquivel et al. *Psicodiagnóstico del niño*. México: El Manual Moderno, 2007.



Ficha teórica # 8

La importancia del grupo de pares

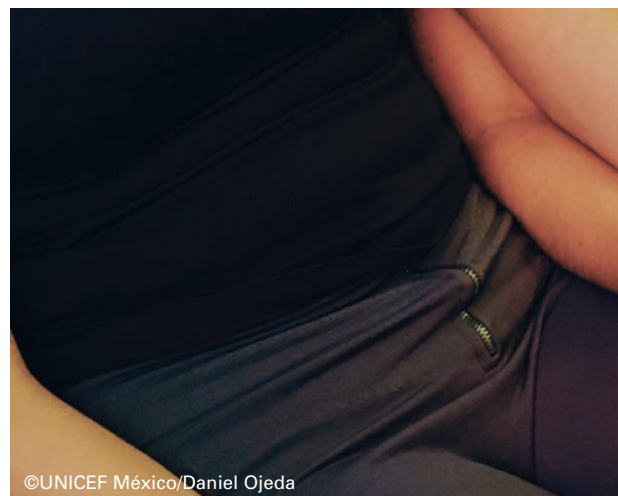
Aun cuando la o el adolescente se muestre provocador o seguro de sí mismo, es importante recordar que este tipo de conductas son mecanismos psicológicos con los cuales se defiende ante la vulnerabilidad que le provoca atravesar esta crisis evolutiva. Al mismo tiempo, se trata de mecanismos con los que da los primeros pasos hacia la autonomía adulta.

Ante la omnipotencia de la conducta adolescente, los centros de asistencia social deben contar con reglas claras (y consecuencias por romperlas), que se les expliquen desde su ingreso, y con figuras de autoridad que sean congruentes (que lo que dicen sea lo que hacen) al momento de hacer valer las reglas. También requieren conocer las reglas de manera clara para tomar decisiones: aceptarlas o desafiarlas, y entonces responder a las consecuencias de esa ruptura de regla.

De igual modo, el trabajo adecuado para contrarrestar la omnipotencia no se vincula con acciones dirigidas de manera directa al desafío y la agresividad del adolescente (esto se aborda con las reglas a las que tiene que acotarse en el centro de asistencia), sino con el apoyo para la aceptación de su angustia y sensación de vulnerabilidad. A medida que se sienta menos frágil, impotente y angustiado/a, necesitará con menor frecuencia acudir a mecanismos de defensa para “parecer fuerte”. Todas las actividades del manual se dirigen a facilitar el desarrollo de habilidades específicas y, en ese sentido, abordan el origen de las actitudes agresivas, reactivas y desafiantes de niñas, niños y adolescentes.

Mientras atraviesan el proceso de reconstruir su identidad, las y los adolescentes suelen preocuparse especialmente por lo que pueden parecer a los ojos de las demás personas. En general, comparan lo que creen que los demás ven, con lo que ellos sienten respecto de sí mismos. En la comparativa con personas adultas, atravesando la situación de vulnerabilidad que caracteriza a esta etapa del desarrollo, suelen sentirse ansiosos e impotentes.

La figura adulta desencadena acciones vinculadas a la diferenciación y el desafío, que constituyen una brecha generacional ineludible. Es así que surge el grupo de pares como contexto de apoyo por excelencia,⁷⁸ en donde puede medirse, compararse y construirse con otros. En esta etapa, los sentimientos de igualdad, construcción mutua, apoyo y comprensión provienen esencialmente de allí. La pertenencia a un grupo de pares se vuelve vital.



©UNICEF México/Daniel Ojeda

⁷⁸ Según Erick Erikson los adolescentes intentan establecer una subcultura para construir su propia identidad (Erikson, E., *Infancia y sociedad*. Buenos Aires: Horme, 1983).

Es a partir de este hecho que en el momento de promover actividades vinculadas al arte, cultura y construcción de la ciudadanía se proponen acciones específicas para el intercambio, comunicación y cooperación entre pares. En un doble sentido, esto es fundamental, porque:

- Los pares son el contexto en el que las y los adolescentes se identifican y reconstruyen su “yo”. Es allí donde ensayan y miden sus habilidades para comunicarse, comprender y relacionarse con los demás.
- La opinión y presión del grupo de pares pueden ser más fuertes que aquella ejercida desde la familia, maestros y otros adultos significativos. Es allí también donde aprenderá (o no) a tomar decisiones; donde construirá habilidades para solucionar problemas o conflictos de manera pacífica, o por el contrario, de forma violenta o inhibida.

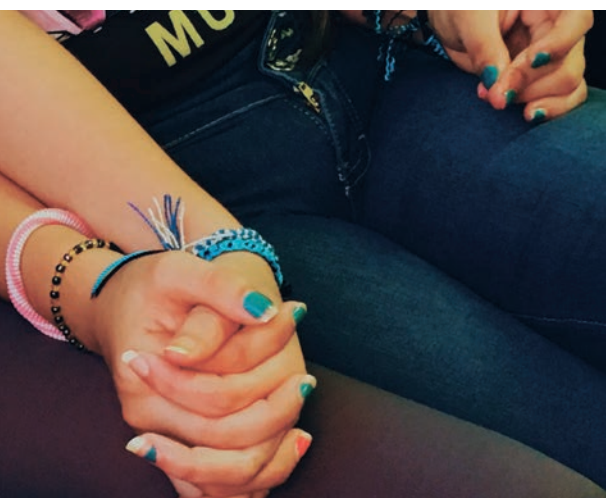


Ficha teórica # 9

Contexto del que provienen niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados

En 2016, un 94.6% de NNA migrantes que ingresaron a México provenían de países del Triángulo Norte de América Central (TNAC):⁷⁹ El Salvador, Honduras⁸⁰ y Guatemala. Considerando esta información, será importante para el personal de centros de asistencia conocer algunos aspectos de la situación que puedan haber vivido y afrontado los NNA con los que interactuarán.

Las niñas y adolescentes indígenas sufren regularmente discriminación y exclusión social. Los fenómenos profundamente arraigados de discriminación contra la mujer y desigualdad en las relaciones de género propician menos oportunidades de educación y empleo para las niñas y las mujeres guatemaltecas. Se combinan la pobreza, la desigualdad y la discriminación como factores que las fuerzan a salir de sus países. Muchas de ellas migran al sur de México temporalmente para poder trabajar, gran número de las cuales son detenidas en estaciones migratorias por autoridades migratorias mexicanas en Chiapas y Tabasco.



⁷⁹ Unidad de Política Migratoria, Segob, con base en el Boletín Mensual de Estadísticas Migratorias 2012-2016.

⁸⁰ Honduras es el segundo país a nivel mundial con mayor número de muertes violentas, solo después de Siria. La ciudad hondureña de San Pedro Sula tiene el índice más alto de homicidio en el mundo.



Ficha teórica # 10

Dinámicas de captación de las pandillas

NNA también migran por razones de violencia.⁸¹ Las niñas y adolescentes se encuentran en contextos de especial vulnerabilidad a sufrir violencia sexual y de género. Los niños y adolescentes están expuestos a ser captados por las maras o sufrir diversas formas de violencia física.⁸² Esta constante obliga a NNA a dejar sus raíces, costumbres, bienes y querencias.

Sin embargo, el tránsito les expone a condiciones igualmente adversas. La invisibilidad para no ser detenidos por autoridades migratorias les hace presa fácil del crimen organizado, del tráfico y la trata de personas, la extorsión por parte de otros migrantes o autoridades corruptas, secuestros, asaltos, entre otros peligros que irremediablemente minan sus sueños y esperanzas.

La violencia asociada con las pandillas y el crimen organizado también ha aumentado y afecta desproporcionadamente a los jóvenes. Las NNA huyen para escapar de la violencia en el hogar o de la coacción para unirse a grupos violentos.

La migración y el proceso de la detención introducidas a la identidad e historia como una etiqueta que estigmatiza, agrava la sensación de inadecuación y la percepción de falta de recursos y herramientas para la vida.

Según la Comisión Interamericana de Derechos Humanos:

Muchos NNA sufren situaciones de violencia, abuso y negligencia en sus hogares, comunidades y escuela, por parte de adultos, de sus pares e incluso de la policía. La calidad educativa es deficiente y existen muchos obstáculos para el acceso a la educación secundaria y para acceder a oportunidades laborales y a un empleo digno...

En las zonas donde operan organizaciones criminales y maras, a menudo los NNA sufren presiones, amenazas o engaños para que colaboren con estas organizaciones. Otros adolescentes se acercan a estos grupos en búsqueda de oportunidades, reconocimiento, protección y sentido de pertenencia, aspectos que de otro modo no consiguen obtener. Una vez dentro de estas estructuras son utilizados por los adultos para una amplia gama de acciones, desde la vigilancia, el traslado y venta de drogas, robos, extorsiones, secuestros, así como para la realización de otras actividades violentas relacionadas con el mantenimiento de los intereses de los grupos criminales...

⁸¹ Según la Universidad de Lanús "En 2010, el 49,4% de los homicidios de Guatemala tuvieron lugar en los cinco departamentos con los mayores niveles de migración (Guatemala, San Marcos, Huehuetenango, Quetzaltenango y Jutiapa). Los niños guatemaltecos, especialmente las niñas, sufren altos niveles de violencia dentro de la familia, lo que incluye el incesto. Entre 2003 y 2012, la violencia dentro de la familia aumentó más del 50%, y la mayoría de las víctimas fueron niñas y mujeres. El abuso sexual por miembros de la familia es habitual, pero suele mantenerse oculto debido tanto a que los niños y los adolescentes tienen miedo y vergüenza de denunciarlo y porque no confían en que las autoridades puedan protegerlos" (Azaola, E., *Diagnóstico de las y los adolescentes que cometen delitos graves en México*. México: UNICEF, 2015).

⁸² Comisión Interamericana de Derechos Humanos, "Informe sobre la situación de derechos humanos en Honduras", 2015a, p. 52.



Ficha teórica # 11

Las pandillas como “única opción” de vida

La dependencia de la droga es una de las estrategias de los narcotraficantes para captar a nuevos niños y adolescentes... Las estructuras de estas organizaciones criminales son jerárquicas con normas de disciplina muy estrictas que acarrearán violencia en caso de incumplimiento de las reglas internas o de órdenes de superiores, incluso a través de formas extremas como las “ejecuciones”. Salir de estas organizaciones puede implicar arriesgar la vida y la integridad personal...

... Mientras los niños son utilizados con frecuencia para actividades relacionadas con el tráfico y venta de droga, robos, extorsiones y acciones violentas, las niñas generalmente son víctimas de violencia sexual y de género. Muchas son forzadas a mantener relaciones con integrantes de los grupos criminales, son abusadas sexualmente y tratadas y explotadas con fines sexuales.⁸³

La Comisión considera que la forma y el contexto en los cuales ocurre la captación de las niñas, niños y adolescentes en estructuras criminales, así como las características que tiene esta vinculación al grupo delictivo, pueden ser consideradas como situaciones de abuso y explotación.⁸⁴



©UNICEF/UN014913/Estey

El poder de las pandillas y las sucesivas formas de vulneración a los derechos humanos y de victimización a las que se ven expuestas las NNA en contextos con altos índices de violencia y de precariedad en las condiciones de vida, se sustentan en las siguientes realidades del contexto en el que viven:

- Padecen abuso o violencia en el seno de su familia, en la escuela o en el ámbito de su comunidad, de parte de adultos o por sus pares.
- Falta de cuidados adecuados en su familia y de apoyo de las instituciones del Estado.
- No gozan de su derecho a una educación de calidad en un ambiente protector que les brinde la posibilidad de desarrollar al máximo su potencial, algunos incluso abandonan por completo sus estudios.
- Sufren estigmatización o alguna forma de discriminación basada en su condición socioeconómica, origen o preferencia sexual.

⁸³ Comisión Interamericana de Derechos Humanos y Organización de los Estados Americanos, *Violencia, niñez y crimen organizado*, 2015b, pp. 12-13.

⁸⁴ Comisión Interamericana..., *Ibíd.*, p.13.



©UNICEF México/Daniel Ojeda

- Carecen de oportunidades reales para desarrollar su proyecto de vida derivado de situaciones estructurales de expulsión social, lo cual muchas veces los introduce a los grupos con actividades criminales como la opción más al alcance y viable.
- Sufren presiones, abuso, violencia o explotación de parte de grupos que se dedican a actividades criminales y utilizan y explotan a NNA para llevar a cabo sus acciones.
- Enfrentan violencia, abuso y vulneraciones a sus derechos por parte de la policía o autoridades corruptas.⁸⁵

Dice la Comisión Interamericana de Derechos Humanos:

Las pandillas... utilizan a su favor las necesidades de los adolescentes de contar con espacios de socialización en ambientes en los cuales no se dispone de muchas opciones constructivas. Las pandillas ofrecen un sentido de identidad, de pertenencia y de reconocimiento social en contextos de exclusión y limitadas oportunidades de participación para los adolescentes en la vida pública y en los asuntos de su interés... Las motivaciones de los adolescentes para integrarse a una mara pueden estar relacionadas a estos factores, pero también su incorporación puede deberse a amenazas y presiones por miembros de la propia mara para unirse a ella, o como un mecanismo de protección en contextos muy violentos.⁸⁶

Un informe realizado en Honduras por el Programa Nacional de Prevención, Rehabilitación y Reinserción Social⁸⁷ señala las opiniones expresadas directamente por integrantes y ex integrantes de maras: las NNA se sienten atraídos a la mara, por aspectos que guardan relación con el poder, el sentimiento de identidad, porque mantienen lazos estrechos de solidaridad y sentimientos de grupo, reconocimiento social, respeto, admiración, acceso a bienes y dinero.

⁸⁵ Comisión Interamericana..., *Ibíd.*, p. 38.

⁸⁶ Comisión Interamericana..., *Ibíd.*, pp. 39-40.

⁸⁷ Comisión Interamericana..., *Ibíd.*, pp. 77-78.



Ficha teórica # 12

Mitos y realidades sobre adolescentes y violencia

Según la Comisión Interamericana de Derechos Humanos,⁸⁸ existe una percepción social ampliamente compartida de que las y los adolescentes son los principales causantes de la inseguridad y la violencia. En particular los varones provenientes de sectores sociales pobres, tradicionalmente excluidos, son generalmente percibidos como un “peligro social” y se les atribuye la responsabilidad por el contexto de inseguridad y la comisión de delitos.

Sin embargo, esta percepción no se corresponde con la realidad; las estadísticas sobre personas privadas de libertad muestran que el número de adultos hallados culpables de delitos violentos supera de modo muy considerable al número de adolescentes. Según datos de la policía de Honduras, uno de los países con tasas de homicidios más altas en el mundo y con presencia de maras “menos de un 5% de los homicidios son cometidos por personas menores de 18 años”.⁸⁹

Si los factores de riesgo guardan relación con elementos como sentimientos de alienación, sentido de exclusión entre determinados grupos, etc., se vislumbra el modo de aclarar mitos sobre la motivación para ingresar y permanecer en pandillas. No ingresan y permanecen en pandillas porque “quieren”, sino porque no logran percibir cabalmente el riesgo que implica (como se mencionó anteriormente, el juicio crítico aún no está desarrollado) y no encuentran en su contexto una mejor opción. En muchos casos (amenazas y presiones) no tienen otra alternativa; lo hacen para sobrevivir.

Contrarrestar el aislamiento, la percepción pobre de sí mismos, la desesperanza, etc., son acciones pertinentes para propiciar resiliencia en NNA migrantes y refugiados que han estado en contacto con pandillas (incluso y especialmente, si han sido parte de ellas). Ello implica promover espacios de integración, construcción de identidades positivas, participación, empoderamiento y diálogo, además de espacios y actividades para la utilización positiva del tiempo libre, para el ocio, la cultura y la recreación. Lo anterior contribuye a crear un sentido de pertenencia, de inclusión, de ciudadanía, y ayuda a superar las divisiones y las tensiones basadas en la clase social, la etnicidad y el género, entre otras.⁹⁰

Resulta indispensable que se fomenten vínculos en los que se les brinde *reconocimiento* (central durante la adolescencia para reconstruirse como persona valiosa, con recursos, con esperanza y posibilidades de construirse un proyecto futuro).

⁸⁸ Comisión Interamericana..., *Ibíd.*, p. 40

⁸⁹ *Idem.*

⁹⁰ Comisión Interamericana..., *Ibíd.*, p. 99.



Ficha teórica # 13

La réplica de la violencia vivida

En términos generales, el crimen organizado ha encontrado un terreno fértil para ejercer control en cada escala territorial del Triángulo Norte de América Central (TNAC) a través de acuerdos con las maras. La mayoría de los territorios están controlados por pandillas a nivel local, comunitario e institucional, con el objeto de movilizar drogas, armas, contrabando de mercancías, y el tráfico de personas.⁹¹ La pobreza, la desigualdad y la marginación social que prevalecen en la zona acentúan el impacto de la violencia en las distintas esferas de la vida de los individuos y sus familias. Frente a estas condiciones, el tejido social se debilita y quebranta, por lo que el barrio o la comunidad dejan de suponer un espacio de protección para las NNA. Por el contrario, lo que con mayor frecuencia ocurre es que están expuestos a múltiples violencias (discriminación; acoso; amenazas; violencia sexual, emocional y física; violencia de género, etc.) durante etapas críticas del desarrollo.

Especialistas en adolescentes que han cometido acciones contrarias a la ley detectan que dichas conductas se vinculan con compulsión y repetición de historias de abuso y violencia.⁹² La *compulsión* se entiende en psicología como actos repetitivos que no han sido procesados por la mente, que en general son vividos como “algo que no se puede dejar de hacer” voluntariamente. Cuando una persona ha vivido una situación violenta, que experimentó como traumática, el impacto con el que se registra en la realidad psicológica queda “vigente” pero no es asimilado conscientemente. Para intentar ser procesado, se repite una y otra vez, pero a través de conductas (impulsivas) y no de reflexiones.

Según especialistas, no toda persona que ha padecido malos tratos reaccionará violentamente, como lo indican los estudios prospectivos, pero sí está comprobado que la mayoría de las personas implicadas en delitos violentos ha sufrido situaciones de violencia de significación en su infancia. De igual modo, los resultados de los estudios retrospectivos apoyan la existencia de un fuerte vínculo entre el maltrato físico padecido durante la infancia y el comportamiento agresivo adolescente.⁹³ De acuerdo con Barbich y Molina,⁹⁴ “...estos niños depositan sobre otros lo padecido por ellos tempranamente”. Adolescentes que tienen pocas experiencias de amor y de compromiso, manifiestan un alto momento de agresión y deseos de sometimiento y dominación de terceros.

⁹¹ ACNUR, *Arrancados de raíz*, en: <www.acnur.org/donde-trabaja/america/mexico/arrancados-de-raiz/> p. 28.

⁹² Barbich, A. y M.L. Molina. *Atrapados. Adolescentes implicados en ofensas sexuales*. Buenos Aires: Editorial Dunken, 2009.

⁹³ Barbich y Molina, *Ibíd.*, p. 27.

⁹⁴ Barbich y Molina, *Ibíd.*, p. 30.



Ficha teórica # 14

Habilidades para la vida

Al no brindar a los jóvenes las bases para confiar en sí mismos y desplegar sus potencialidades, se anula su sentimiento de competencia. El mundo sólo puede ser percibido como un lugar de riesgo e inseguro, en el cual la única opción es defenderse para sobrevivir (“quien pega primero, pega dos veces”).

La desesperanza aprendida (falta de sentido y convicción de que “nada va a cambiar”) restringe la capacidad de proyección a futuro y sentido vital. Desconfían del entorno y endurecen por ello su capacidad de expresión.⁹⁵ La única alternativa que conocen es la interacción violenta.

Es más probable que NNA víctimas de situaciones abusivas sean hipersensibles a las señales de hostilidad de su medio, que no perciban la información social carente de hostilidad y que atribuyan intenciones hostiles a los demás, en mayor medida que otras niñas, niños y adolescentes.⁹⁶

La Organización Mundial de la Salud propone que: “un enfoque de habilidades para la vida desarrolla destrezas para permitir que las y los adolescentes adquieran las aptitudes necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria”.⁹⁷

Las habilidades (a diferencia de las actitudes o las competencias) son destrezas específicas encaminadas a *desempeñar* una tarea, que van acompañadas de conocimientos, actitudes y valores. Su objetivo no es la efectividad en el desempeño de la tarea, sino el desarrollo de comportamientos que contribuyan a la satisfacción del propio sujeto.⁹⁸ Al adquirir habilidades, las personas logran una convivencia satisfactoria con los otros y consigo mismos. Las habilidades para la vida propuestas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) son las siguientes:

Autoconocimiento: Proceso de organizar y dar sentido a una experiencia. Implica contactar y conocer todos los aspectos que componen el yo: qué se cuenta, qué se quiere en la vida y cómo afrontar los momentos de adversidad.

⁹⁵ Barbich, A. y M.L. Molina. *Atrapados...*

⁹⁶ *Ibíd.*, p. 31.

⁹⁷ Mangrulkar, L. et al. *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Organización Panamericana de la Salud. Agencia Sueca de Cooperación Internacional. Fundación W. K. Kellogg. 2001, en: <www1.paho.org/Spanish/HPP/HPF/ADOL/Habilidades.pdf>, p. 5.

⁹⁸ UNICEF. *Una mirada a la infancia y la adolescencia en México*. Educación, Redes y Rehiletes. A.C. Proyecto “Somos comunidad educativa: hagamos equipo”, 2013, p. 281, en: <www.unicef.org/mexico/spanish/mx_4topremioUNICEF-WEBV2.pdf>.

Empatía: Es la capacidad de compartir una respuesta emocional con otra persona. Favorece conductas solidarias y la comprensión de reacciones y opiniones ajenas. Propicia la tolerancia.

Comunicación asertiva: Dar a conocer y hacer valer las propias opiniones, derechos, sentimientos y necesidades, respetando los de las demás personas.

Relaciones interpersonales: Aprendizaje de habilidades para relacionarse en forma positiva con las personas con quienes se interactúa, en diferentes contextos. Implica expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación.

Manejo de problemas y conflictos: Implica el afrontamiento de las dificultades para crear dinámicas que permitan manejar problemas y conflictos de forma flexible, identificando oportunidades de cambio y crecimiento.⁹⁹

Pensamiento creativo: Implica combinar la razón y las emociones, intuiciones o fantasías para ver la realidad desde perspectivas diferentes, inventadas. Permite idear algo nuevo, relacionar algo conocido de forma innovadora, y apartarse de esquemas de pensamiento o conducta habituales.

Pensamiento crítico: Permite analizar experiencias e información y ser capaz de llegar a conclusiones propias sobre la realidad. Es vital para el logro de autonomía y esencial para la toma de decisiones en la vida.

Manejo de emociones y sentimientos: Implica la habilidad para contactar el mundo emocional propio y de los demás.

Manejo de tensiones y estrés: Implica el afrontamiento de tensiones de manera constructiva, tolerando procesos de aprendizaje, celebrando logros y resultados, etcétera.

⁹⁹ Redondo Illescas, S. y A. Pueyo, "La psicología de la delincuencia", *El Observador*, revista especializada en temas de infancia y adolescencia, 4, agosto de 2009. Gobierno de Chile: Servicio Nacional de Menores (SENAME), p. 8.

ANEXO

DE QUÉ ESTÁ HECHA LA RABIA



BIBLIOGRAFÍA

ACNUR. *Arrancados de raíz*, en: <www.acnur.org/donde-trabaja/america/mexico/arrancados-de-raiz/>

Arizaga, Marcelo. Centro Cerrado Almafuerde. Fundamentación teórica del Proyecto Comunicación Social. Secretaría de Niñez y Adolescencia de la Provincia de Buenos Aires. Argentina: Mimeo, 2010.

Azaola, Elena. *Diagnóstico de las y los adolescentes que cometen delitos graves en México*, México: UNICEF, 2015.

Baglione, Lisa A. *Peacebuilding: A Time to Listen to and Learn from Reconciliationism*, en: <<http://citeweb.info/20081033908>>, consultado el 5 de septiembre de 2016.

Barbich, Alejandra y María Lourdes Molina. *Atrapados. Adolescentes implicados en ofensas sexuales*. Buenos Aires: Editorial Dunken, 2009.

Barudy, Jorge y Maryorie Dantagnan. *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*. Barcelona: Gedisa editorial, 2011.

Barudy, Jorge y Maryorie Dantagnan. *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa editorial, 2005.

Beloff, Mary. "Protección integral de los derechos del niño y la situación irregular: un modelo para armar y otro para desarmar", *Justicia y Derechos del Niño (1)*. Chile: UNICEF, 1999.

Bojórquez, Nelia. *Ciudadanía*, en: <www.uam.mx/cdi/derinfancia/5nelia.pdf>, consultado el 28 de octubre de 2013.

Bonnafe, Juliette. Programa de formación de lectores y acceso al conocimiento para las comunidades del D.F.: Desarrollo del marco conceptual, diseño operativo y diseño de los instrumentos de monitoreo y evaluación, 2013.

Bowlby, John. *Attachment and Loss*. 2ª edición. Nueva York: Basic Books, 1982.

Bronfenbrenner, Urie. *La ecología del desarrollo humano: experimentos en entornos naturales y diseñados*. Barcelona: Paidós, 1987.

Caballo, Vicente E. y Miguel Ángel Simón (coords.). *Manual de psicología clínica infantil y del adolescente: trastornos generales*. Madrid: Pirámide, 2001.

Castañer, Analía. *Migración resiliente. Intervenciones para la reconstrucción de la experiencia de migración a partir de acciones de rescate emocional*. México: Oficina de Defensoría de los Derechos de la Infancia A.C. y UNICEF, 2017.

Castellanos García, Francisco; Sergio Guzmán; Teresita López y José Gómez. *La familia del menor infractor*. México: Reintegra, 2004.

Ceriani, Pablo (coord.). *Niñez y migración en Centro y Norte América: causas, políticas, prácticas y desafíos.* Argentina: University of California Hastings College of the Law y Universidad Nacional de Lanús, febrero 2015, p. 15, en: <www.acnur.org/t3/fileadmin/Documentos/Publicaciones/2015/9927.pdf>.

Charlesworth, Rosalind. *Understanding Child Development.* Nueva York: Delmar Publishers, 1983.

Comisión Interamericana de Derechos Humanos. "Informe sobre la situación de derechos humanos en Honduras", 2015a.

Comisión Interamericana de Derechos Humanos y Organización de los Estados Americanos. *Violencia, niñez y crimen organizado,* 2015b.

Craig, Grace. *Desarrollo psicológico.* 8ª edición. México: Pearson Education, 2009.

D'Angelo Hernández, Ovidio. "Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social", *Revista Cubana de Psicología* 17 (3), 2000.

Dolto, Françoise. *Seminario de psicoanálisis de niños.* México: Siglo XXI Editores, 1987.

Equipo de Estudios Comunitarios y Acción Psicosocial. *Abriendo fronteras con el corazón. Guías para la aplicación del enfoque psicosocial en contextos migratorios (s/f),* en: <<http://imumi.org/attachments/2014/abriendo-fronteras-con-el-corazon.pdf>>

Erikson, Erik. *Infancia y sociedad.* Buenos Aires: Horme, 1983.

Esquivel, Faine; María Cristina Heredia y Emilia Lucio. *Psicodiagnóstico del niño.* México: El Manual Moderno, 2007.

Feder, Elaine y Bernard Feder. *The Expressive Arts Therapies.* Nueva Jersey: Prentice Hall, 1980.

Florio, Alberto. *Sujetos educativos en contextos institucionales complejos. Contexto sociocultural y alternativas pedagógicas,* Colección Pensar y Hacer Educación en Contextos de Encierro. 1ª edición. Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2010.

Freire, Paulo. *La educación como práctica de libertad.* México: Siglo XXI Editores, 1971.

Freud, Sigmund. "Formulaciones sobre los dos principios del acaecer psíquico", *Obras completas,* Vol. XII, Buenos Aires: Amorrortu.

Gagliano, Rafael. *La escuela en contextos de encierro. Pasado, presente y prospectiva de una construcción en proceso*, Colección Pensar y Hacer Educación en Contextos de Encierro. 1ª edición. Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2010.

García Méndez, Emilio. *Infancia y adolescencia. De los derechos y de la justicia*. México: UNICEF, 2001.

Gianino Gadea, Lorena. "La resiliencia en niños institucionalizados y no institucionalizados", *Revista de Psicología de la UNIFÉ*, Lima, Av. Psicol. 20 (2), agosto-diciembre, 2012.

Goldfried, Marvin y Gerald Davison. *De la terapia cognitivo conductual, capacidad para tomar decisiones*. Bilbao: Desclee de Brouwer, 1981.

Guzmán-Carrillo, Karla; Blanca González-Verduzco y María Elena Rivera Heredia. "Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes", *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13 (2), 2015.

Inbar, Jacinto. "Modelo integrativo enfocado en las soluciones para el desarrollo de la resiliencia individual familiar", *Revista Perspectivas Sistémicas*, número especial 94 (5), 2006.

Keating, Tom. "Outside Agents and the Politics of Peacebuilding and Reconciliation", en: <<http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/002070200005500107>>, consultado el 10 de octubre de 2016.

Kohlberg, Lawrence. *Child Psychology and Childhood Education*. A Cognitive-Developmental View. Harvard University: Longman, 1987.

Malchiodi, Cathy. *Handbook of Art Therapy*. Nueva York: Guilford Press, 2003.

Mangrulkar, Leena; Cheryl Vince Whitman y Marc Posner. *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Organización Panamericana de la Salud. Agencia Sueca de Cooperación Internacional. Fundación W. K. Kellogg, 2001, en: <<http://www1.paho.org/Spanish/HPP/HPF/ADOL/Habilidades.pdf>> consultado el 3 de noviembre de 2013.

Mannoni, Maud. *El niño, su enfermedad y los otros*. Buenos Aires: Nueva Visión, 1976.

Marxen, Eva. *Diálogos entre arte y terapia*. Barcelona: Gedisa Editorial, 2011.

McCain, Margaret y Fraser Mustard. *The Early Years Study Three Years Later.* Toronto: The Canadian Institute for Advanced Research to the Ontario Government, 2002.

Morduchowicz (2000: 38-39) en Rodríguez, Alejandra y Gustavo Varela. *Arte, cultura y derechos humanos.* Colección Pensar y Hacer Educación en Contextos de Encierro. 1ª edición. Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2011.

Noguera De la Espriella, Elsa; Guillermo Polo Carbonell; Modesto Aguilera Vides; Jorge Ávila Pareja et al. *Intervención psicosocial a jóvenes en situación de riesgo pertenecientes a pandillas en el distrito de Barranquilla.* Fundación Pro-ceder Siglo XXI, Colombia: Universidad del Atlántico y Universidad del Norte, Alcaldía de Barranquilla, 2012.

Ocampo, José Antonio. *Equidad, desarrollo y ciudadanía.* Chile: CEPAL, 2000.

Ochoa León, Sara María. "Construcción de ciudadanía y derechos sociales." Documento de trabajo N° 38, abril de 2008. México: Centro de Estudios Sociales y Opinión Pública.

Papalia, Diane; Sally Olds y Ruth Feldman. *Desarrollo humano.* México: McGraw Hill/Interamericana Editores, 2010.

Piaget, Jean. *Seis estudios de psicología.* Barcelona: Seix Barral, 1967.

Ramos Curd, Enrique. XIV Conferencia Internacional de Bibliotecología "Información y ciudadanía: desafíos públicos y privados". Promoción de la lectura en América Latina, estudio de casos emblemáticos: México, Argentina, Brasil y Colombia. Colegio de Bibliotecarios de Chile, 2009.

Redondo Illescas, Santiago y Andrés Pueyo. "La psicología de la delincuencia", *El Observador*, revista especializada en temas de infancia y adolescencia, 4, agosto de 2009. Gobierno de Chile: Servicio Nacional de Menores (SENAME).

Reintegra, UNICEF y Dirección General de Tratamiento para Adolescentes. *Las medidas no privativas de la libertad en la justicia para adolescentes, México,* 2011.

Rodríguez, Alejandra y Gustavo Varela. *Arte, cultura y derechos humanos.* Colección Pensar y Hacer Educación en Contextos de Encierro. 1ª edición. Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2011.

Salter, Andrew. *Conditioned Reflex Therapy,* New York: Creative Age Press, 1949.

Seligman, Martin. *Learned Optimism.* Nueva York: Knopf, 1990.

Terry, Henry. "The Surly Years: brain development in adolescence...", *Talking Incoherently, Dawn Patrol Child & Youth Services Journal*, 4 (1), 2005, en <www.dawnpatrol.on.ca/LinkClick.aspx?fileticket=7wYAR63CHas%3D&tabid=283&mid=756>, consultado el 2 de noviembre de 2013.

Treviño, Ana Laura, Documento de trabajo, Instituto Mexicano de Psicoterapia de Arte, en prensa. Ciudad de México.

UNICEF. *La travesía. Migración e infancia*, 2011, en <[www.unicef.org/mexico/spanish/Unicef_Migracion_web\(2\).pdf](http://www.unicef.org/mexico/spanish/Unicef_Migracion_web(2).pdf)>.

Educación, Redes y Rehiletes. A.C. *Una mirada a la infancia y la adolescencia en México*, Proyecto "Somos comunidad educativa: hagamos equipo", p. 281, en <www.unicef.org/mexico/spanish/mx_4topremioUNICEF-WEBV2.pdf>, consultado el 2 de noviembre de 2013.

Valverde Molina, José. "Consecuencias del encierro. Aspectos somáticos, psicosomáticos y psicológicos" en Herrera, Paloma y Valeria Frejtman (coords.), *Educación y salud. Algunas reflexiones sobre las consecuencias del encierro*. Colección Pensar y Hacer Educación en Contextos de Encierro, Buenos Aires: Ministerio de Educación, 2011.

Vanistendael, Stephan y Jacques Lecomte. *La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia*. Barcelona: Gedisa Editorial, 2000.

Villalta, Ramón y Aurora Cubias A. "Las técnicas participativas. Herramientas de educación popular". Material elaborado para capacitación a facilitadores comunitarios... en: <http://aprendeonlinea.udea.edu.co/lms/extension/pluginfile.php/27720/mod_resource/content/0/TECNICAS_PARTICIPATIVAS_PARA_LA_EDUCACION_POPULAR.pdf>.

Winnicott, Donald Woods. *Realidad y juego*, 2ª edición, Barcelona: Editorial Gedisa, 1982.

© Oficina de Defensoría de los Derechos
de la Infancia, A.C.
Vicente Suárez 17
Col. Condesa
06140, Ciudad de México, México

© Fondo de las Naciones Unidas
para la Infancia (UNICEF)
Paseo de la Reforma 645,
Col. Lomas de Chapultepec
11000, Ciudad de México, México

Twitter: [unicefmexico](https://twitter.com/unicefmexico)
Facebook: [UNICEFMexico](https://www.facebook.com/UNICEFMexico)
Instagram: [unicefmexico](https://www.instagram.com/unicefmexico)
www.unicef.org.mx

Fotografía de portada: ©UNICEF/ Richter
Diseño editorial: Abigail Virgen