



GUÍA PARA SOCIOS IMPLEMENTADORES



**RETORNO A LA
ALEGRÍA**

unicef  | para cada infancia



• • •

GUÍA PARA SOCIOS IMPLEMENTADORES



RETORNO A LA
ALEGRÍA

unicef | para cada infancia

Retorno a la Alegría V. 2.0 Colombia

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia – UNICEF

Tanya Chapuisat

Representante de Unicef en Colombia

Paola Franchi

Especialista de Protección

Olga Lucía Zuluaga

Oficial de Protección

Jorge Lisandro Garzón

Oficial de Protección

Ivolución Proyectos para el Desarrollo SAS

Desarrollo de contenidos, edición y redacción de textos

Germán Alberto Quiroga González

Julio César Grandas Olarte

Susana Tehfe Fadlallah – Fundación Taty

Diseño y diagramación

Catherine Villabón Díaz

Melisa Sánchez

Ilustración

Melisa Sánchez

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

Primera Edición

1 de abril del 2024

Las afirmaciones y opiniones expresadas en esta publicación no reflejan, necesariamente, las posiciones del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF.

Reservados todos los derechos. Salvo excepción prevista por la ley, no se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa del editor.

TABLA DE CONTENIDO

<i>Presentación</i>	07
1 CONTEXTO	08
2 CONCEPTOS CLAVES	11
3 FASES DE IMPLEMENTACIÓN	18
<i>Fase de alistamiento</i>	20
<i>Fase de ejecución</i>	30
<i>Fase de evaluación y sistematización</i>	35
4 SESIONES CON FAMILIA Y CUIDADORES	37
<i>Reconocer y gestionar la emociones</i>	40
<i>Apoyar los proyectos de vida</i>	51
<i>Identificar y actuar frente a riesgos</i>	57
<i>Ser una familia protectora</i>	67
5 TRANSFERENCIA INICIAL	77
<i>Primer día de formación</i>	78
<i>Segundo día de formación</i>	96
<i>Tercer día de formación</i>	105
6 TALLERES PARA EL FORTALECIMIENTO	113
<i>Sesion 1</i>	117
<i>Sesion 2</i>	123
<i>Sesion 3</i>	127
<i>Sesion 4</i>	133
<i>Sesion 5</i>	140
<i>Sesion 6</i>	146
<i>Referencias</i>	194

TABLA DE ANEXOS

Anexo 1 Plantilla de cronograma	151
Anexo 2 Ficha de signos y síntomas	153
Anexo 3 El desarrollo en la niñez y la adolescencia	155
Anexo 4 Elementos fundamentales para facilitar las sesiones	162
Anexo 5 Autoevaluación para voluntarios de Retorno a la Alegría	165
Anexo 6 Enfoques diferenciales	167
Anexo 7 Técnicas específicas para el desarrollo de talleres	172
Anexo 8 Marco normativo de los derechos de la primera infancia, niñez y adolescencia en colombia	176
Anexo 9 Derechos de la infancia según la ley 1098 de 2006 y otros conceptos	178
Anexo 10 Preguntas de trivia sobre algunos de los derechos de la infancia	183
Anexo 11 Los riesgos en la niñez y la adolescencia	185
Anexo 12 Rutas de atención para niñas, niños y adolescentes en colombia	188
Anexo 13 Primeros auxilios psicológicos en sesiones de Retorno a la Alegría	190

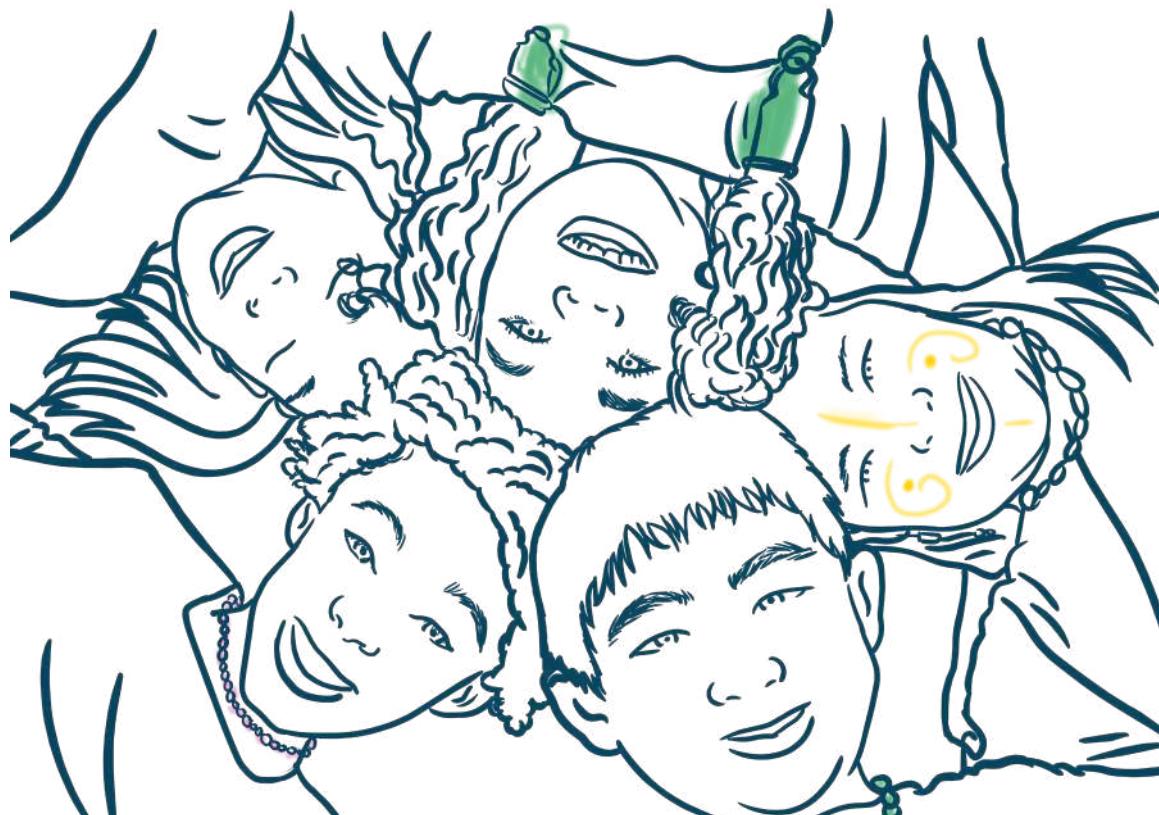
PRESENTACIÓN

Con frecuencia las crisis y desastres afectan de manera desproporcionada a las niñas, niños y adolescentes, quienes deben ser objeto de especial protección y asistencia tanto para mitigar los efectos de las emergencias como para lograr su plena recuperación. El programa Retorno a la Alegría de UNICEF, ha sido un apoyo psicoafectivo para niñas, niños y adolescentes en situaciones de emergencia; ha fomentado la resiliencia, y ayudado a reducir las secuelas de los daños emocionales que pueden sufrir en esos momentos de crisis.

A medida que se implementaba el programa se fueron identificando mejoras que se podrían incorporar a la metodología de manera que se reflejaran los desarrollos de la política pública en torno a la diversidad, la equidad y la inclusión. Este progreso en el conjunto de la sociedad nos exige repensar y revitalizar el programa Retorno a la Alegría, buscando la incorporación de nuevos enfoques y respondiendo a los retos y expectativas de las niñas, niños y adolescentes del mundo actual.

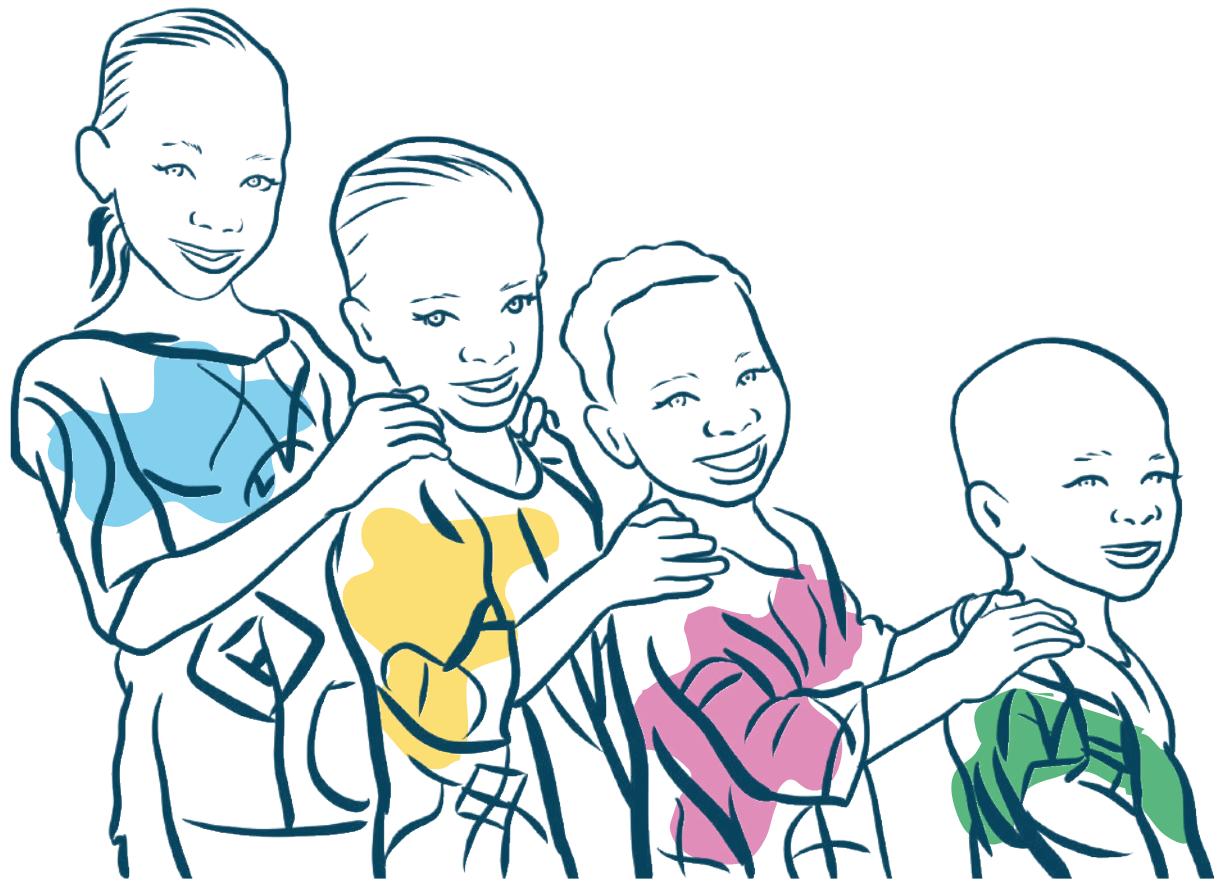
Los invitamos a explorar estos nuevos ajustes metodológicos al programa, seguros de que al acoger los principios de inclusión, diversidad y equidad estamos fortaleciendo un programa que no solo cura heridas emocionales, sino que también empodera y fortalece a nuestra adolescencia y juventud para enfrentar los desafíos actuales.

Juntos, estamos construyendo un mañana donde la alegría cuenta y donde cada niña, niño o adolescente puede alcanzar su máximo potencial, para afrontar las adversidades de la vida cotidiana.



1

CONTEXTO



1 CONTEXTO

La metodología de Retorno a la Alegría ha sido implementada en varios países de África y América Latina, dentro de los que se cuentan Mozambique, Nicaragua, Paraguay, República Dominicana, Costa Rica y Colombia. Su énfasis principal ha sido la atención de niñas, niños y adolescentes en el marco de desastres naturales.

En 1992 en Mozambique tuvo su primera versión que fue traducida al español en 1997 y adaptada para Colombia en el año 2001 en el Manual del Voluntario en una alianza de UNICEF con el Ministerio de Educación Nacional de Colombia. Posteriormente en 2007 tuvo una nueva actualización en Colombia con el Manual para la Capacitaciones de Capacitadores y el Manual de Protocolos y Juegos para El Programa Retorno de la Alegría.

Uno de los aspectos claves del uso de la metodología en el contexto colombiano ha sido la incorporación de los riesgos antrópicos, ya que la metodología se ha utilizado en contextos de conflicto armado que generan afectaciones a las niñas, niños y adolescentes (desplazamiento, reclutamiento, uso y utilización, confinamientos, etc.) También en Colombia se ha utilizado trabajar con comunidades afrocolombianas e indígenas (Emberá, Awá y Nasa) generando adaptaciones metodológicas.

En República Dominicana ha tenido un desarrollo similar, con versiones adaptadas para ese país en 2007 y 2010, siendo esta última también utilizada en Colombia. Cuenta con cuatro manuales: **i.)** Manual de implementación para Instituciones Ejecutoras, **ii.)** Manual de Capacitación, **iii.)** Manual para Educadores Guías y **iv.)** Manual de Terapias Lúdicas, además de una Compilación de Cuentos, Fábulas, Retahílas y Trabalenguas.

Adicionalmente existen otros documentos complementarios que se han usado en el programa, así como evidencia de diferentes adaptaciones locales que se han realizado por parte de las personas responsables de su implementación. Todos estos materiales han coexistido generando una gran variedad de actividades para la implementación, lo que le da al programa una flexibilidad metodológica que es valorada por los socios implementadores.

No obstante, esta riqueza de materiales dificulta la implementación de un programa uniforme, la gestión del conocimiento para documentar e identificar las adaptaciones que generan los mejores resultados y la dificultad para incorporar los temas más recientes en la comprensión de la protección integral a niñas, niños y adolescentes de una manera uniforme en las diferentes regiones de Colombia.

Por estas razones UNICEF Colombia, rediseñó del programa Retorno a la Alegría buscando:

1. INCORPORAR NUEVOS ENFOQUES

Los enfoques de género, étnico, migratorio, curso de vida, enfoque lúdico, están ahora más presentes tanto en el abordaje conceptual como en las actividades, reconociendo los más recientes desarrollos sobre la protección integral e integrando elementos clave para abordar el trabajo con niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Esto implicó la modernización del lenguaje y la introducción de nuevos conceptos que actualmente resultan relevantes en los procesos de acompañamiento.

2. RESIGNIFICAR EL ROL DE LOS VOLUNTARIOS

En primer lugar unificando su denominación (ya no se llamarán terapeutas lúdicos o facilitadores). Segundo, reconociendo que podrán ser adolescentes y jóvenes de la comunidad que realizan su trabajo de manera voluntaria. Y por último participando en un proceso de fortalecimiento de sus habilidades y capacidades conceptuales, blandas y de manejo de talleres.

3. CONSOLIDAR UNA LECTURA DEL TERRITORIO PREVIA A LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA

Como resultado de las buenas prácticas desarrolladas por los implementadores de Retorno a la Alegría a lo largo de los años, se identificó que en muchas ocasiones antes de iniciar la implementación se realiza una lectura del territorio que determina las adaptaciones que tendrá el programa. Esta buena práctica se incorpora ahora para todas las implementaciones, buscando además su adecuada documentación para determinar cuáles son las adaptaciones que se realizaron.

4. ALINEAR CONCEPTUALMENTE EL PROGRAMA A LOS RETOS ACTUALES

Facilitando la utilización del programa en diversos tipos de emergencia: naturales o antrópicas (producidas por el hombre), y haciendo explícito su uso en contextos de riesgos de vulneración de derechos (desplazamientos forzados, confinamientos, reclutamiento uso y utilización, etc.) Adicionalmente, unificando ejes temáticos en los que se organizan las sesiones y actividades de cada sesión. Los ejes temáticos son:

- i. Gestión de las emociones,
- ii. Habilidades para la vida,
- iii. Reconocimiento de los derechos y,
- iv. Entornos protectores.

5. RESIGNIFICAR EL ROL DE LAS FAMILIAS

Los retos de una emergencia y las afectaciones en las niñas, niños y adolescentes, requiere del apoyo de las familias (padres, madres, cuidadores, y eventualmente referentes afectivos), por lo tanto el rol de las familias es ahora más protagónico. Se vincula a las familias en las actividades del programa, (participando en talleres junto con las niñas, niños y adolescentes) buscando promover procesos de aprendizaje en redes colaborativas, mediante la reflexión, la acción y el reconocimiento de las experiencias exitosas de las familias.

6. VINCULACIÓN DE LOS JÓVENES

Los Jóvenes entre 18 y 22 años han participado en muchas de las implementaciones del programa Retorno a la Alegría, evidenciando que –al menos para el caso de Colombia– son una población que también requiere atención y que de acuerdo con el enfoque de curso de vida se hace necesario incorporar acciones diferenciadas para ellos.

2

CONCEPTOS CLAVE PARA LA IMPLEMENTACIÓN



2

CONCEPTOS CLAVE PARA LA IMPLEMENTACIÓN

EL Programa Retorno a la Alegría requiere que tanto los voluntarios como las demás personas del equipo de los socios implementadores dominen ciertos conceptos clave que les permitirán hacer las adaptaciones guardando los objetivos del programa. A continuación se presentan los conceptos clave para el programa.

1. LA RECUPERACIÓN EMOCIONAL

La recuperación emocional de niños, niñas, adolescentes y jóvenes es el proceso para superar experiencias emocionales traumáticas (desastres naturales, pérdidas de seres queridos o de espacios físicos, conflictos, u otras situaciones) que hayan afectado el bienestar de las personas. Durante la recuperación emocional, se busca restablecer un equilibrio en la salud mental y emocional, promoviendo la capacidad de afrontar y adaptarse a las circunstancias adversas.

Las niñas, niños, adolescentes y jóvenes reaccionan de manera diferente a los adultos ante los traumas y situaciones estresantes. Sus respuestas pueden ser difíciles de detectar. Las niñas y niños más pequeños responden de una manera similar a los adultos (o de otras personas encargadas de su cuidado), por lo que adquieren los miedos y las preocupaciones de los adultos. (Chicago, s.f.)

La recuperación implica brindar apoyo emocional, psicológico y social a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes permitiéndoles expresar sus sentimientos, comprender sus experiencias y aprender estrategias saludables para afrontar el estrés. También puede implicar la reconstrucción de la confianza, la seguridad y el sentido de pertenencia.



2. EMERGENCIAS Y DESASTRES

Una emergencia es una situación que se presenta en forma repentina y requiere de una atención inmediata ya sea porque hay riesgo contra la vida de las personas o porque se requiere atender una situación de vulnerabilidad.

La ley 1523 de 2012 en el artículo 55 define el desastre como “el resultado que se desencadena de la manifestación de uno o varios eventos naturales o antropogénicos no intencionales que al encontrar condiciones propicias de vulnerabilidad en las personas, los bienes, la infraestructura, los medios de subsistencia, la prestación de servicios o los recursos ambientales, causa daños o pérdidas humanas, materiales, económicas o ambientales, generando una alteración intensa, grave y extendida en las condiciones normales de funcionamiento de la sociedad, que exige al Estado y al sistema nacional ejecutar acciones de respuesta, rehabilitación y reconstrucción.” (República de Colombia, 2012)

3. SITUACIONES DE EMERGENCIA POR DESASTRES NATURALES

En el caso de desastres naturales (terremotos, inundaciones, erupciones volcánicas, etc.) el Programa Retorno a la Alegría se puede activar para brindar apoyo emocional y psicosocial a niñas, niños, adolescentes y jóvenes que enfrentan traumas o pérdidas significativas. La intervención se centra en el restablecimiento del bienestar emocional a través de actividades lúdicas y terapéuticas que promueven la expresión y el manejo de emociones.

4. SITUACIONES DE EMERGENCIA POR CONTEXTOS DE VULNERABILIDAD

Cuando la emergencia es generada por conflictos armados, crisis humanitarias, flujos migratorios, etc. El Programa Retorno a la Alegría puede proporcionar apoyo en la recuperación emocional a través del trabajo de recuperación socioemocional brindando esperanza y fortaleciendo las capacidades de resiliencia. Se trabaja para contrarrestar los efectos psicológicos devastadores que estos eventos pueden tener en las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, construyendo un entorno seguro donde puedan procesar sus experiencias y reconstruir la alegría a través de actividades creativas y de apoyo emocional.

5. ENFOQUE DE GÉNERO

El enfoque de género promueve la equidad entre géneros en términos de sus derechos, logro de autonomía y condiciones de vida. Es una manera de hacer que las experiencias y situaciones particulares de las personas, sean un aspecto a tener en cuenta en el desarrollo de las actividades del Programa Retorno a la Alegría, con el fin de que las mujeres y los hombres se beneficien por igual y/o se apporte a disminuir la desigualdad de género.

Este enfoque facilita la garantía de derechos de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes al considerar las brechas y estereotipos que limitan su desarrollo. Hablar de género, implica también hablar de diversidad sexual, pues la brecha en las posibilidades de desarrollo no solo es entre hombres y mujeres, sino también con otros géneros. De acuerdo con los Principios de Yogyakarta (2007), la orientación sexual y la identidad de género son elementos centrales de la dignidad y humanidad de toda persona, por lo que se deben tomar las medidas necesarias para evitar cualquier tipo de discriminación por la diversidad en estas categorías (ICBF, 2023)



6. ENFOQUE DE ÉTNICO



El enfoque étnico es el reconocimiento de grupos humanos con características históricas, sociales y culturales comunes, que se conciben como sujetos colectivos de derechos y a su vez como sujetos individuales. Los derechos colectivos de los grupos indígenas, negros, afrodescendientes, raizales, palenqueros y Rrom o gitanos, en Colombia están establecidos en la Constitución Política de Colombia de 1991.

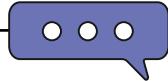
Este enfoque busca vincular a los grupos étnicos en el Programa Retorno a la Alegría, reconociendo sus particularidades y potencialidades. Esto significa adaptar las actividades del programa de acuerdo a las características de cada grupo étnico de acuerdo a su cosmovisión. De manera específica, cuando se elabora la lectura del territorio (como una de las actividades clave de la fase de alistamiento) se sentarán las bases para definir el tipo de adaptación que requiere un territorio específico.

7. ENFOQUE DE DISCAPACIDAD

El propósito de este enfoque es reconocer que las niñas, niños y adolescentes con y sin discapacidad deben participar en condiciones de igualdad y equidad: para ello, es necesario construir escenarios incluyentes, transformar los imaginarios, representaciones sociales, prejuicios y estereotipos, eliminar las barreras, con el fin de garantizar que niñas, niños y adolescentes con discapacidad, tengan derecho a expresar sus opiniones libremente, favoreciendo su participación e incidencia, ofreciendo los apoyos y ajustes razonables que se requieran, para que se posibilite el ejercicio de sus derechos. (ICBF, 2023)

Incorporar este enfoque, supone que las actividades del Programa Retorno a la alegría estén planeadas y ejecutadas permitiendo que todas las niñas, niños y adolescentes con discapacidad puedan compartir los mismos espacios y bajo las mismas condiciones, con todas las personas (incluyendo aquellas sin discapacidad).





De manera específica si hay personas con discapacidad en las sesiones de Retorno a la Alegría se recomienda a los voluntarios:

- Dignificar al participante haciéndole sentir capaz, desde su potencialidad, su suficiencia y en el reconocimiento de sus derechos.
- No emplear términos que tengan connotaciones negativas, como “sufrir”, “sufrimiento”, “víctima” o “discapacitado”. Diga que alguien es “usuario de silla de ruedas”, en lugar de “persona en silla de ruedas” o “confinada a una silla de ruedas”.
- En caso de que una niña, niño, adolescente o joven asista al encuentro sin acompañante, es importante que se valide con él o ella la necesidad real de apoyo. Si acude sin acompañante, puede ser que tenga el nivel de autonomía necesario, por lo tanto no le fuerce a traer acompañantes.
- Si la niña, niño o adolescente llega con un acompañante a los encuentros, se debe recurrir a él o ella para facilitar la comunicación y brindar información y orientación, sin aislar a la persona con discapacidad.
- Utilizar la expresión “personas sin discapacidad”, en lugar de “persona normal” o “persona común”.
- Explorar medios y herramientas pedagógicas necesarias para promover la participación de las personas con discapacidad que permitan el empoderamiento. Se debe fomentar la creación y el fortalecimiento de las capacidades de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes con discapacidad.

Pautas adaptadas de los documentos: (Unidad de Restitución de Tierras, 2019), y (UNICEF & Handicap Internacional, 2017)

8. ENFOQUE DE MOVILIDAD HUMANA

El enfoque de movilidad humana en el Programa Retorno a la Alegría representa una perspectiva integral que busca visibilizar y abordar los desafíos emocionales y psicosociales asociados a los flujos migratorios. Reconociendo que la movilidad humana puede ser causada por diversos factores, como conflictos, persecuciones, desastres naturales o la búsqueda de mejores oportunidades, este enfoque se centra en comprender y atender las experiencias (positivas y negativas) de los niños, niñas y adolescentes que se encuentran en contextos de movilidad.



En lugar de considerar la movilidad humana como un fenómeno aislado, este enfoque reconoce la complejidad de las experiencias migratorias, incluyendo la adaptación a nuevos entornos, la pérdida de redes de apoyo y la exposición a situaciones de vulnerabilidad. El Programa Retorno a la Alegría, mediante actividades específicas y un abordaje sensible, busca fortalecer la resiliencia emocional de esta población en constante movimiento, brindando herramientas que les permitan procesar las transiciones y la construcción de nuevas redes de apoyo.

9. ENFOQUE DE CURSO DE VIDA Y TRANSICIONES ARMÓNICAS:

Este enfoque reconoce que el desarrollo humano es un continuo que ocurre a lo largo de la vida y está determinado por trayectorias, sucesos, hitos, tránsitos, ventanas de oportunidad y efectos acumulativos que generan experiencias vitales particulares que se gestan en los entornos en donde los seres humanos se desarrollan (ICBF, 2023)

En este sentido, el enfoque de curso de vida en el Programa Retorno a la Alegría reconoce la diversidad de experiencias y necesidades que enfrentan las niñas, niños, adolescentes y jóvenes en distintas etapas de su desarrollo. Las afectaciones y los recursos para la resiliencia varían a lo largo de la vida, por lo que fue necesario adaptar las intervenciones para abordar de manera específica las demandas emocionales y cognitivas asociadas con cada grupo de edad.

Para participantes entre 10 y 13 años, el enfoque se centra en actividades lúdicas y expresivas (dibujo, pintura, cuentos, etc.) que estimulen el desarrollo motor, cognitivo y emocional, proporcionando un espacio seguro para que exploren y comprendan sus emociones a través del juego.

Con participantes entre 14 y 17 años, se utilizaron estrategias que fomentan la participación activa, el pensamiento crítico y el fortalecimiento de habilidades socioemocionales, en tanto se enfatiza la importancia de empoderarlos como agentes de cambio en sus comunidades. Incorporamos enfoques educativos que les permitan desarrollar habilidades de liderazgo, toma de decisiones y expresión creativa para abordar sus necesidades específicas.

También se reconoce la participación que en Colombia se ha dado en el Programa con jóvenes mayores de 18 años, y quizás hasta los 21 o 22 años. En muchos casos se utilizan las actividades diseñadas para los adolescentes, pero se espera un nivel más profundo de reflexión por parte de las personas participantes.



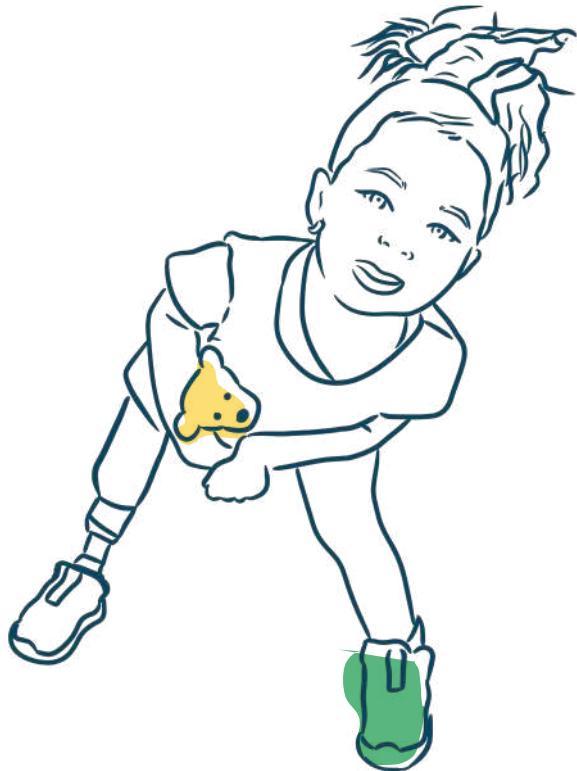
El concepto de transiciones armónicas se refiere a los acontecimientos que ocurren en ciertos períodos de la vida y que están vinculados a cambios en las actividades que se desarrollan, los roles que se asumen y las relaciones que establecen las personas. El concepto ha sido ampliamente utilizado en el sector educativo para referirse a los impactos que se deben mitigar por el cambio de niveles educativos (educación inicial, básica primaria, básica secundaria y media y educación terciaria) sin embargo, las transiciones se dan a lo largo de la vida, aunque en efecto tiene un mayor impacto para las niñas, niños y adolescentes en la etapa escolar.

10. ENFOQUE DE LÚDICO - PEDAGÓGICO

Enfoque lúdico - pedagógico en el Programa Retorno a la Alegría se fundamenta en la premisa de que el juego y la educación son herramientas poderosas para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes, (y también útiles en la andragogía) especialmente en contextos desafiantes como emergencias y crisis humanitarias. Este enfoque integra el juego como una metodología didáctica que va más allá del entretenimiento, siendo una vía efectiva para fomentar el aprendizaje, la expresión emocional y la reconstrucción del tejido social.

Al incorporar estrategias lúdicas y pedagógicas, el programa busca no solo proporcionar momentos de diversión y recreación, sino también establecer un espacio seguro donde los participantes puedan procesar experiencias difíciles, fortalecer habilidades emocionales y cognitivas, y construir resiliencia. A través de juegos adaptados a sus contextos y necesidades, se promueve la participación activa, la creatividad y la comunicación, contribuyendo así a la recuperación emocional y al bienestar psicosocial de los beneficiarios.

Este enfoque reconoce la importancia de la ludo-pedagogía como un catalizador para el desarrollo integral, apoyando a niños, niñas y adolescentes para reconstruir su sentido de normalidad y enfrentar los desafíos de manera proactiva, todo ello enmarcado en un proceso educativo que promueve el respeto, la empatía y la valoración de sus propias voces y experiencias.



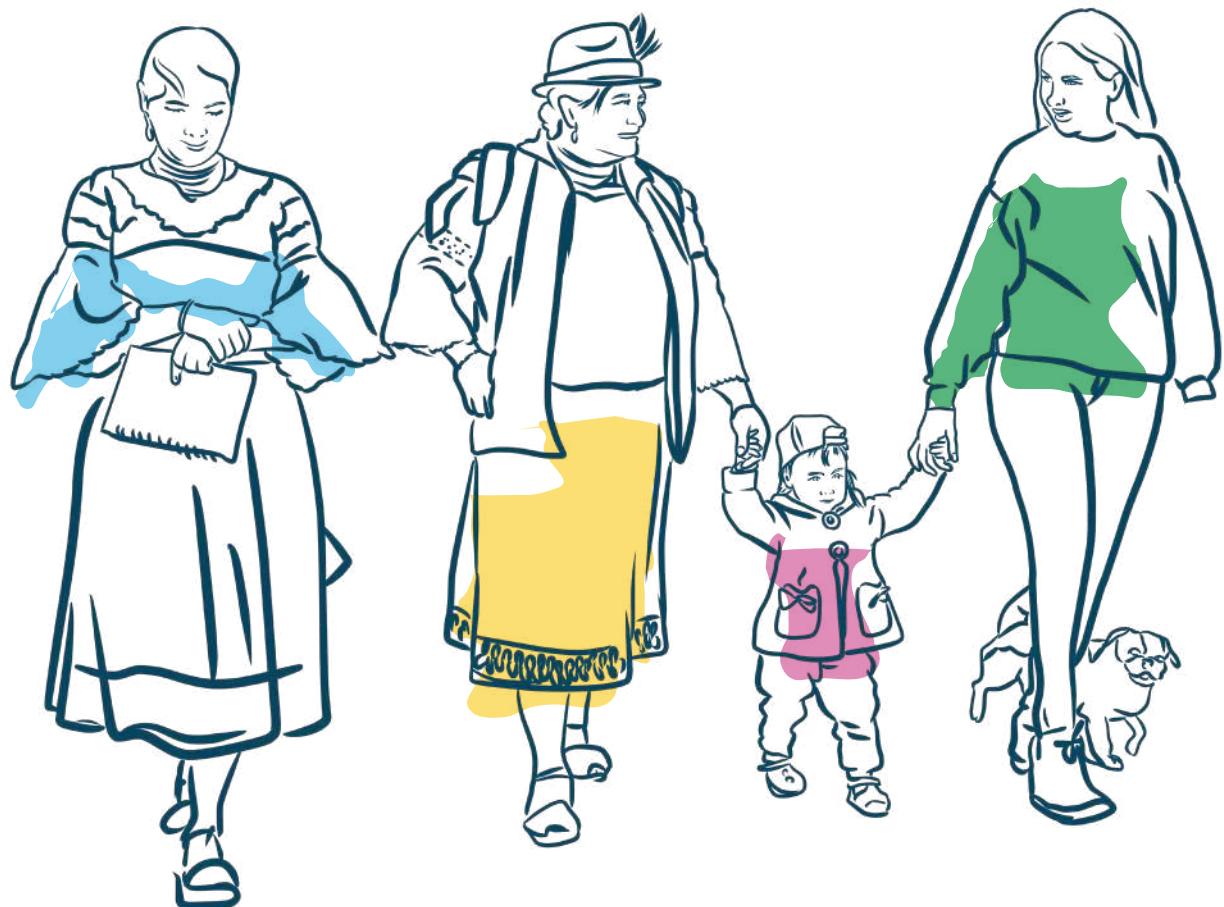
11. LOS ENTORNOS

La Política de Infancia y Adolescencia de Colombia aprobada en 2018 define los entornos como aquellos escenarios en los que las niñas, niños y adolescentes viven, se desarrollan, transitan, edifican sus vidas, y comparten y establecen vínculos y relaciones con la vida social, histórica, cultural y política de la sociedad a la que pertenecen. Los entornos son hogar, educativo, comunitario y espacio público, laboral, institucional y virtual, y en ellos se deben generar condiciones humanas, materiales y sociales que favorezcan el pleno desarrollo de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

Los entornos fortalecidos y orientados a la protección de niñas, niños, adolescentes y jóvenes facilitan: (i) el favorecimiento de condiciones humanas relacionadas con la promoción y el fortalecimiento de características, cualidades y capacidades en las personas que participan de cada entorno; (ii) la configuración de ambientes significativos, seguros y protegidos que posibiliten la interacción y; (iii) la incidencia en las estructuras sobre las cuales se construye la comunidad (instituciones, creencias, economía, política, tecnología, etc.) y que son las encargadas de configurar las condiciones sociales en las que las niñas, niños, adolescentes y jóvenes desarrollan sus vidas.

3

FASES DE IMPLEMENTACIÓN



FASES DE IMPLEMENTACIÓN

I. FASE DE ALISTAMIENTO

- 4 sesiones familiares (cuidadores y niñas, niños y adolescentes).



- 17 sesiones de trabajo con niñas, niños, adolescentes y jóvenes.



- Las sesiones familiares y las sesiones para niñas, niños, adolescentes y jóvenes se organizan en 4 ejes temáticos:

**1 Eje Temático 1
GESTIÓN EMOCIONAL**

**2 Eje Temático 2
HABILIDADES PARA LA VIDA**

**3 Eje Temático 3
RECONOCIMIENTO DE LOS DERECHOS**

**4 Eje Temático 4
ENTORNOS PROTECTORES**

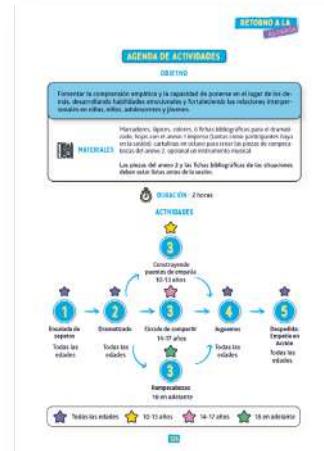
- Implementadas con una duración flexible, según las condiciones del territorio.
- Desarrollo de las sesiones en duplas de voluntarios.

II. FASE DE EJECUCIÓN

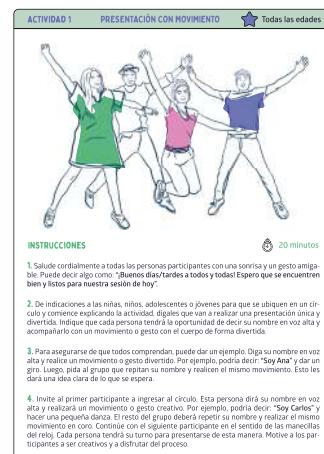
III. FASE DE EVALUACIÓN Y SISTEMATIZACIÓN

Las sesiones tienen la siguiente estructura:

- Una **aproximación conceptual** para preparar a los voluntarios sobre el tema a abordar en cada eje temático y cada sesión.
- Una **agenda de actividades**, que orienta la ruta de cada sesión con actividades diferenciadas para cada uno de los grupos de edad.



• **Instrucciones detalladas para desarrollar cada actividad.**



3

FASES DE IMPLEMENTACIÓN

I. FASE DE ALISTAMIENTO

La fase de alistamiento es el período previo al inicio del acompañamiento, es decir, al trabajo directo de recuperación socioemocional con las niñas, niños, adolescentes y jóvenes a través de las sesiones de los ejes temáticos.

Incluye todas las actividades previas para la organización, coordinación, capacitación, división de los grupos de trabajo y asignación de responsabilidades.

En esta etapa, según el tipo de emergencia y las condiciones de la comunidad se pueden tener los primeros acercamientos con las niñas, los niños, los adolescentes y posiblemente jóvenes que serán integrados al Retorno a la Alegría, organizando actividades recreativas como deportes y juegos al aire libre, sin entrar todavía en las actividades de la recuperación socioemocional. Para esto podrá usarse el Manual de juegos de Retorno a la Alegría.

Esas actividades físicas ayudarán a las niñas niños, adolescentes y jóvenes a liberar las tensiones generadas por la ansiedad, la incertidumbre y el miedo, preparándoles para el proceso con que inicia Retorno a la Alegría.

A su vez el Retorno a la Alegría irá abriendo paso a la educación no formal, donde los niños, niñas y adolescentes se integrarán paulatinamente a actividades educativas, especialmente en aquellos casos en que el desastre ha afectado la infraestructura escolar o se necesite las instalaciones educativas para el alojamiento de las personas afectadas.

La educación no formal permite a los niños, niñas y adolescentes retomar sus actividades cotidianas e integrar a quienes están fuera del sistema escolar facilitando su nivelación gradual, en tanto se reestablecen los servicios formales que se afectaron por cuenta del desastre o la situación aguda de vulnerabilidad.

Por tanto, se recomienda que durante la fase de alistamiento se orienten acciones de recreación, recuperación psicoafectiva, educación no formal y educación formal. Por supuesto, una vez se hayan garantizado los servicios básicos de la comunidad y; atención en salud, nutrición, agua, saneamiento e higiene.

La institución que ejecutará el programa deberá establecer contacto con las distintas organizaciones de base comunitaria presentes donde se realizarán las intervenciones: juntas de vecinos, sociedades de padres, madres y amigos de la escuela, clubes deportivos - culturales, e iglesias. Igualmente con las autoridades locales, las organizaciones no gubernamentales y otras instituciones que puedan colaborar en la recuperación de la comunidad.

Si se instala un Puesto de Mando Unificado PMU), (o sala de manejo de crisis) en el lugar del desastre, el socio implementador debe buscar tener un representante que asista a las reuniones informativas que se realizan ahí, para conocer los avances, dificultades y soluciones, lo que permite intercambiar información sobre el desarrollo del programa y la evolución de las soluciones a la comunidad en crisis. Además evita la duplicidad de esfuerzos y/o funciones y facilita la coordinación interinstitucional.

Es fundamental que para el inicio del programa estén resueltos los problemas de alojamiento de la población evacuada de las zonas de riesgo, así como la alimentación, la disponibilidad de agua potable y los servicios médicos de urgencia. Es decir, que dentro de la situación de emergencia y desastre, la comunidad haya alcanzado una cierta estabilidad en la satisfacción de las necesidades básicas.



Las principales actividades que se desarrollan en esta fase son:

- i. Organizar el equipo técnico de socio implementador – Roles y funciones
- ii. Selección de las y los voluntarios
- iii. Realizar la lectura del contexto (adaptar Retorno a la Alegría)
- iv. Proceso de formación inicial

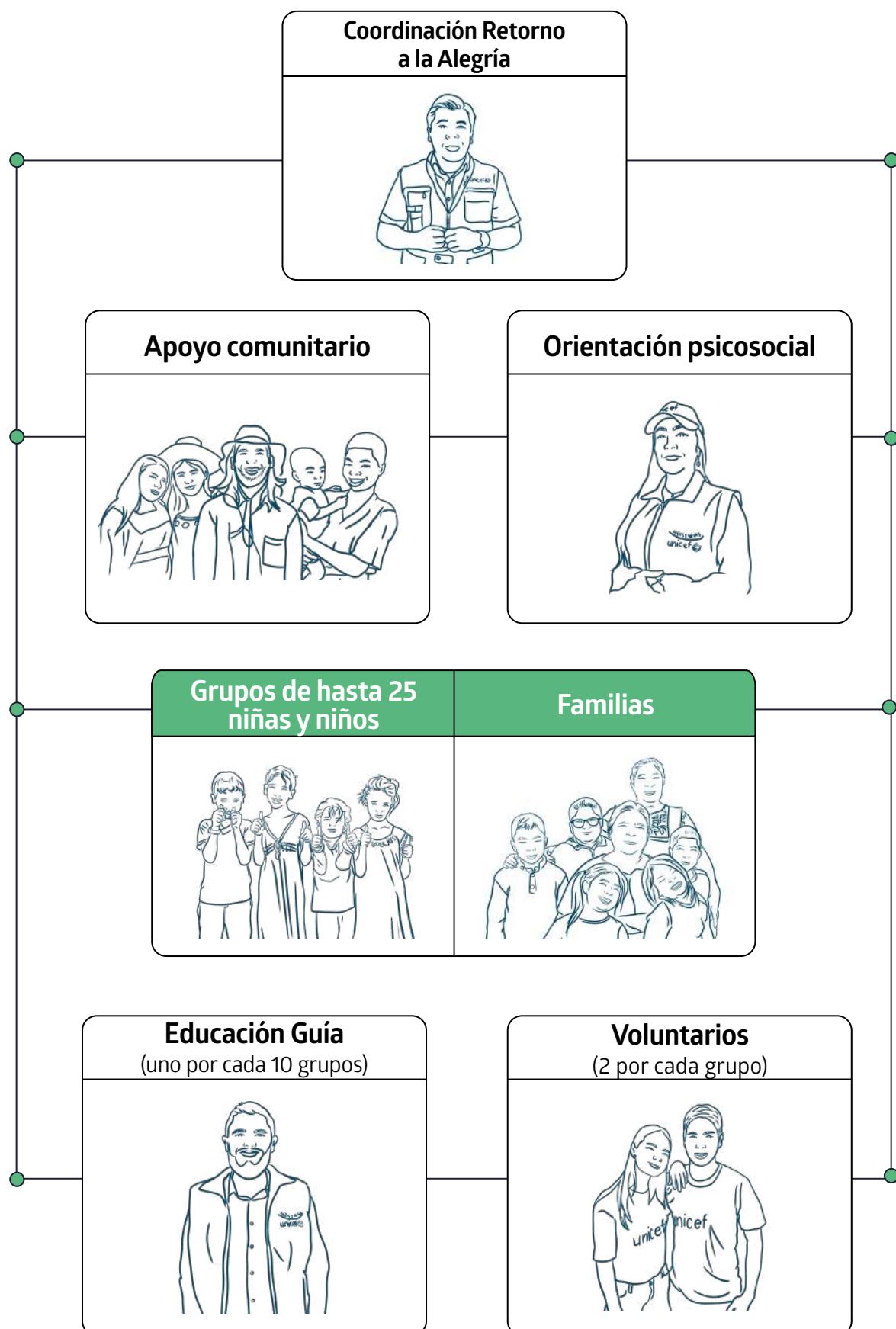
I. ORGANIZAR EL EQUIPO TÉCNICO DE SOCIO IMPLEMENTADOR

ROLES Y FUNCIONES

El socio implementador designará un coordinador o coordinadora, responsable de la implementación del programa y de la coordinación tanto del equipos de trabajo, como de las relaciones con la comunidad y la coordinación con demás entidades, organizaciones públicas y privadas que están acompañando la emergencia. Es importante reconocer que Retorno a la Alegría no es la única intervención en el territorio y que por tanto es necesario coordinar con las demás organizaciones públicas y privadas que están atendiendo la situación de emergencia.

El equipo recomendado para la implementación es amplio y diverso, conformado por personas del socio implementador así como personas de la comunidad. En la medida de lo posible se buscará incorporar todos los roles, sin embargo, de no ser posible se deben garantizar los roles mínimos necesarios para la implementación de Retorno a la Alegría (coordinación, orientación psicosocial, voluntarios).

Estructura para la implementación



Coordinación de Retorno a la Alegría

Es la persona encargada de la implementación del Programa. Debe coordinar las acciones tanto al interior del equipo como con las organizaciones presentes en la comunidad. Supervisa al equipo interno del socio implementador para determinar que la implementación avanza como se espera.

Sus principales funciones son:

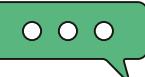


- Realizar la lectura del contexto.
- Establecer las principales adaptaciones de la metodología, determinando el tiempo de intervención, adaptando el orden y la cantidad de sesiones y determinando la necesidad de trabajar temas específicos que no estén en las sesiones de trabajo del manual del voluntario.
- Coordinar el proceso de formación de voluntarios, educadores guía y los demás roles.
- Con el apoyo de Educadores Guías, organizar las parejas de voluntarios/as y los grupos de niños, niñas, adolescentes y jóvenes por edad.
- Con el apoyo de Educadores Guías y miembros de la comunidad, ubicar los espacios para desarrollar las actividades con niñas, niños, adolescentes y jóvenes por edad.
- Supervisar la conformación de los grupos de hasta 25 participantes según el grupo de edad.
- Hacer un calendario semanal de las sesiones y coordinar las actividades de los voluntarios.
- Entregar los materiales necesarios para la realización de las sesiones en cada grupo.
- Organizar reuniones semanales con Educadoras/es Guías para coordinación y supervisión de las actividades.
- Generar alertas y activar rutas de atención en caso de identificar actividades de vulneración de derechos.
- Coordinar la atención con otras organizaciones presentes en el territorio.
- Sistematizar toda la información del proceso de implementación, proporcionada por los voluntarios.

Apoyo comunitario

Son padres, madres, cuidadores, personas de la comunidad, o grupos comunitarios, que acompañan y apoyan el desarrollo del programa.

Sus principales funciones son:

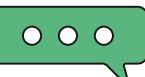


- Apoyar la presentación del programa a la comunidad.
- Acompañar y dar soporte en las actividades desarrolladas por los voluntarios en las sesiones con las niñas, niños, adolescentes y jóvenes y las sesiones familiares.
- Apoyar la consecución del lugar de trabajo para la realización de las sesiones, procurando lugares seguros para los participantes.
- Apoyar con la preparación o consecución de alimentos o refrigerios para los participantes cuando se requiera.

Orientación psicosocial

Son profesionales de psicología o de trabajo social, preferiblemente con especialidad en terapia/atención familiar y/o psicología infantil. Es preferible que sean o residan en la región donde se está atendiendo la emergencia o en una comunidad cercana.

Sus principales funciones son:

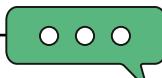


- Coordinar y organizar el proceso de formación de voluntarios.
- Asesorar a la coordinador/a en la implementación del programa, especialmente en la adaptación, es decir, los ajustes en las actividades, frecuencia, intensidad y duración.
- Acompañar a los educadores Guías en la implementación del programa.
- Liderar las reuniones semanales con los voluntarios y los educadores guía.
- Desarrollar con el apoyo de los voluntarios los talleres para las familias (padres, madres, cuidadores y/o referentes).
- Acompañar algunas sesiones para observar directamente a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, y formular recomendaciones a los voluntarios.
- Activar rutas de atención cuando se identifiquen vulneraciones de derechos.
- Recomendar las visitas domiciliarias al grupo de educación guía cuando lo considere necesario.
- Realizar primeros auxilios emocionales y actividades de autocuidado a voluntarios.

Educador guía

- Los educadores/as guía son preferiblemente docentes de las escuelas y colegios o alguna persona de la comunidad que pueda acompañar al equipo de voluntarios. Pueden ser orientadores/as escolares, psicólogas/os sociales, trabajadoras/es sociales, estudiantes avanzados de estas disciplinas, que hayan participado en el proceso de formación en la metodología Retorno a la Alegría.
- Deben tener facilidad de comunicación con los voluntarios, conocer la comunidad y sus hábitos culturales y de preferencia residir en la zona a donde se vaya a implementar Retorno a la Alegría. Si este rol no existiera sus funciones las debe asumir la orientación psicosocial, adaptando la cantidad de grupos según la cantidad de personas.

Sus principales funciones son:

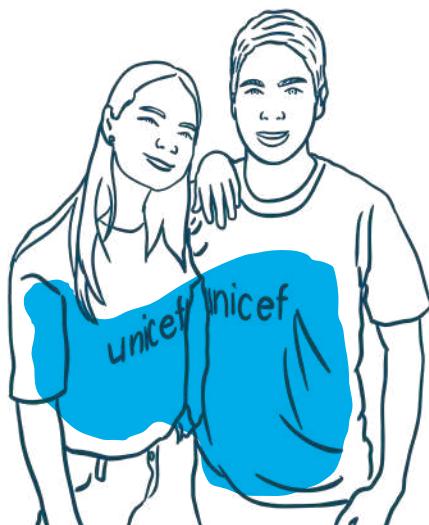


- Apoyar a la coordinación en todas las actividades relacionadas con el desarrollo de las sesiones con las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, así como en las sesiones familiares.
- Apoyar y supervisar las sesiones desarrolladas por los voluntarios de acuerdo con la adaptación metodológica que se realice.
- Supervisar que los voluntarios mantengan actualizadas sus bitácoras campo, para el proceso de gestión del conocimiento.
- Recoger las fichas de observación de signos y síntomas debidamente completadas.
- Participar en reuniones semanales con orientación psicosocial y las y los voluntarios para evaluar avances, programa de trabajo de la semana siguiente y necesidades de formación y refuerzo.
- Participar en los talleres de formación y fortalecimiento de voluntarios.
- Participar de las sesiones de autocuidado a voluntarios.
- Transmitir las inquietudes y dificultades surgidas a la coordinación, especialmente las alertas relacionadas con vulneraciones de derechos.



Las y los voluntarios

- Son adolescentes y jóvenes de 15 años en adelante que se encargan de desarrollar las sesiones de trabajo con las niñas, niños adolescentes y jóvenes y acompañan las sesiones familiares.
- Trabajan en pareja (dupla preferiblemente un hombre y una mujer) y tienen a cargo hasta 25 niñas, niños adolescentes o jóvenes en un grupo. Las personas que son voluntarios se entrenarán y deben tener una buena reputación reconocida por la comunidad.
- Es ideal residan en la misma zona que el grupo de personas, con que van a trabajar para eliminar problemas de facilidad de acceso y transporte.



Las actividades centrales que van a desarrollar son:

- Realizar el censo, si es necesario.
- Realizar las sesiones con grupos de niñas, niños, adolescentes y jóvenes de acuerdo al Manual del Voluntario y las adaptaciones que se hayan realizado.
- Reportar (a educadores guía y/u orientación psicosocial) los problemas que identifique con las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.
- Prestar orientación y ayuda a los niños y niñas que tienen problemas.
- Llenar las fichas de Observación de Signos y Síntomas de niñas y niños, y entregarla a su Educador/a Guía.
- Acompañar el desarrollo de las sesiones familiares.
- Participar en todo el proceso de formación (formación inicial, fortalecimiento de capacidades y acompañamiento)
- Participar de las sesiones de autocuidado a voluntarios.
- Transmitir a los educadores guía o a orientación psicosocial las inquietudes y dificultades surgidas, especialmente las alertas relacionadas con vulneraciones de derechos.

II. SELECCIÓN DE LAS Y LOS VOLUNTARIOS

El socio implementador elaborará una ficha de inscripción de voluntarias y voluntarios para seleccionar participantes de acuerdo a los perfiles establecidos. La ficha incluirá datos personales (nombre, edad, dirección, teléfono, etc.), datos sobre formación, experiencia y motivación. Realizará un proceso de selección para elegir de los mejores candidatos aquellos que serán las y los voluntarios y dejará una lista de reserva para posibles reemplazos que se requieran.



III. LECTURA DEL CONTEXTO

En el proceso de alistamiento del Programa Retorno a la Alegría, se requiere realizar un análisis del contexto, que resulta fundamental para comprender el entorno local y establecer bases sólidas para la implementación exitosa. Este análisis se enfoca en establecer colaboraciones significativas con la alcaldía local y otras entidades públicas y privadas para asegurar la integración efectiva con las iniciativas existentes.

Esto implica comprender la situación socioeconómica, las condiciones de vida y las infraestructuras disponibles en la comunidad afectada. Además, identificar y mapear las organizaciones ya presentes en la emergencia es esencial para evitar duplicidad de esfuerzos y fomentar colaboraciones efectivas. Conocer las dinámicas comunitarias y las relaciones existentes ayudará a contextualizar mejor las intervenciones planificadas.

Especificamente la lectura del contexto podrá abordar algunas de las siguientes preguntas:

En contextos de emergencia

- ¿Cómo han evolucionado las condiciones desde el inicio de la crisis?
- ¿Existen factores subyacentes que podrían complicar la recuperación?
- ¿Cuáles son las percepciones y necesidades específicas de la población afectada?
- ¿Qué organizaciones ya están presentes en la emergencia y qué roles desempeñan?
- ¿Cuáles son los actores clave en la comunidad y cómo se relacionan entre sí?

- ¿Existen líderes comunitarios o figuras clave que deban ser consultados?
- ¿Existen colaboraciones previas entre organizaciones que podrían aprovecharse?
- ¿Cuáles son los recursos humanos disponibles para implementar el programa?
- ¿Existe infraestructura logística para apoyar la implementación?
- ¿Cómo puede adaptarse el programa “Retorno a la Alegría” para abordar las necesidades específicas generadas por la emergencia?
- ¿Qué cambios son necesarios para garantizar la relevancia y eficacia del programa en este contexto particular?
- ¿Cómo afecta la emergencia a mujeres, hombres, niñas y niños de manera diferente?
- ¿Existen desafíos específicos relacionados con el género, etnia, discapacidad, migración, etc., que deben abordarse en el programa?

En contextos de vulnerabilidad

- ¿Cuáles son las principales causas de la vulnerabilidad en la comunidad?
- ¿Cómo han evolucionado las condiciones socioeconómicas en la comunidad?
- ¿Qué niveles de acceso existen a servicios básicos como agua, saneamiento, electricidad y atención médica?
- ¿Cuáles son las percepciones y necesidades específicas de la población afectada?
- ¿Qué organizaciones ya están trabajando en la comunidad y cuál es su impacto?
- ¿Quiénes son los actores clave en la comunidad y cómo se relacionan entre sí?
- ¿Existen desafíos específicos relacionados con género, etnia, discapacidad, migración, etc., que deben abordarse?
- ¿Qué estrategias se pueden implementar para asegurar la sostenibilidad y resiliencia de la comunidad?
- ¿Cómo puede adaptarse el programa “Retorno a la Alegría” para abordar las necesidades específicas de la comunidad en un contexto de vulnerabilidad?
- ¿De qué otros programas o iniciativas se puede asociar la metodología de Retorno a la Alegría para potenciar sus efectos?

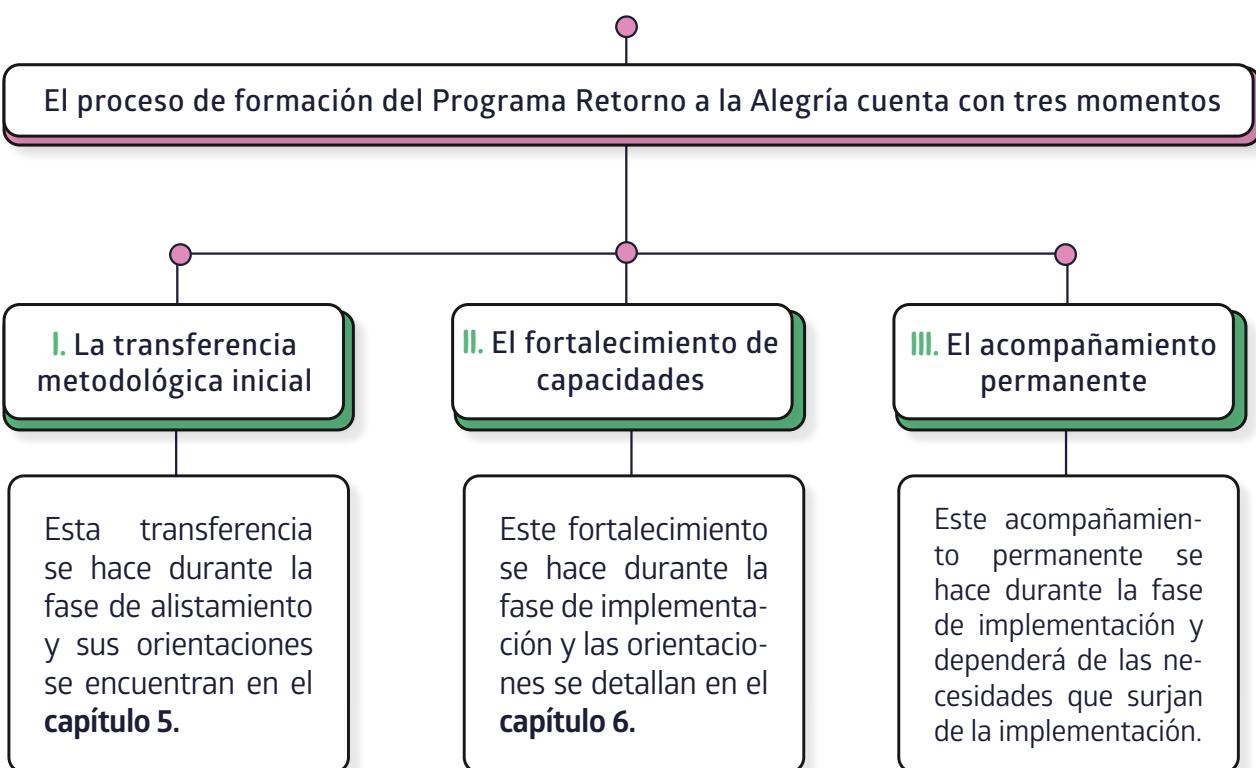
Estas preguntas son indicativas y pueden adaptarse según las necesidades específicas de cada situación. Se pueden utilizar otras preguntas o combinar elementos de las preguntas sugeridas tanto para emergencias como para contextos de vulnerabilidad, asegurando una evaluación comprensiva y ajustada a la realidad de la comunidad afectada.

Toda esta información es fundamental para hacer las adaptaciones necesarias para una adecuada implementación de Retorno a la Alegría. La lectura del contexto debe condensarse en un documento de dos capítulos:

El capítulo 1: Lectura de contexto con extensión entre tres y cinco páginas,

El capítulo 2: Adaptaciones de Retorno a la Alegría donde se condensarán los ajustes que tendrá el programa en una o dos páginas.

IV. PROCESO DE FORMACIÓN A PERSONAS VOLUNTARIAS Y OTROS ACTORES



V. LA TRANSFERENCIA METODOLÓGICA INICIAL

La transferencia metodológica inicial comprende un taller de capacitación de tres días de duración, donde participarán todas las personas que desempeñarán cualquier rol previsto en el programa: coordinación, psicología, educador/a guía y/o voluntarios.

Este primer taller se realizará preferiblemente en un lugar en el que las y los participantes puedan alojarse y disponga de espacios para la formación. El objetivo de este primer taller es transferir la metodología de Retorno a la Alegría, tanto en sus elementos conceptuales como en las actividades prácticas que se desarrollarán. Así mismo, se entrenarán a todas las personas, en las funciones pertinentes al rol que desempeñarán dentro del programa y especialmente a los voluntarios en el manejo de los grupos de niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

En el capítulo 5 se presenta una propuesta de agenda y actividades que puede ser adaptada por cada socio implementador según las condiciones de la operación evaluadas en la lectura del contexto y la cantidad de participantes.

II. FASE DE EJECUCIÓN

I. CONSTRUCCIÓN DEL CRONOGRAMA DE IMPLEMENTACIÓN

Con base en la lectura del contexto el socio implementador definirá el alcance de la implementación y por tanto el cronograma que se seguirá. La construcción de este cronograma implica lo siguiente:

1. Definir el tiempo total de la implementación.
2. Definir la cantidad de sesiones con niños niñas, adolescentes y jóvenes que se realizarán. Como ya se indicó la metodología es flexible y se pueden realizar más o menos sesiones de las 17 previstas por la metodología de acuerdo con las necesidades del territorio.
3. Definir la periodicidad de las sesiones. Pueden ser varias a la semana, una semanal cada 15 días, etc. Se recomienda que en etapas agudas de la emergencia la frecuencia de las sesiones sea más reducida, es decir que pase poco tiempo entre sesión y sesión. En contextos de vulnerabilidad la frecuencia puede ser mayor.
4. Definir cuando se realizarán las sesiones familiares.
5. Definir cuando se realizarán las sesiones de fortalecimiento de capacidades de las personas voluntarias.

Este cronograma, así como sus modificaciones, debe ser conocido por todos los actores.

Ejemplo de un cronograma con un plazo de implementación de 10 meses y sesiones quincenales. **En el anexo 1** encontrará una plantilla que podrá usar.

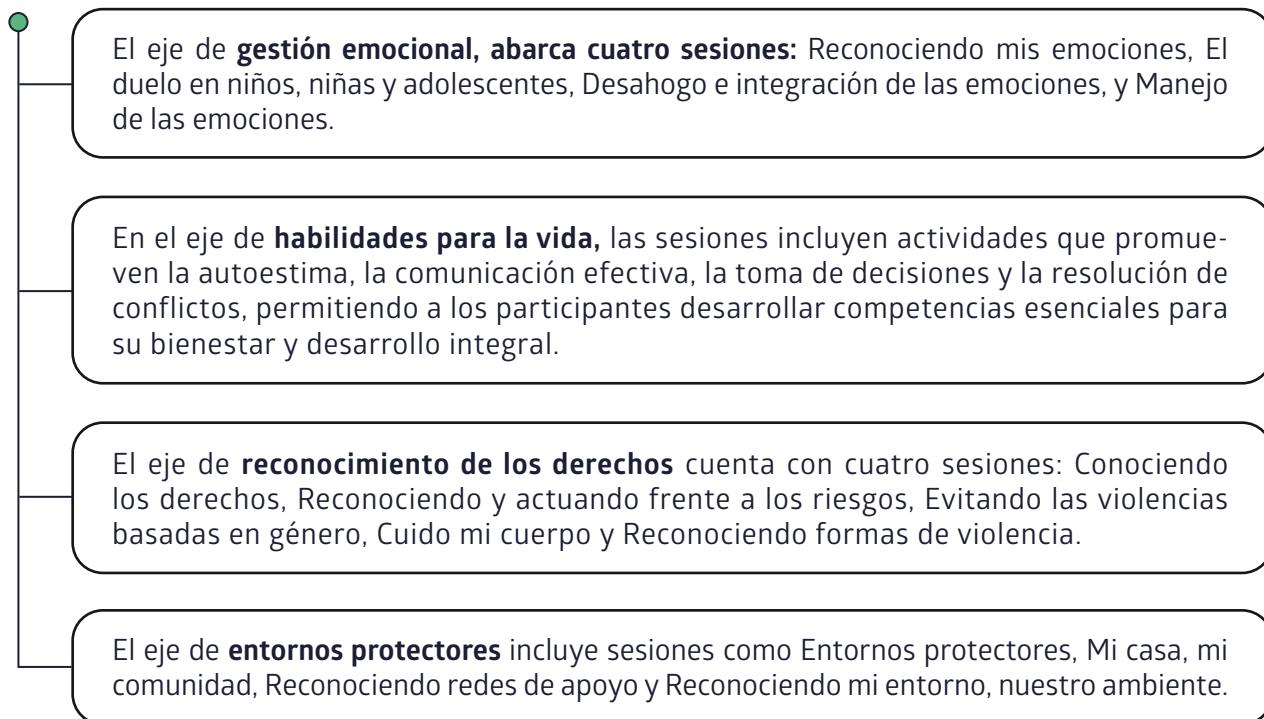
Fase	Actividad	Mes 1				Mes 2				Mes 3				Mes 4				Mes 5				Mes 6				Mes 7				Mes 8				Mes 9				Mes 10					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4						
Aislamiento	Actividades de alistamiento																																										
Implementación	Construcción del cronograma de implementación																																										
Implementación	Sesiones con niñas, niños y adolescentes					1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14		15		16		17					
Implementación	Sesiones con familias							1			2			3			4			5			6			7			8			9			10			11					
Implementación	Sesiones de fortalecimiento de capacidades							1				2			3			4			5			6			7			8			9			10			11				
Implementación	Sesiones de acompañamiento a voluntarios							1				2			3			4			5			6			7			8			9			10			11				
Evaluación	Actividades de evaluación y sistematización																																										

II. DESARROLLO DE SESIONES CON LAS NIÑAS, NIÑOS, ADOLESCENTES Y JÓVENES

De acuerdo con lo definido en el cronograma, se deberán realizar las sesiones de trabajo con las niñas, niños, adolescentes y jóvenes teniendo como base las orientaciones metodológicas que están definidas en Manual del Voluntario.

Durante el desarrollo de estas sesiones se deberá diligenciar la bitácora para la gestión del conocimiento, como un instrumento importante que le permitirá a las personas voluntarias:

- i. Llevar el control de las sesiones de trabajo con cada grupo.
- ii. Recoger observaciones del desempeño del grupo.
- iii. Recoger modificaciones metodológicas que se han hecho.



III. DESARROLLO DE SESIONES CON FAMILIAS

De acuerdo con lo definido en el cronograma, se deberán realizar las sesiones de trabajo con las familias de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes participantes en el programa. La metodología para el desarrollo de estas sesiones se encuentra en el capítulo 4 de esta guía.

IV. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

La metodología de Retorno a la Alegría cuenta con dos instrumentos para recoger información tanto de las y los participantes como del proceso que se lleva a cabo en las sesiones de trabajo. **Estos instrumentos son la ficha de signos y síntomas y la bitácora**

A. Ficha de signos y síntomas

La ficha de signos y síntomas es un instrumento para documentar y monitorear comportamientos y manifestaciones físicas de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes que pueden indicar problemas emocionales, psicológicos. Esta ficha permite a los voluntarios observar y registrar de manera consistente cualquier signo o síntoma que pueda ser indicativo de malestar, enfermedad o trastorno en las y los participantes. Los signos pueden incluir alteraciones en el sueño, cambios en el apetito, manifestaciones de miedo o ansiedad, y comportamientos agresivos o autodestructivos. La ficha también puede registrar síntomas físicos, como fiebre, moretones inexplicables, que podrían sugerir abuso físico u otras condiciones de salud.

La ficha de signos y síntomas debe ser entregada al coordinador de Retorno a la Alegría una vez completada, o cuando se identifique alguna alteración, ya que su principal objetivo es identificar alertas tempranas de posibles problemas en las y los participantes. Es fundamental que las y los voluntarios reconozcan que su rol es observar y registrar de manera precisa la información, pero que el análisis y la intervención deben ser realizados por expertos capacitados en salud mental y emocional. De este modo, aseguramos que cualquier persona que muestre signos de preocupación sea remitido y reciba la atención especializada y adecuada que necesita.

La ficha signos y síntomas cuenta con espacios para realizar tres observaciones, para lo cual los voluntarios definirán los tres momentos en los que se hará la observación y registrarán la información en el formato correspondiente. Se recomienda que en cada sesión se hagan observaciones de cierto número de participantes, de manera que en todas las sesiones se pueda observar a algunos participantes y no se acumule la observación de todos en una sola sesión. Es decir, en una sesión se pueden observar 5 niñas, niños, adolescentes y jóvenes y en la siguiente otros 5 diferentes, de esta manera se distribuye la tarea de observación.

En el anexo 2 se encuentra la ficha de signos y síntomas que se utilizará en la metodología de Retorno a la Alegría.

ANEXO 2 FICHA DE SIGNOS Y SÍNTOMAS	RETORNO A LA ALEGRÍA																				
<p>Departamento: _____ Municipio: _____</p> <p>Número de teléfono: _____</p> <p>Número del participante:</p> <p>Sexo: <input checked="" type="checkbox"/> Hembra <input type="checkbox"/> Varón <input type="checkbox"/> No soy posible discriminar <input type="checkbox"/></p> <p>Fecha de nacimiento: _____ Dirección: _____</p> <p>Número de padres, madres o cuidador principal: _____</p>																					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white;">SIGNOS Y SÍNTOMAS</th> <th style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white;">SOPORTES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Presente dificultad para jugar, dormir, leer, concentrarse o interactuar con sus actividades. Presente desinterés en el rendimiento escolar, falta de interés en el aprendizaje, poca motivación para seguir las lecciones. Se muestra aislado, se involucra malo con la otra gente con actos perjudiciales. Presenta falta de interés e incapacidad para participar en juegos y actividades grupales. Se resiente de las actividades en el mundo exterior para tener pensamientos y sentimientos negativos, sombríos, tristes, tristeza. Se muestra desinterés en el ambiente del aula o de los grupos familiares, amigos, vecinos, etc. Tiene falta de apetito, come poco o no come o ha presentado cambios drásticos en el peso. Presenta aislamiento y evita interactuar o relacionarse con otros (sujeto retraído, tímido, etc.). Se muestra desinterés, se inhibe o tiene miedo de interactuar. Se muestra desinterés en actividades o recreación en su medio. Presenta miedo a las personas, miedos persistentes, desconfianza, temor, fobia, ataques. </td> </tr> </tbody> </table>		SIGNOS Y SÍNTOMAS	SOPORTES	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		Presente dificultad para jugar, dormir, leer, concentrarse o interactuar con sus actividades. Presente desinterés en el rendimiento escolar, falta de interés en el aprendizaje, poca motivación para seguir las lecciones. Se muestra aislado, se involucra malo con la otra gente con actos perjudiciales. Presenta falta de interés e incapacidad para participar en juegos y actividades grupales. Se resiente de las actividades en el mundo exterior para tener pensamientos y sentimientos negativos, sombríos, tristes, tristeza. Se muestra desinterés en el ambiente del aula o de los grupos familiares, amigos, vecinos, etc. Tiene falta de apetito, come poco o no come o ha presentado cambios drásticos en el peso. Presenta aislamiento y evita interactuar o relacionarse con otros (sujeto retraído, tímido, etc.). Se muestra desinterés, se inhibe o tiene miedo de interactuar. Se muestra desinterés en actividades o recreación en su medio. Presenta miedo a las personas, miedos persistentes, desconfianza, temor, fobia, ataques.															
SIGNOS Y SÍNTOMAS	SOPORTES																				
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>																					
Presente dificultad para jugar, dormir, leer, concentrarse o interactuar con sus actividades. Presente desinterés en el rendimiento escolar, falta de interés en el aprendizaje, poca motivación para seguir las lecciones. Se muestra aislado, se involucra malo con la otra gente con actos perjudiciales. Presenta falta de interés e incapacidad para participar en juegos y actividades grupales. Se resiente de las actividades en el mundo exterior para tener pensamientos y sentimientos negativos, sombríos, tristes, tristeza. Se muestra desinterés en el ambiente del aula o de los grupos familiares, amigos, vecinos, etc. Tiene falta de apetito, come poco o no come o ha presentado cambios drásticos en el peso. Presenta aislamiento y evita interactuar o relacionarse con otros (sujeto retraído, tímido, etc.). Se muestra desinterés, se inhibe o tiene miedo de interactuar. Se muestra desinterés en actividades o recreación en su medio. Presenta miedo a las personas, miedos persistentes, desconfianza, temor, fobia, ataques.																					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white;">SÍNTOMAS</th> <th style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white;">VERIFICACIÓN</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="2"> Presenta signos de dolor muscular o óseo durante más de 15 días, que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso. </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Presenta signos de dolor abdominal intenso, persistente o recurrente, que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso. </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Presenta signos de fatiga excesiva que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso. </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Se resiente de la necesidad de dormir más de lo normal, más de 9 horas, o tiene que usar estimulantes para dormir bien. </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Muestra signos de alucinación, alucinaciones visuales o auditivas, ideas de que las personas o las cosas están cambiando, o que las personas o cosas no existen. </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Se resiente de la necesidad de dormir más de lo normal, más de 9 horas, o tiene que usar estimulantes para dormir bien. </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Fecha de la observación 1: _____ Nombre: _____ Fecha de la observación 2: _____ Nombre: _____ Fecha de la observación 3: _____ Nombre: _____ </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> Nombre de la persona observante 1: _____ Nombre de la persona observante 2: _____ </td> </tr> <tr> <td colspan="2"> <small>Esta ficha debe ser revisada y entregada al coordinador de Retorno a la Alegría al día siguiente y se devolverá en una ocasión determinada por parte de éste.</small> </td> </tr> </tbody> </table>		SÍNTOMAS	VERIFICACIÓN	Presenta signos de dolor muscular o óseo durante más de 15 días, que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso.		Presenta signos de dolor abdominal intenso, persistente o recurrente, que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso.		Presenta signos de fatiga excesiva que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso.		Se resiente de la necesidad de dormir más de lo normal, más de 9 horas, o tiene que usar estimulantes para dormir bien.		Muestra signos de alucinación, alucinaciones visuales o auditivas, ideas de que las personas o las cosas están cambiando, o que las personas o cosas no existen.		Se resiente de la necesidad de dormir más de lo normal, más de 9 horas, o tiene que usar estimulantes para dormir bien.		Fecha de la observación 1: _____ Nombre: _____ Fecha de la observación 2: _____ Nombre: _____ Fecha de la observación 3: _____ Nombre: _____		Nombre de la persona observante 1: _____ Nombre de la persona observante 2: _____		<small>Esta ficha debe ser revisada y entregada al coordinador de Retorno a la Alegría al día siguiente y se devolverá en una ocasión determinada por parte de éste.</small>	
SÍNTOMAS	VERIFICACIÓN																				
Presenta signos de dolor muscular o óseo durante más de 15 días, que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso.																					
Presenta signos de dolor abdominal intenso, persistente o recurrente, que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso.																					
Presenta signos de fatiga excesiva que no mejoran con el uso de medicamentos o descanso.																					
Se resiente de la necesidad de dormir más de lo normal, más de 9 horas, o tiene que usar estimulantes para dormir bien.																					
Muestra signos de alucinación, alucinaciones visuales o auditivas, ideas de que las personas o las cosas están cambiando, o que las personas o cosas no existen.																					
Se resiente de la necesidad de dormir más de lo normal, más de 9 horas, o tiene que usar estimulantes para dormir bien.																					
Fecha de la observación 1: _____ Nombre: _____ Fecha de la observación 2: _____ Nombre: _____ Fecha de la observación 3: _____ Nombre: _____																					
Nombre de la persona observante 1: _____ Nombre de la persona observante 2: _____																					
<small>Esta ficha debe ser revisada y entregada al coordinador de Retorno a la Alegría al día siguiente y se devolverá en una ocasión determinada por parte de éste.</small>																					

B. La bitácora de actividades

La bitácora de actividades es una herramienta para que las y los voluntarios registren el desarrollo de cada sesión del programa. Esta bitácora permitirá documentar las actividades realizadas, las reacciones y el comportamiento de los participantes (niñas, niños, adolescentes y jóvenes), las modificaciones realizadas a las sesiones y/o cualquier evento significativo que ocurra durante las sesiones. A través de estos registros, se podrán identificar patrones, evaluar la efectividad de las actividades y detectar áreas de mejora, asegurando que cada sesión contribuya positivamente al bienestar de los participantes.

Además, la bitácora de actividades será fundamental para la fase de evaluación y sistematización de la metodología Retorno a la Alegría. Al mantener un registro continuo y estructurado, los coordinadores y demás equipo implementador podrán analizar de manera objetiva el desarrollo de la implementación y tomar decisiones informadas para futuras intervenciones.

Esta bitácora no solo servirá como un archivo de las actividades, sino que también será una herramienta de aprendizaje y mejora continua, garantizando que el programa evolucione y se adapte a las necesidades específicas de los participantes.

La bitácora de actividades se diligencia por cada sesión de trabajo y recolecta 4 datos: Nombre de la sesión y fecha en la que se realizó, una descripción breve de cómo se realizó la sesión, si hubo alguna situación especial que requiera ser contada, y modificaciones metodológicas que en caso que se haya realizado algún cambio en la metodología propuesta.

La bitácora de seguimiento es un cuadernillo externo para los voluntarios/as.



V. SESIONES DE FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES A LAS Y LOS VOLUNTARIOS

Dado que las y los voluntarios son adolescentes y jóvenes, y que no necesariamente tienen todas las herramientas para abordar las complejidades de la atención, se ha ideado un programa de seis sesiones de talleres que deberán ser dictados por el equipo profesional del socio implementador. El objetivo de estos talleres es proporcionar a las personas voluntarias una base sólida de conocimientos clave, habilidades blandas esenciales y técnicas para facilitar talleres de manera efectiva.



VI. ENCUENTROS DE SEGUIMIENTO ENTRE EL EQUIPO DE PROFESIONALES DEL SOCIO IMPLEMENTADOR Y VOLUNTARIOS

Los encuentros de seguimiento semanales entre el equipo de profesionales del socio implementador y los/las voluntarios son fundamentales para asegurar la calidad y coherencia de la metodología Retorno a la Alegría. Estos encuentros proporcionan una plataforma para evaluar y sistematizar las experiencias y resultados obtenidos en las sesiones, permitiendo un aprendizaje continuo tanto para los voluntarios como para los profesionales. Durante estas reuniones, se revisarán los registros de la bitácora de seguimiento, se analizarán las dinámicas grupales y el progreso de los participantes, y se compartirán observaciones y sugerencias para mejorar las actividades.

Además de la evaluación, estos encuentros son una oportunidad para reforzar conocimientos y prácticas entre las y los voluntarios. A través de discusiones guiadas, retroalimentación constructiva y capacitación continua, los voluntarios podrán perfeccionar sus habilidades y técnicas para la facilitación de sesiones. Asimismo, estos encuentros permiten identificar de manera temprana cualquier aspecto que no esté funcionando adecuadamente, brindando la oportunidad de implementar correcciones rápidas y efectivas. Así, se garantiza que el programa mantenga su efectividad y relevancia, adaptándose continuamente a las necesidades de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes participantes.

III. FASE DE EVALUACIÓN Y SISTEMATIZACIÓN

I. IDENTIFICAR Y REGISTRAR AJUSTES REALIZADOS A LA METODOLOGÍA

Como se ha mencionado antes, la metodología es flexible, pero se requiere documentar cualquier ajuste realizado a la misma durante la implementación de Retorno a la Alegría.

Estos registros deben incluir detalles sobre qué cambios se hicieron con base en la lectura del contexto, por qué fueron necesarios, y cómo impactaron las sesiones y a los participantes. También se requiere identificar los ajustes que realizan las y los voluntarios durante el desarrollo de las sesiones y que se plasman en la bitácora de actividades.

Esta información permitirá comprender la flexibilidad y adaptabilidad de la metodología, así como identificar prácticas que pueden ser formalizadas para futuras aplicaciones.



II. EVALUAR LOS RESULTADOS DE LA IMPLEMENTACIÓN DE RETORNO

La evaluación de resultados de la implementación de la metodología debe llevarse a cabo de manera sistemática, utilizando tanto datos cuantitativos e información cualitativa. Esto incluye la revisión de los registros de las sesiones, las fichas de signos y síntomas, la bitácora de actividades y las sesiones de acompañamiento con las y los voluntarios. Se deben analizar los resultados en los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, así como en los voluntarios. La evaluación debe considerar la efectividad de las actividades, la participación de los asistentes y el logro de los objetivos planteados.

III. SISTEMATIZAR APRENDIZAJES

La sistematización de aprendizajes implica recopilar y organizar toda la información y experiencias obtenidas durante la implementación de la metodología. Este proceso debe incluir las observaciones de los voluntarios, las evaluaciones de los participantes y los resultados de los encuentros de seguimiento. El objetivo es extraer lecciones valiosas que puedan ser utilizadas para mejorar la metodología y optimizar las futuras implementaciones del programa Retorno a la Alegría.

IV. EVIDENCIAR RECOMENDACIONES DE MEJORA PARA FUTURAS IMPLEMENTACIONES

Basado en la identificación de ajustes, la evaluación y la sistematización de aprendizajes se requiere elaborar un documento ejecutivo que cuente como fue la implementación y se pueda presentar un conjunto de recomendaciones para mejorar la metodología. Estas recomendaciones deben ser específicas, claras y basadas en evidencia, abordando tanto aspectos metodológicos como logísticos. El propósito es garantizar que cada nueva implementación del programa sea más efectiva, eficiente y capaz de responder mejor a las necesidades de los participantes, promoviendo un continuo proceso de mejora y adaptación.



SESIONES CON FAMILIAS O CUIDADORES



RETORNO A LA
ALEGRÍA

SESIONES CON FAMILIAS O CUIDADORES

Eje temático

GESTIÓN DE LA EMOCIONES
HABILIDADES PARA LA VIDA
RECONOCIMIENTO DE LOS DERECHOS
ENTORNOS PROTECTORES

Sesiones

RECONOCER Y GESTIONAR LAS EMOCIONES
APOYAR EL PROYECTO DE VIDA
IDENTIFICAR Y ACTUAR FRENTE A LOS RIESGOS
SER UNA FAMILIA PROTECTORA



SESIONES CON FAMILIAS Y CUIDADORES

En Colombia se entiende a la familia como un sujeto colectivo de derechos, lo que implica reconocer y garantizar los derechos fundamentales de cada uno de sus miembros dentro de un marco de respeto, igualdad y diversidad. En esta concepción, la familia se considera una unidad que va más allá de sus roles tradicionales y se concibe como un ente que colectivamente comparte y defiende derechos fundamentales.

Esta concepción de la familia se sustenta en la idea de que cada individuo dentro de la familia tiene el derecho a la dignidad, la igualdad, la participación, la protección y el acceso a oportunidades, independientemente de su género, edad, etnia, orientación sexual, discapacidad o cualquier otra característica. Adicionalmente debe tenerse en cuenta que la familia es el primer entorno protector de las niñas, niños y adolescentes.

Al reconocer a la familia como un sujeto colectivo de derechos, se promueve la construcción de un entorno que fomente la inclusión, el apoyo mutuo y la equidad, contribuyendo así al desarrollo integral de cada miembro y a la consolidación de una sociedad más justa y respetuosa.

En la compleja dinámica de una emergencia natural o antrópica (producidas por el hombre), las niñas, niños, adolescentes y jóvenes enfrentan desafíos que van más allá de las condiciones inmediatas del entorno. El impacto emocional y psicológico de situaciones críticas requiere un enfoque integral que reconozca la importancia de las unidades familiares o de los referentes afectivos en el proceso de recuperación socioemocional. De allí la necesidad de crear para el programa Retorno a la Alegría, mecanismos para vincular activamente a las familias, (padres, madres, cuidadores y referentes afectivos), en las actividades que desarrolla el programa.

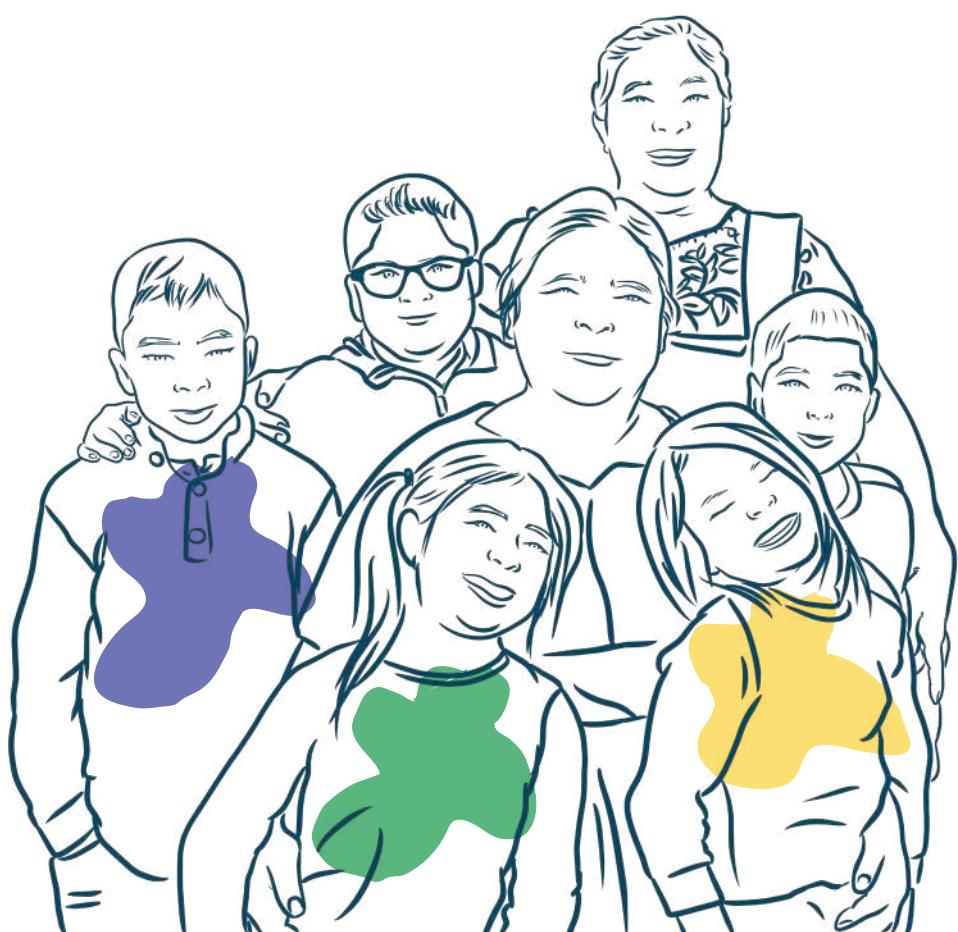
Como sabemos, las familias actúan como pilares fundamentales para el bienestar emocional de sus miembros, en especial las niñas y los niños, a la vez que representan en sí mismas un recurso valioso y resiliente. La unidad familiar facilita a todos los miembros superar las situaciones de crisis y estos a la vez aportan a la estabilidad familiar. Al enfrentar los retos derivados de una emergencia, el papel de las familias se torna crucial para proporcionar un entorno de apoyo que fomente la estabilidad emocional y el crecimiento positivo de todos los integrantes en especial los más vulnerables.

En este contexto, la propuesta de incorporar a las familias en actividades de recuperación socioemocional se constituye en una propuesta novedosa para esta nueva fase de Retorno a la Alegría. La inclusión de sesiones especiales donde trabajan las familias con los niños, niñas adolescentes y jóvenes, busca potenciar la creación de redes colaborativas que permitan aprender de las experiencias de otros. La reflexión, el reconocimiento de las experiencias propias de cada familia y la posibilidad de desarrollar actividades en conjunto se convierten en las herramientas clave para tejer una red resiliente que facilite el proceso de recuperación para toda la comunidad.

A continuación se presentan 4 sesiones de trabajo para desarrollar con las familias de las niñas, niños adolescentes y jóvenes, relacionadas con cada uno de los ejes temáticos de Retorno a la Alegría.

Sesión
1

RECONOCER Y GESTIONAR LAS EMOCIONES



AGENDA DE ACTIVIDADES

OBJETIVO

Explorar la regulación emocional al interior de las familias para mejorar las relaciones entre sus miembros, a través del autoconocimiento emocional como mecanismo de desarrollo individual y social de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y familias.



MATERIALES

Hojas blancas tamaño carta, 50 emoticones (3 copias del anexo 1), 7 fotocopias del texto: "El verdadero valor del anillo de Jorge Bucay", cinta de enmascarar, marcadores de colores, esferos y una bolsa.



DURACIÓN

Dos horas y 30 minutos

ACTIVIDADES



Conexión con
emoticones

El verdadero
valor del anillo

Historias con giro
emocional

Sentir y expresar

ACTIVIDAD 1

CONEXIÓN CON EMOTICONES



Familias

INSTRUCCIONES



20 minutos

1. De la bienvenida al espacio a los y las participantes, y explique brevemente en qué consiste el programa Retorno a la Alegría y cuántas sesiones se han desarrollado con los niños, las niñas, adolescentes y jóvenes. Explique además que para el Programa es fundamental la participación de la familia y por eso desarrollarán cuatro sesiones en las que se espera la participación de los niños, las niñas, adolescentes y jóvenes con una o dos personas de su familia (padres, madres, demás familiares, o cuidadores, en todo caso mayores de 18 años). Invítelos a participar activamente y con entusiasmo.
2. Pídale que se organicen en un círculo. Previamente se habrá impreso y recortado tres copias del anexo de emoticones y se depositarán en una bolsa, de modo que en la bolsa haya tres emoticones iguales. Cuéntale que en esta actividad van a aprender a relacionar las emociones con una expresión.



3. Cuando estén organizados, cada persona participante debe tomar de la bolsa un emoticon al azar que representará una emoción y no mostrarlo a nadie.
4. Cuando todos tengan su emoticon, pídale que se pongan de pie y busquen a las personas que tienen el mismo emoticon (pueden ser dos o tres personas, dependiendo, del número de participantes).
5. Cuando ya estén reunidos quienes tienen el mismo emoticon deben tomarse tres minutos para: i) presentarse con su nombre, ii) hablar sobre la emoción o el sentimiento que creen representa el emoticon y iii) cada uno en 30 segundos compartirá una situación en la que se hayan sentido así.
6. Pasados los tres minutos, se les pedirá que vuelvan a poner los emoticones en la bolsa y habrá otra ronda para volver a sacar nuevos emoticones. El ejercicio se repetirá tres o cuatro veces, cuidando de no exceder el tiempo previsto para esta actividad.
7. Para cerrar pídale que de manera voluntaria quien desee compartir su experiencia con los demás compañeros lo haga. Escuche tres o cuatro intervenciones y continúe con la siguiente actividad.

ACTIVIDAD 2

EL VERDADERO VALOR DEL ANILLO



Familias

INSTRUCCIONES



45 minutos



1. Pedirá que nuevamente se reúnan por grupos familiares (luego haga grupos de 4 grupos familiares, lo que le dará grupos entre 8 y 10 personas. Una vez organizados se les pasará una hoja con el cuento de Jorge Bucay “El verdadero valor del anillo” que deberán leer por grupos. Tenga preparadas entre 6 y 7 copias del cuento, imprimiendo o fotocopiando el anexo 2.

2. Una vez termine la lectura de todos los grupos. Oriente una conversación por grupos familiares (es decir cada grupo de lectura se organiza según las familias que haya), por 7 minutos cada grupo familiar discutirá cada una de las siguientes preguntas:

- ¿Qué reflexiones nos deja la historia?
- ¿Por qué consideran que son personas valiosas?
- ¿En qué ocasiones se sienten poco valorados?
- ¿De qué manera la familia valora el rol que las niñas, niños, adolescentes y jóvenes tienen al interior de ella?
- ¿Qué comportamiento o actitudes podemos fortalecer para que cada miembro de mi familia se sienta valorado?

3. Lleve el tiempo y cada 7 minutos anuncie a todos que es momento de empezar a discutir una nueva pregunta.

4. Una vez hayan terminado la conversación y reflexión, les pedirá que quien quiera, de manera libre y voluntaria comparta con los demás los aprendizajes personales o grupales de lo trabajado.

5. Para cerrar el espacio, podrá aprovechar algunas de las respuestas que expresaron las personas participantes para generar una reflexión sobre la importancia de apreciar lo que somos, de valorar y querer cada parte del cuerpo y de la personalidad que tenemos. Es necesario que se toquen puntos como:

- La importancia de identificar las capacidades que cada uno tiene y que lo hacen valioso o valiosa
- Los planes y proyectos de vida son individuales y no existen planes o proyectos únicos que todos y todas deban seguir; es importante que se pueda elegir de manera libre los proyectos de vida y los roles que se quieren desempeñar a lo largo de la vida.
- La familia es el principal entorno protector de las niñas, niños y adolescentes.

ACTIVIDAD 3

HISTORIAS CON GIRO EMOCIONAL



Familias

INSTRUCCIONES



70 minutos

- 1.** Pida que se numeren del 1 al 5, la idea es que compartan con personas con las que no hayan compartido antes, no podrán ser las mismas personas con las que estaban trabajando en la actividad anterior.
- 2.** Una vez los y las participantes se hayan reunido en 5 grupos infórmeles la emoción o sentimiento que deberán representar en una obra de teatro (una dramatización) una situación o historia que hayan vivido dentro de alguna familia y que les haya suscitado dicha emoción. Dentro de esta puesta en escena deberán proponer dos finales; uno con un trámite adecuado de la emoción y otro con un trámite inadecuado, y mostrar las consecuencias en cada uno.



- 3.** Cada grupo tendrá 20 minutos para trabajar en su obra de teatro y preparar la representación o puesta en escena. Cuando la tengan lista le dará a cada grupo 7 minutos para su presentación.
- 4.** Al final de cada presentación se desarrollará una reflexión plenaria (es decir con todas las personas participantes) en la que todos los y las participantes puedan hacer preguntas y dar aportes a la puesta en escena y en la que identifiquen cuales fueron los trámites adecuados o inadecuados y las consecuencias de cada uno.
- 5.** A modo de reflexión, infórmeles a las personas participantes, especialmente a los adultos que no conocen lo que se ha trabajado con niñas, niños, adolescentes y jóvenes que todas las emociones deben expresarse, pero que debemos esforzarnos para encontrar la mejor manera de hacerlo sin hacer daño a los demás ni a nosotros mismos.
- 6.** Durante la reflexión retome ejemplos de las representaciones y la forma en que eligieron gestionar la emoción puede servir para tocar temas como: saber reconocer y nombrar correctamente sus emociones (consciencia emocional), saber gestionar adecuadamente lo que sienten (regulación emocional), autocontrol, autoconocimiento, empatía, autoestima, assertividad, actitudes prosociales.
- 7.** Para cerrar explique a todos las siguientes recomendaciones para gestionar las emociones con un lenguaje claro que le permita a todas las personas participantes entender la información.

LAS PAUTAS O RECOMENDACIONES PARA GESTIONAR EMOCIONES PROPUESTAS SON:

a) Identificar las emociones: El primer paso, es saber qué es lo que se está sintiendo en este momento (ira, tristeza, alegría, frustración, etc.) y tratar de identificar que nos quiere decir esa emoción. Pueden ayudarse en reconocer en que parte del cuerpo se está sintiendo esa emoción.



b) Expresar las emociones: Todas las emociones se expresan a través de los tres sistemas de respuesta: el fisiológico (taquicardia, sudoración, opresión en el pecho...), el cognitivo (lo que se piensa), el motor (lo que se hace). Es importante observar en cada uno de nosotros como son estas respuestas y regularlas para que la expresión emocional se lleve a cabo de una manera adecuada.

c) No reaccionar a los estallidos emocionales: Se debe controlar las emociones; esto es escuchar y entender la fuerza de los sentimientos de quien habla, pero no reaccionar emocionalmente a los sentimientos propios, ya que es probable que haya una escalada de emociones y por tanto un conflicto emocional.

d) Practicar alguna actividad física: La actividad física ayuda a reducir el estrés y controlar la irritabilidad. Si alguna situación les está molestando demasiado, se recomienda realizar actividad física (trotar, caminar, salir al parque, etc.) La clave es que sea una actividad que se disfrute realizar.

e) Identificar posibles soluciones: En lugar de centrarse en lo que salió mal o le generó mal genio, esfuérzese en resolver el problema al que se enfrenta. Recuerde que el enfado no arregla nada y puede empeorar la situación.

f) Encontrar el motor de las emociones: Sea cual sea la emoción que se experimente, (que lo haga sentir bien o mal) es necesario que se comprenda cómo se activa el mecanismo que la desencadena. El comprender por qué actuamos o sentimos de determinada forma ante ciertos estímulos, forma parte del primer concepto de inteligencia emocional. Para poder modificar o controlar algo, hay que tener bien identificado a ese "algo" y conocerlo bien. Dicho de otra manera, hay acciones, actitudes o situaciones que uno sabe que lo van a poner feliz, o que lo van a hacer enojar, se trata de identificar esas acciones.

g) Trabajar la autoaceptación: Uno de los grandes problemas de no aceptarse a si mismo tal y como uno es, es que uno adopta una mentalidad defensiva, nada beneficiosa para el control emocional. Todos podemos equivocarnos porque es parte de la vida, pero aun así, uno debe quererse tal y como es. Así se sentirá menos frustrado y tendrá más paciencia a la hora de tratar con los conflictos que pueden aparecer en las relaciones interpersonales diarias.

ACTIVIDAD 4**SENTIR Y EXPRESAR**

Familias

INSTRUCCIONES

15 minutos

1. Invitará a que se reúnan por grupos familiares y les pedirá que conversen en torno a las siguientes preguntas:

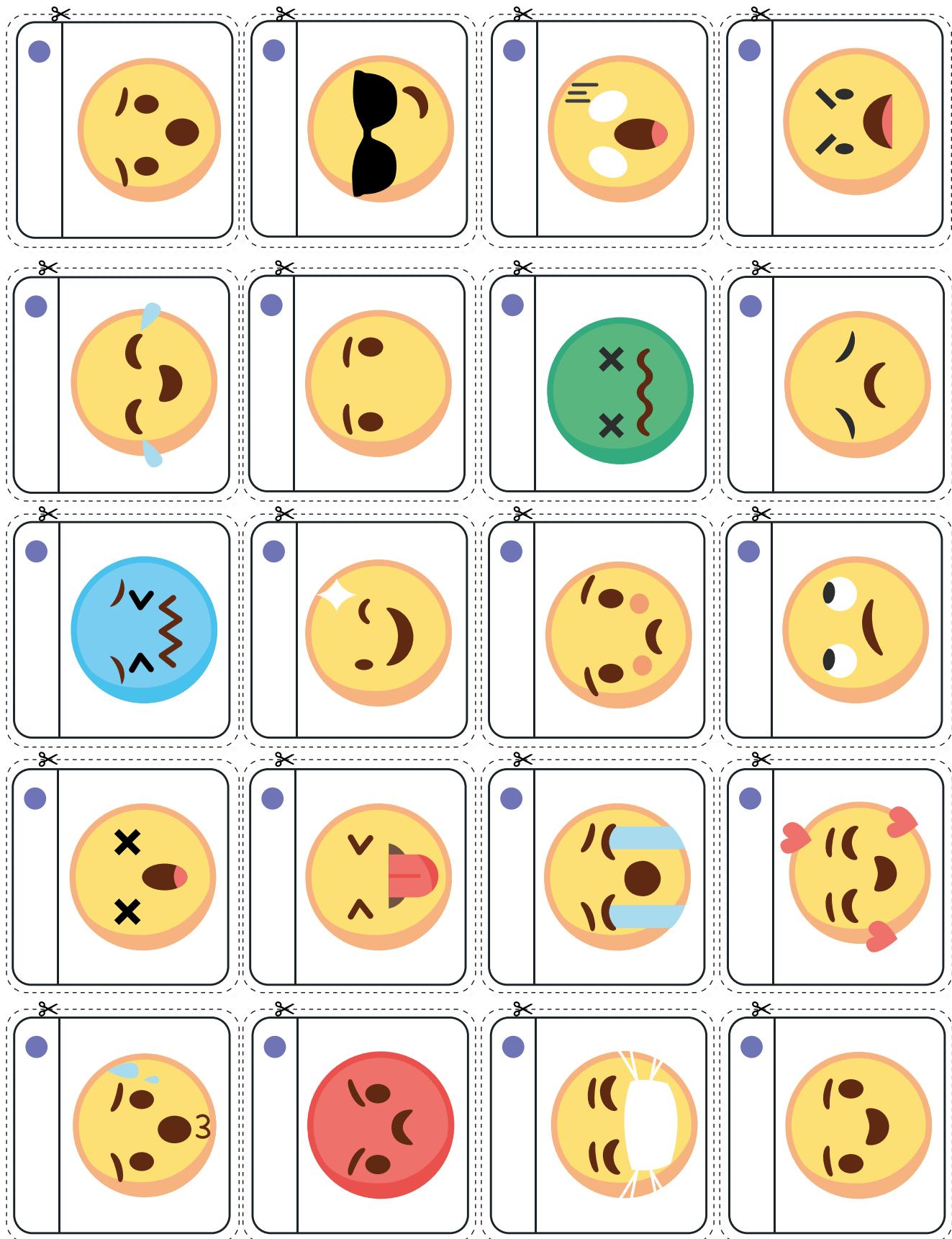
- ¿Qué descubrieron sobre las emociones propias en la jornada de hoy?
- ¿De qué manera lo que aprendieron el día de hoy puede fortalecer las dinámicas en su familia?

2. Una vez han reflexionado pásales una hoja de papel tamaño carta en blanco en la que acordarán una acción que realizarán como familia, que les permita expresar de manera asertiva sus sentimientos y emociones. Una vez hayan escrito podrán compartir con el resto de las familias sus compromisos.

3. Para terminar les recordará que ante la dificultad para tratar los sentimientos y emociones, siempre se podrá buscar ayuda profesional. Deles las gracias a las personas participantes por su asistencia e infórmeles la importancia de seguir participando en el próximo encuentro familiar.



ANEXO 1



RETORNO A LA
ALEGRÍA

ANEXO 2

EL VERDADERO VALOR DEL ANILLO

Autor: Jorge Bucay

Vengo maestro, porque me siento tan poca cosa que no tengo fuerzas para hacer nada. Me dicen que no hago nada bien, que soy torpe, nadie me quiere. ¿Cómo puedo mejorar?, ¿qué puedo hacer para que me valoren más?

El maestro le dijo: -Cuánto lo siento muchacho, no puedo ayudarte, debo resolver primero mi propio problema. Quizá después... -Y haciendo una pausa agregó: -Si quisieras ayudarme tú a mí, yo podría resolver este tema con más rapidez y tal vez después te pueda ayudar.

E.... encantado maestro -titubeó el joven, pero sintió que otra vez era desvalorizado y sus necesidades postergadas.

-Bien -asintió el maestro. Se quitó un anillo que llevaba puesto en el dedo pequeño de la mano izquierda y se lo dio al muchacho, agregó:

-Toma el caballo que está ahí afuera y cabalga hasta el mercado. Debo vender este anillo porque tengo que pagar una deuda. Es necesario que obtengas por él la mayor suma posible, pero no aceptes menos de una moneda de oro. Vete y regresa lo más rápido que puedas.

El joven tomó el anillo y partió. Apenas llegó, empezó a ofrecer el anillo a los mercaderes. Estos lo miraban con algún interés, hasta que el joven decía lo que pretendía por el anillo. Cuando el joven mencionaba la moneda de oro, algunos reían, otros le daban vuelta la cara, hasta que un viejito se tomó la molestia de explicarle que una moneda de oro era muy valiosa para entregarla a cambio de un anillo.

Después de ofrecer su joya a todo el que se cruzaba en su camino, y abatido por su fracaso, montó su caballo y regresó. Entró a la habitación, donde estaba el maestro, y le dijo:

-Maestro, lo siento, pero no es posible conseguir lo que me pediste. Quizá pudiera conseguir dos o tres monedas de plata, pero no creo que pueda engañar a nadie respecto al verdadero valor del anillo.

-Qué importante lo que dijiste, joven amigo -contestó sonriente el maestro -Debemos primero saber el verdadero valor del anillo. Vuelve a montar y vete al joyero. Quién mejor que él para saberlo. Dile que quisieras vender el anillo y pregúntale cuánto te da por él. No importa lo que ofrezca, no se lo vendas. Vuelve aquí con mi anillo.

Llegó a la joyería, el joyero examinó el anillo a la luz del candil, lo miró con su lupa, lo pesó, y luego dijo: -Dile al maestro, muchacho que, si lo quiere vender ya, no puedo darle más que 58 monedas de oro por su anillo.

- ¿58 monedas? -exclamó el joven. -Sí -replicó el joyero -Yo sé que con tiempo podríamos obtener por él cerca de 70 monedas, pero no sé... Si la venta es urgente...

El joven corrió emocionado a casa del maestro a contarle lo sucedido.

-Siéntate -dijo el maestro después de escucharlo. -Tú eres como este anillo: una joya, valiosa y única. Y como tal, sólo puede evaluarte verdaderamente un experto. ¿Qué haces por la vida pretendiendo que cualquiera descubra tu verdadero valor? Y diciendo esto, volvió a ponerse el anillo en el dedo pequeño de su mano izquierda.

RETORNO A LA
ALEGRÍA

Sesión
2

APOYAR LOS PROYECTOS DE VIDA



2

APOYAR LOS PROYECTOS DE VIDA

Esta sesión pertenece al eje temático habilidades para la vida, pero se debe realizar una vez las niñas, niños, adolescentes y jóvenes han hecho la sesión de proyecto de vida, de manera que cuando sea el momento de la actividad del árbol, muchas de estas respuestas se hayan trabajado en esa sesión y las niñas, niños, adolescentes y jóvenes tengan claras las cosas que van a compartir.

AGENDA DE ACTIVIDADES

OBJETIVO

Brindar herramientas y momentos de reflexión a los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y cuidadores, que los invite a plantear sus sueños, metas y propósitos de vida.



MATERIALES

50 globos, pliegos de papel periódico, cinta, marcadores delgados de colores.



DURACIÓN

Dos horas y 30 minutos

ACTIVIDADES



Mis deseos para hoy



El árbol de la vida



Me comprometo a

ACTIVIDAD 1

MIS DESEOS PARA HOY



Familias

INSTRUCCIONES



20 minutos

1. De la bienvenida al espacio a las personas participantes, cuéntales cual es el objetivo de esta segunda sesión familiar y pídale que se organicen de pie conformando un círculo.
2. Una vez organizados ofrezca a cada persona un globo (sin inflar) y pídale que luego de inflarlo y amarrarlo, escriban con un marcador sobre el globo su nombre y un mensaje, como un pensamiento positivo, que refleje un buen deseo que quisiera compartir para el éxito de este sesión.



3. Una vez todos tengan su globo terminado, pídale que los lancen al aire, la meta es no dejar que estos toquen el piso. Los golpearán de un lado al otro.
4. Luego de un minuto, pídale que paren y que todos tomen un globo y lean el nombre y el mensaje positivo. Repita el ejercicio varias veces hasta que se lean unos 5 o 6 mensajes.

ACTIVIDAD 2

EL ÁRBOL DE LA VIDA



Familias

INSTRUCCIONES



120 minutos

1. Invite a las niñas, niños, adolescentes y adultos a que se organicen en grupos por familia; el niño, niña y/o adolescente se reunirá con su familiares o cuidadores que lo acompañan en esta actividad.
2. Entregue a cada grupo familiar un pliego de papel periódico, y pídale que dibujen la silueta de un árbol (con raíces, frutos, ramas, hojas, etc).

3. Si hay más de una niña, niño, adolescente o joven en el grupo familiar que esté participando en las sesiones de Retorno a la Alegría se deberá dibujar un árbol por cada uno de ellos.

4. Luego oriéntelos para que complementen el dibujo con las partes y la respuesta a las preguntas con la que se caracteriza cada parte del árbol. Como indica la siguiente guía:

Partes del árbol y preguntas orientadoras:

a) Raíces: (son la base del árbol) ¿Cuál es mi origen, de dónde vengo? ¿Qué fortalezas hay en mis entornos? ¿Qué personas son importantes en cada uno?

b) Tallo: (es el sostén y conecta las raíces con las hojas) ¿Qué es lo que me sostiene en la vida? ¿Con qué capacidades, talentos y habilidades cuento?

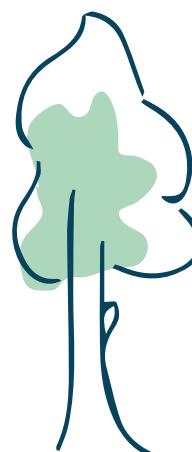
c) Hojas: (son esenciales para la respiración del árbol, se renuevan permanentemente): ¿Cuáles son mis sueños, aspiraciones y metas? ¿Qué me ayuda a fortalecer esas capacidades, qué personas, qué entornos?

d) Flores: (producen semillas) ¿Qué es lo bueno que tengo para dar? ¿Qué pasos tengo que dar para lograr mis sueños y proyectos?

e) Frutos: (es lo que produce el árbol, contiene semillas que dan nuevos árboles) ¿De qué me puedo sentir orgulloso/a hasta ahora? ¿Qué quiero lograr en diferentes aspectos de mi vida?

f) Mariposas y pájaros: (son la compañía del árbol) ¿Cuáles son las personas importantes que tengo en mi vida y qué me aman, me cuidan, acompañan, protegen y pueden aportar a mi proyecto de vida?

g) Ramas: (sostienen las hojas) ¿Qué cosas debo mejorar? (actitudes, comportamientos, sentimientos).



5. Esta actividad está enfocada a los proyectos de vida de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, por lo tanto las preguntas están orientadas a ellos, las deben formular los miembros de la familia o sus cuidadores y los niños, niñas, adolescentes y jóvenes responderlas. Pongan como título al dibujo del árbol el nombre de la niño, niña, adolescente o joven.

6. Estime que cada parte del árbol se abordé por 10 minutos. Lo que implica que esta será una actividad de 70 minutos de conversaciones profundas entre las niñas, niños, adolescentes y jóvenes con los adultos.

7. Promueva que en cada grupo familiar se genere un ambiente de diálogo y de comprensión en donde todos estén comprometidos con dibujar el árbol de vida del niño, niña, adolescente y/o joven de la familia.

8. Una vez se haya terminado de completar el dibujo, se invitará a que cada familia de manera breve haga un resumen sobre lo vivido en la actividad y lo comparta con los demás grupos familiares. Cada grupo tendrá 1 minuto para esto.

9. Al terminar los dibujos, pida a las personas participantes que voluntariamente expresen cómo sintieron esta actividad, haga las siguientes preguntas orientadoras para guiar la conversación:

- ¿Cómo se sintieron los adultos al conocer todas estas cosas sobre sus hijos o familiares?
- ¿Cómo se sienten las niñas, niños, adolescentes y jóvenes al compartir estas cosas con los adultos?
- ¿Alguna vez habían hablado con sus hijos sobre sus sueños y metas?
- ¿Reconocen en las niñas y niños, adolescentes y jóvenes las capacidades que ellos consideran tener?
- ¿Cómo pueden los adultos apoyar esos proyectos de vida?

10. Al terminar oriente la reflexión sobre la importancia de que los padres u otros familiares sepan cuales son las aspiraciones de sus hijos y entiendan el papel que desempeñan en que se logre o no el proyecto de vida de los niños, niñas y adolescentes de su familia. Explique que las personas que se trazan proyectos en la vida, con objetivos y metas concretas, tienen mayores capacidades para hacer frente a riesgos asociados a la violencia, el delito, consumo de sustancias psicoactivas, explotación sexual y comercial, violencia sexual, y demás riesgos que suelen enfrentar; y que para ello el apoyo y el trabajo en equipo de la familia es fundamental.

ACTIVIDAD 3**ME COMPROMETO A**

Familias

INSTRUCCIONES

10 minutos

- 1.** Invite a las personas participantes a que se ubiquen en círculo pero que cada grupo familiar esté junto. Pídale que cierren los ojos, y deles indicaciones para que se relajen, por ejemplo: oriente varias respiraciones pausadas, soltar el cuerpo (movimiento de cabeza, de hombros, estiramiento de los brazos, etc.), poner en blanco la mente.
- 2.** Luego motive que todos en ese estado de relajación y con los ojos cerrados imaginen que puede lograr cualquier cosa que quieran, que visualice el sueño que quiere alcanzar, el trabajo que quisiera tener, los estudios que quiere hacer, etc. Se les dará algunos minutos para que los niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos imaginen estos escenarios.
- 3.** Después de dos o tres minutos pensando cual es el sueño que quieren lograr, pídale que abran los ojos y lo compartan con los miembros de la familia. Pídale que en los grupos familiares luego de que cada persona comparta su sueño, las demás le digan un compromiso que quieran hacer para ayudarle tanto a los adultos como a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes a cumplir sus sueños.



- 4.** Pídale que valoren y agradecan ese compromiso de los demás con los sueños propios y despídalos recordándoles la importancia de participar en la siguiente sesión.

Sesión
3

IDENTIFICAR Y ACTUAR FRENTE A RIESGOS



AGENDA DE ACTIVIDADES

OBJETIVO

Reconocer los factores de riesgo y las amenazas, con enfoque de género, que pueden materializarse en la vulneración de los derechos de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes en el territorio.



MATERIALES

Fichas bibliográficas, marcadores de colores, pliegos de papel periódico, cinta de enmascarar, 11 hojas tamaño carta (color blanco) con la definición del riesgo que está en el anexo, hojas tamaño carta cortadas a la mitad (de color azul, verde, amarillo y/o rosado)



DURACIÓN

Dos horas y 30 minutos

ACTIVIDADES



¿A qué soy
vulnerable?



Identificar riesgos
y romper
imaginarios



Mapa de riesgos y
acciones en esta
comunidad



La doy toda por...

ACTIVIDAD 1

¿A QUE SOY VULNERABLE?



Familias

INSTRUCCIONES



20 minutos

1. De la bienvenida a todas las personas participantes, y pídale que se organicen un círculo.
2. Una vez ubicados y ubicadas repártales fichas bibliográficas y dígales que cada uno piense y escriba en su ficha una situación (o situaciones) en las que sintió miedo.
3. Cuando hayan escrito su miedo en la ficha, les explicará que a continuación pondrá una canción (el grupo podrá cantar una si no se cuenta con sonido o un parlante para reproducir la música) y que el grupo deberá empezar a moverse al son de la música, cuando la pause, pararán y se reunirán con él o la compañera más cercana que tengan.
4. Luego intercambien su mayor miedo con el compañero o compañera que les correspondió. Tienen un minuto para hablar de las situaciones que les generan miedo y contar la situación en la que han vivido ese temor. Después de ese tiempo reanude la música y tendrán que volverse a desplazar por el espacio hasta que esta se pause y se reúnan con una nueva pareja.
5. Repetirá el ejercicio 5 o 6 veces.
6. Al terminar invítelos a que vuelvan a ubicarse en círculo. Pregúnteleles cómo les fue e invitará a que quien lo deseé comparta su experiencia. Para detonar la conversación use las siguientes preguntas orientadoras:
 - Cuál fue la situación que les genera miedo que más les llamó la atención?,
 - ¿Con cuál se sintieron más identificados?
 - ¿Hubo alguna anécdota que les contó alguno o alguna de las asistentes relacionado con su miedo, cuáles fueron?
7. Oriente una reflexión indicando que el miedo es como cualquier otra emoción, y que hay que aprender a manejarlo. Presente los conceptos de vulnerabilidad y vulneración y explique que hay muchos factores que influyen en ser vulnerables, incluidos los miedos. Escriba en una cartelera los conceptos de la comisión intersectorial para la primera infancia sobre la vulnerabilidad y la vulneración.



Vulnerabilidad: Es el riesgo que una persona, sistema u objeto puede sufrir frente a peligros inminentes, sean ellos desastres naturales, desigualdades económicas, políticas, sociales o culturales.

Vulneración: Es toda situación de daño, perjuicio o lesión que impide el ejercicio pleno de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.

8. Invítelos ahora a pensar sobre otras formas en las que se sientan vulnerables aparte de los miedos que ya compartieron, dejando claro que sentirse vulnerable no es malo, pero que algunas personas se aprovechan de las vulnerabilidades para lastimar y hacer daño.

ACTIVIDAD 2**IDENTIFICAR RIESGOS Y ROMPER IMAGINARIOS**

Familias

INSTRUCCIONES

50 minutos

- 1.** Pedirá a los niños, niñas, adolescentes y adultos que se organicen en 6 grupos; ya organizados, entrégüelles dos pliegos de papel a cada grupo y pídale que los peguen con cinta para formar un espacio de trabajo aún más grande.
- 2.** Pídale que en cada grupo dibujen en un pliego la mitad de la silueta de una niña o adolescente, y en el otro pliego dibujarán la mitad de la silueta de un niño o adolescente. Las siluetas deben estar unidas de forma que al final se vea un cuerpo completo. Cada grupo tendrá 10 minutos para hacer las siluetas.
- 3.** Una vez los grupos tengan las siluetas dibujadas, pidale que escriban en cada silueta lo que consideren representativo de la figura femenina y la figura masculina usando las preguntas que están a continuación. Cada grupo tendrá 30 minutos para hacer los detalles del dibujo. Utilice las siguientes preguntas para promover las conversaciones y el dibujo de los detalles a la silueta:
 - 1.** ¿Cómo debe ser el cuerpo de un hombre/ adolescente/ niño? ¿Cómo debe ser el cuerpo de una mujer/ adolescente/ niña?
 - 2.** ¿Cómo se comporta un hombre/ joven/ niño y cómo una mujer/ adolescente/ niña cuando se siente vulnerable?
 - 3.** ¿En qué situaciones hay mayores vulnerabilidades por ser un hombre o mujer?
 - 4.** ¿Cuáles son los principales riesgos a los que están expuestas las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, esos riesgos tienen que ver con el hecho de ser mujer o hombre?



- 4.** Finalizado el tiempo cada grupo deberá organizarse para mostrar los dibujos que hicieron, las siluetas deberán estar pegadas en una pared como si fuera una exposición.

5. En plenaria cada grupo presenta en 5 minutos sus dibujos y comparte algo sobre las conversaciones que se dieron durante el proceso de elaboración. Pídale que expliquen las respuestas a las dos primera preguntas.

6. Durante las presentaciones, este atento a generar reflexiones en torno a los roles de género y los estereotipos asociados, deje claro las siguientes ideas.

- Hay que valorar la diversidad de cuerpos y a abandonar los estereotipos que pueden afectar la autoimagen. Para ellos hay que cuestionar y desafiar las nociones de “cuerpo ideal”. No hay un tipo de cuerpo ideal.
- Es importante permitir expresiones emocionales diversas en ambos géneros. No se deben reforzar ideas como que las mujeres son débiles, los hombres fuertes; que los hombres no expresan sus emociones (y por tanto no lloran) y que las mujeres son muy emocionales;
- Los dos sexos, tienen las mismas capacidades y por lo tanto debemos construir una comunidad que respeta la igualdad de género, entendida como que hombres y mujeres tienen los mismos derechos y la sociedad no debe dictar que hacen unos y otros.

7. Ahora genere una nueva ronda de presentaciones, con las dos últimas preguntas. Mantenga la misma dinámica y genere una reflexión a partir de las respuestas que va recibiendo.

Báse en las siguientes ideas para hacer la reflexión:

- Sin importar si son hombres o mujeres, los menores de edad de los dos sexos enfrentan riesgos, que aunque algunos estén más asociados al sexo, ambos tienen riesgos.
- A partir de las respuestas identifique los tres o cuatro riesgos principales que dicen las respuestas de los grupos que se enfrentan. Escríbalos en una cartelera.
- Los riesgos a los que se enfrentan las personas menores de edad, se pueden reducir si hay familias y comunidades fuertes que los protejan.



ACTIVIDAD 3 MAPA DE RIESGOS Y ACCIONES EN ESTA COMUNIDAD  Familias

INSTRUCCIONES



70 minutos

- 1.** Organice ahora 11 grupos y a cada uno asígnele un riesgo del **anexo 1**, pídale que lean el riesgo, luego que lo peguen en una pared y para cada riesgo identifiquen lo siguiente:

- ¿Qué tan presente está ese riesgo en la comunidad? Usando la hoja rosada deben poner alto, medio o bajo.
- En que lugares físicos (la escuela, el parque, la calle) o en que momentos específicos (la salida del colegio, las vacaciones, las fiestas del pueblo) está presente ese riesgo. Deben usar las hojas azules para poner estos lugares. Una hoja por cada lugar, es decir, si el grupo identificó 4 lugares, usará 4 hojas cortadas a la mitad.
- ¿Cuáles acciones podemos hacer como familias y comunidad para proteger a las niñas, niños y adolescentes de este riesgo? Deben usar las hojas verdes para poner estas acciones. Una hoja por cada acción, es decir, si el grupo identificó 6 acciones, usará 6 hojas cortadas a la mitad.

- 2.** Cada grupo trabajará por 20 minutos, y luego presentará en 3 minutos, (debe ser muy rápido porque hay muchos grupos) el riesgo, la valoración (alta, media o baja) los lugares y las acciones que se pueden desarrollar, al terminar dé brevemente la palabra a las personas para que complementen algún lugar o acción que crean deben agregar. Para ello utilizarán la hoja de color correspondiente (azul para lugares o situaciones) y verde para acciones. También pueden en el grupo total cambiar la valoración del riesgo.



- 3.** Al terminar las 11 presentaciones de los riesgos genere una reflexión, utilizando los elementos que salieron de las presentaciones, especialmente refuerce las ideas sobre las acciones de protección que deben hacer, asegúrese que durante la reflexión quedan claros estos puntos, además de los que se identifiquen por parte de las personas participantes:

- Las niñas niños, adolescentes y jóvenes enfrentan muchos riesgos, en ocasiones varios riesgos al mismo tiempo.

- La prevención de estos riesgos, está dada por las capacidades que desarrollen las niñas, niños, adolescentes y jóvenes, pero también por la fortaleza de las familias y las comunidades para protegerlos.
- En la alcaldía del municipio existen rutas para atender algunos riesgos, es importante conocerlas y saber que oferta hay para prevenir que a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes les pasen estas cosas.

ACTIVIDAD 4

LA DOY TODA POR



Familias

INSTRUCCIONES



10 minutos

1. Invite las personas participantes a que se ubiquen en círculo pero que cada grupo familiar esté junto. Pídale que cierren los ojos, y como en la sesión anterior deles indicaciones para que se relajen, por ejemplo: oriente varias respiraciones pausadas, soltar el cuerpo (movimiento de cabeza, de hombros, estiramiento de los brazos, etc.), poner en blanco la mente.



2. Luego motive que todos en ese estado de relajación y con los ojos cerrados imaginen que pueden desarrollar una acción para cuidar de los riesgos a todas las niñas, niños, adolescentes y jóvenes de estos riesgos. Se les dará algunos minutos para que las niñas, niños, adolescentes y adultos imaginen esta acción. Si tienen varias deben seleccionar solo una, la que más quieran desarrollar.

3. Después de dos o tres minutos Pensando en cual es la acción que quieren hacer, pídale que la escriban en ½ hoja amarilla y la peguen en otro lugar del salón, como un compromiso por el cuidado de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes de esta comunidad.

4. Agradezcan ese compromiso y la participación, y dígales que si bien seleccionaron una, está en manos de todos desarrollar todas las acciones que consideremos necesarias para proteger a los niños y niñas, adolescentes y jóvenes de esos riesgos. Despídalos recordándoles la importancia de participar en la siguiente sesión.

ANEXO 1

EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA: Se trata de los embarazos antes de los 18 años, ya que si bien existe la capacidad biológica de llevar un embarazo, el embarazo en la adolescencia genera muchos riesgos en la salud física y emocional tanto masculina como femenina, así como en sus interacciones sociales. Las consecuencias del embarazo en la adolescencia afectan tanto a hombres como mujeres.

TRABAJO INFANTIL: Todas aquellas acciones realizadas por las niñas, niños y adolescentes que corresponden a un trabajo remunerado o no remunerado (con pago o sin pago) que pueda afectar su desarrollo físico y psicológico. El Trabajo infantil limita las posibilidades de un desarrollo adecuado.

RIESGOS DIGITALES: Son todos los peligros y amenazas que tiene el uso de la internet, la navegación por las páginas web y la publicación de videos, blogs webs, correos electrónicos, mensajería instantánea, foros, chats, etc., y que pueden significar algún riesgo; al igual que ocurren las actividades que se realizan en el “mundo físico”. En internet, no sabemos quién nos está hablando, puede haber suplantaciones de identidad para engañar a las niñas niños y adolescentes.

ENTRAR EN CONFLICTO CON LA LEY: Se trata de acciones o hechos que cometen niñas, niños o adolescentes en contra de la ley y que son delitos y por tanto penalizadas; es decir que existen leyes que pueden generar que la niña, niño o adolescente pueda ser castigado por el hecho, si bien la pena tienen condiciones diferentes a las de un adulto, es posible privar de la libertad a una persona entre 14 y 18 años.

USO Y CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS: Es el consumo de alcohol, tabaco, drogas ilícitas o medicamentos que tienen consecuencias negativas en la salud y en el desarrollo psicosocial y psicoemocional de niñas, niños y adolescentes. En estas edades los efectos de las sustancias psicoactivas tienen un alto impacto en el desarrollo de las niñas, niños y adolescentes.

SUICIDIO: Es la acción de quitarse la vida, y puede estar motivada por estados emocionales depresivos o enfermedades mentales. Se debe prestar atención a la salud mental de las niñas, niños y adolescentes.

MALTRATO INFANTIL: El maltrato infantil se entiende como todas aquellas acciones de agresión física, maltrato psicológico o negligencia (abandono y descuido) que se puede generar hacia una niña, niño y adolescente. Si bien hoy en día existe una ley que prohíbe el castigo físico (Ley 2089 de 2021) aún sigue siendo usada como una práctica en los hogares. El castigo físico afecta el desarrollo de las niñas, niños y adolescentes.

VIOLENCIA EN LA ESCUELA (BULLYING): Toda acción que genere maltrato físico, psicológico o sexual hacia niñas, niños y adolescentes dentro de la institución educativa, por parte de compañeras y compañeros de estudio, docentes y administrativos. Las agresiones entre los niñas y niños no son algo "normal" de la edad y pueden causar graves consecuencias en el desarrollo.

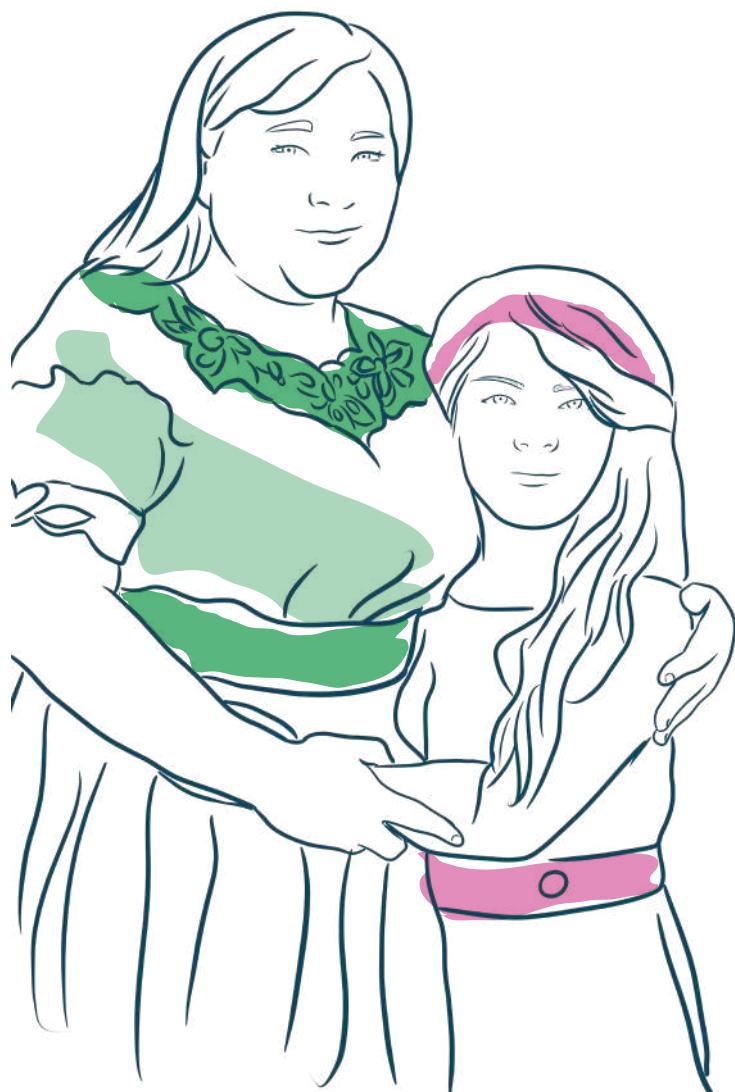
VIOLENCIA INTRAFAMILIAR: Todo tipo de maltrato por parte de un miembro de la familia a otro, esto incluye violencia física, psicológica, económica y sexual dentro del hogar. No necesariamente debe ser en contra de las niñas, niños y adolescentes, sino en contra de cualquier persona del hogar. La violencia intrafamiliar deja secuelas en el desarrollo y trastorna las relaciones sociales de niñas, niños y adolescentes.

VIOLENCIA Y EXPLOTACIÓN SEXUAL COMERCIAL: Son las agresiones que involucran la sexualidad, genitalidad o corporalidad de una persona. Estas acciones se pueden dar por medio de utilizar o no utilizar la fuerza. Es lo que comúnmente las personas llaman "violaciones". Sin embargo, los toqueteos y los acosos también son violencia sexual. La explotación sexuales aprovecharse económicamente de la sexualidad de una persona, y los casos son más frecuentes de lo que se piensa.

RECLUTAMIENTO USO Y UTILIZACIÓN: Son todas las acciones de llevarse o involucrar a una niña, niño o adolescente para que pertenezca y participe de acciones ilegales dentro de grupos al margen de la ley. También se trata de utilizarlos con fines delictivos, así no esté lejos de su casa, pero es obligado a realizar actividades para los grupos ilegales.

Sesión
4

SER UNA FAMILIA PROTECTORA



AGENDA DE ACTIVIDADES

OBJETIVO

Fortalecer y mantener vínculos para crear un escudo emocional que proteja en todo momento a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.



MATERIALES

Fichas bibliográficas, marcadores de colores, pliegos de papel periódico, cinta de enmascarar, 6 hojas tamaño carta con la situación descrita para dramatizar anexo 1.



DURACIÓN

Dos horas y 30 minutos

ACTIVIDADES



El espejo



La casa



Juego de roles



¡Que todos sepan
mi compromiso!

ACTIVIDAD 1

EL ESPEJO



Familias

INSTRUCCIONES



20 minutos

1. De la bienvenida a todas las personas participantes, y pídale que se organicen por grupos familiares.
2. Explique la dinámica de la actividad: En una primera ronda, una persona de la familia se podrá mirar en un “espejo”, el espejo serán todos los demás miembros de la familia, es decir cada persona se para de frente a todos los miembros de su familia. Quien se mira en el espejo debe compartir al menos tres cosas positivas sobre sí mismo en voz alta, pueden ser logros, cualidades personales, o simplemente aspectos que le gusten de sí mismo.



3. Cuando haya terminado cambiarán de rol, hasta que todas las personas se miren al espejo y digan las tres cosas positivas sobre sí mismos.
4. En una segunda ronda, después de la autoafirmación, el grupo familiar comparte al menos tres elogios o cosas positivas sobre la otra persona que tienen enfrente. Estos deben ser sinceros y específicos. Se trata de decir esas cosas que a veces no les decimos a los demás.

5. Finalice la actividad alentando a los grupos familiares a compartir sus experiencias y reflexionar sobre cómo se sintieron al expresar y recibir elogios. Para esto, puede utilizar las siguientes preguntas para dinamizar la reflexión:

- ¿Cómo se sintieron al decir cosas a los demás que piensan pero que pocas veces tienen la oportunidad de decir?
- ¿Cómo se sintieron al escuchar las cosas positivas que su familia tenía para decirle?
- ¿Creen que es importante expresar y resaltar los pensamientos positivos que se tienen sobre otros miembros de la familia?
- ¿Cómo esta actividad puede fortalecer la relación familiar y promover la autoaceptación?

6. Cierre la reflexión expresando la importancia de hacer sentir bien a los demás con pequeñas expresiones, como “eres valiente”, “te admiro”, “eres buena haciendo tal cosa” hacen la diferencia en la convivencia y en la vida diaria.

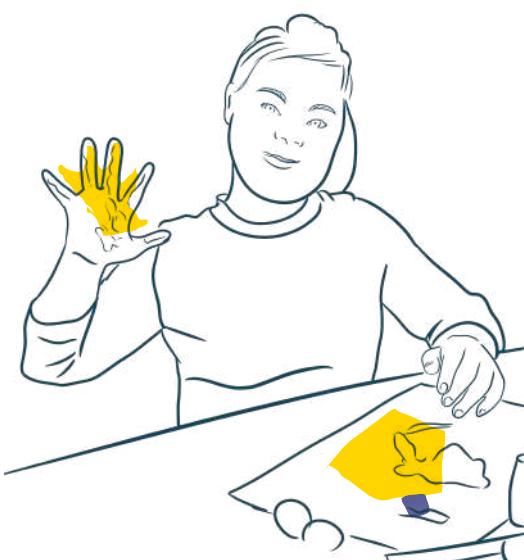
ACTIVIDAD 2**LA CASA**

Familias

INSTRUCCIONES

40 minutos

- 1.** Explique a las y los participantes y a sus familiares que juntos construirán su casa familiar, con todos los elementos que actualmente la componen, al igual lo que visualizan en un futuro.
- 2.** Antes de dar indicaciones, invítelos a que exploren la naturaleza en busca de recursos que les servirán para construir su casa, pueden recolectar elementos como hojas, piedras pequeñas, flores, palitos de madera, etc.
- 3.** Entregue a todos un octavo de cartulina y deje a disposición cinta pegante, lápices, y marcadores de colores. Aclare que no hay una forma correcta o precisa para hacer sus casas e invite a que dejen volar su imaginación. Explíquenes que a medida que vaya dando las indicaciones deben ir dibujando la casa y escribiendo sus significados:



- Indique que iniciarán haciendo las bases que representan aquellas cosas que los han fortalecido como familia.
- Luego, van las paredes, son aquellos valores e identidades que tienen como familia, como los pasatiempos, gustos, actividades, que comparten entre otros.
- Ahora viene el techo, en este pondrán las metas o propósitos que han cumplido como familia.
- Cuando terminen las partes de su casa, ubicaran el sol y en él escribirán la familia que quieren ser.
- Luego harán las nubes y en ellas pondrán las amenazas que tienen como familia y los aspectos que se comprometen a fortalecer.

- 4.** Mientras van dibujando y respondiendo las preguntas, vaya recordando a los grupos que para responder a las preguntas deben conversar entre ellos camine alrededor del espacio observando si alguno de los grupos necesita ayuda.

5. Explique que pueden decorar sus casas como deseen, luego al terminar pídale que peguen todas sus casas familiares en la pared como una exposición y que la recorran para que identifiquen similitudes, conexiones y diferencias entre las representaciones de las diferentes familias.

6. Para terminar genere una reflexión grupal para lo cual podrá utilizar las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cuáles elementos comunes notaron en las casas familiares? ¿Hay algo diferente que les gustó?
- ¿Hubo algún detalle o símbolo que les llamara la atención de manera especial? ¿Por qué? Incentive a que compartan emociones o significados detrás de ciertos elementos elegidos.
- ¿Cómo se sienten al ver la diversidad de fortalezas y valores representados en cada familia?
- ¿Cómo pueden aplicar lo aprendido hoy en su vida diaria para fortalecer su familia?

7. Cierre la actividad expresando lo siguiente: Hoy hemos construido algo realmente especial al representar simbólicamente las fortalezas y valores de cada familia. La diversidad que hemos observado muestra que, aunque cada familia es única, compartimos aspectos hermosos y fundamentales.

ACTIVIDAD 3

JUEGO DE ROLES



Familias

INSTRUCCIONES



80 minutos

- 1.** Organice 8 grupos para que desarrollen la situación descrita en el **anexo 1**. Como hay 4 situaciones dos grupos dramatizarán la misma situación. Distribuya los grupos numerándose de 1 a 8 para que todos queden distribuidos.
- 2.** Manifieste que la idea es que se pongan en el lugar del otro, y para ello explique que realizarán un juego de roles, en donde las niñas, niños, adolescentes y jóvenes serán los padres, madres y cuidadores y los familiares serán las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.
- 3.** Distribuya los grupos para que en 20 minutos准备 su presentación que debe durar 4 o 5 minutos. Controle que las presentaciones no tomen más de 5 minutos para que no se extienda demasiado la actividad.



4. Después de ver todos los dramatizados, invite a los y las participantes a ubicarse en un círculo y genere una reflexión a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintieron al asumir roles diferentes en la familia? Motive a compartir anécdotas específicas durante la dramatización y preguntar cómo se sintieron en esos momentos.
- Qué desafíos enfrentaron al cambiar de roles? Destaque la importancia de la empatía al experimentar las responsabilidades de los demás.
- ¿Qué aprendieron sobre las responsabilidades y experiencias de los demás miembros de la familia? ¿Es fácil lo que le toca a hacer a los demás?
- ¿Cómo afectó esta experiencia su comprensión de los roles de los otros?

5. Retome los mensajes que van saliendo a partir de las preguntas y cierre con la siguiente reflexión: La familia, como unidad, se nutre de la comprensión y el apoyo mutuo, reconociendo y valorando la diversidad de roles y responsabilidades que cada miembro asume. Es esencial comprender que cada integrante de la familia desempeña un papel único y contribuye de manera significativa al bienestar colectivo. Desde las labores cotidianas hasta los momentos cruciales, todos estamos interconectados, y es crucial reconocer y respetar las diversas funciones que cada uno desempeña. A menudo, la vida puede generar tensiones y desafíos, pero es en estos momentos cuando la solidaridad familiar se vuelve más valiosa. Al entender las responsabilidades individuales y brindar apoyo emocional, creamos un ambiente donde cada miembro se siente valorado y comprendido.

ACTIVIDAD 4**;QUE TODOS SEPAN MI COMPROMISO!**

Familias

INSTRUCCIONES

10 minutos

1. Como está es la última sesión familiar, recuerde el camino recorrido por las tres sesiones anteriores y destaque brevemente los temas que se abordaron, resaltando la importancia de fortalecer los lazos familiares.

2. Invite a cada participante a compartir un compromiso que haya surgido durante estas sesiones y que estén dispuestos a aplicar para convertirse en una familia protectora de las niñas, niños y adolescentes. Pueden dar ejemplos como estos.

- Me comprometo a escuchar más a mis padres cuando cuentan sus experiencias del día.
- Voy a compartir mis sentimientos de una manera abierta y honesta con mi familia.
- Me comprometo a ser más responsable en casa para apoyar a mis padres.
- Voy a estar atento/a a los riesgos que enfrentan niñas, niños y adolescentes.
- Voy a hacer todo lo posible para que se cumpla el proyecto de vida de ...



3. Entregue a cada participante una hoja de papel tamaño carta, y pídale que hagan un avión de papel. Fomente que quienes saben hacer aviones de papel ayuden a quienes no saben.

4. Una vez estén hechos los aviones de papel, pídale que escriban su nombre y su compromiso en el avión. Luego pídale que lancen el avión y cuando todos hayan caído recojan uno para leer los compromisos de las demás personas.

5. Permita que dos o tres personas lean en voz el compromiso que recibieron en el avión. Haga 5 o 6 lanzamientos para que se lean (tanto personalmente como en voz alta) más compromisos.

6. Concluya la dinámica agradeciendo la participación y la apertura de todos y resalte la importancia de llevar consigo estos compromisos como herramientas para fortalecer los vínculos familiares y convertirse en familias protectoras.

ANEXO 1

Situaciones para el juego de roles

SITUACIÓN 1

Los padres han llegado cansados del trabajo, y los hijos deben encargarse de recibirlos, preparar la cena y asegurarse de que tengan una noche tranquila.

Los hijos deben actuar como cuidadores y responsables del hogar. Los hijos les darán a sus padres indicaciones sobre las tareas domésticas, los deberes escolares y cualquier otra responsabilidad que normalmente asumen los hijos.

Los padres deben seguir estas indicaciones y experimentar cómo es estar en el lugar de sus hijos y los hijos en el lugar de los padres.

SITUACIÓN 2

Los padres deben salir a trabajar y los hijos mayores deben encargarse del cuidado de los hermanos más pequeños.

Los hermanos mayores deben actuar asumiendo las responsabilidades cotidianas y lidiar con situaciones como la negativa de sus hermanos a seguir instrucciones y la llegada temprana de los padres quienes estarán enojados porque no encontraron la casa como esperaban.

SITUACIÓN 3

Tras varios días difíciles en el trabajo los padres no han conseguido el dinero que se esperaba, ahora deben enfrentarse a múltiples gastos esenciales como el arriendo, servicios públicos y la compra de alimentos.

Los hijos quieren más cosas de las que se pueden pagar, causando aún mayor estrés en ambos, en los niños porque no tienen lo que necesitan y en los padres porque no pueden pagar todo lo que esperan.

SITUACIÓN 4

La familia vive en un espacio reducido generando tensiones entre los hijos sobre la privacidad y el espacio personal. Las tensiones se vuelven conflictos por compartir habitaciones o espacios comunes, lo que hace que los niños permanezcan todo el día en la calle, situación que a los padres no les gusta. Los hijos deben actuar rebeldes y desconociendo los peligros de la calle, lo padres deben mostrarse preocupados por las experiencias y peligros que pueden estar viviendo sus hijos en la calle.

RETORNO A LA
ALEGRÍA

TALLERES DE TRANSFERENCIA



RETORNO A LA
ALEGRÍA

A continuación se presenta una propuesta de agenda de actividades con la duración de cada una de ellas. Se puede emplear esta agenda en su totalidad, adaptarla o modificarla según las necesidades, siempre que se garantice el alcance de los objetivos de la formación.

Primer día de formación

AGENDA DE ACTIVIDADES			
	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
1	Bienvenida y presentación de los objetivos	Saludar a las personas participantes y presentar los objetivos de la formación	15 Minutos
2	Dos verdades y una mentira	Presentar a los participantes para ganar confianza entre el grupo	45 Minutos
3	Las reglas de juego	Construir los acuerdos para el desarrollo de los talleres	20 Minutos
4 RECESO			20 Minutos
5	Yo nunca he ...	Profundizar en el conocimiento de las personas participantes	45 Minutos
6	Presentación del Programa Retorno a la alegría	Presentar las generalidades del la metodología Retorno a la Alegría	60 Minutos
7	Sabelotodo	Evaluuar la apropiación del conocimiento de los participantes en la metodología	45 Minutos
8 ALMUERZO			70 Minutos
9	La telaraña	Desarrollar un reto de activación	30 Minutos
10	Conceptos básicos de la facilitación	Presentar los conceptos básicos sobre la facilitación de talleres	40 Minutos
11	Presentación general de las sesiones con niñas, niños y adolescentes.	Hacer un recorrido general por las sesiones de trabajo (con NNAJ y Familias)	80 Minutos
12	Cierre del primer taller	Cerrar el día de trabajo con los principales acuerdos y conclusiones	5 Minutos

ACTIVIDAD 1

BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DE LOS OBJETIVOS

OBJETIVO

Saludar a las personas participantes y presentar los objetivos de la formación del día.



INSTRUCCIONES



15 minutos

- 1.** Dé la bienvenida a todas las personas al Programa Retorno a la Alegría y motívelas para trabajar con entusiasmo.
- 2.** Explique que el proceso de formación del programa tiene tres momentos: i) la transferencia metodológica inicial, ii) el fortalecimiento de capacidades y iii) el acompañamiento permanente. Deje claro que estos primeros tres días hacen parte de la transferencia metodológica inicial.
- 3.** Explique que la transferencia metodológica inicial dura tres días y que en este primer día los objetivos son:
 - a)** Permitir que las personas participantes se conozcan entre si.
 - b)** Aprender sobre las generalidades del programa.
 - c)** Aprender sobre el proceso de facilitación de talleres.
- 4.** Presente la agenda para que las personas conozcan los temas y los tiempos de receso que se van a tener.

ACTIVIDAD 2**DOS VERDADES Y UNA MENTIRA****OBJETIVO**

Presentar a los participantes para ganar confianza entre el grupo.

INSTRUCCIONES 45 minutos

1. Pida que se organicen conformando un círculo e informe que se va a desarrollar una actividad que se llama “dos verdades y una mentira”.
2. Pida a cada persona que piense tres cosas sobre sí mismo que quiera compartir con el grupo. Dos deben ser verdad y una debe ser mentira.
3. Deles un minuto para que piensen esas tres cosas. No las deben decir aún.
4. Cuando todas las personas hayan pensado sus tres cosas, pídale que cuando les den la palabra digan su nombre, de dónde vienen (la vereda o el barrio y el rol que van a tener en el programa) y las tres frases que pensó en cualquier orden. No deben decir cuál es verdad y cuál es mentira.

Por ejemplo:

Soy Jennifer Mora vengo de la vereda las hermosas, y voy a ser voluntaria del programa:



- Tengo 6 hermanos (Verdad).
 - Camino 5 km cada día para llegar a donde necesito (Verdad).
 - Me tomo cinco tazas de café al día (Mentira).
5. Empiece usted que está dirigiendo la actividad para que quede clara la dinámica.
 6. Una vez se presenta la primera persona, pídale al resto del grupo que adivinen cuáles son verdad y cuál es mentira. Deben permitirse el tiempo de dejar claro qué es verdad y qué es mentira, como un mecanismo para conocer a las personas.
 7. Permita que todas las personas se presenten usando esta dinámica.

ACTIVIDAD 3

LAS REGLAS DEL JUEGO

OBJETIVO

Construir los acuerdos para el desarrollo de los talleres.

INSTRUCCIONES

 20 minutos

1. Haga una breve reflexión sobre la importancia de contar con acuerdos para la realización de los tres días de formación e infórmeles que entre todos se van a construir esos acuerdos que todos deben cumplir.
2. Usando un pliego de papel periódico, escriba, a manera de propuesta, algunas reglas o acuerdos para las sesiones, por ejemplo:
 - **Ser llamados por su nombre:** (un diminutivo, uno de sus dos nombres o el apodo que les gusta).
 - Asumir una **actitud positiva:** y respetuosa hacia el manejo del tiempo, hacia las personas, el cuidado y uso de los materiales.
 - **Puntualidad:** cada actividad tiene su tiempo (se inicia y se finaliza a la hora pactada, además cada momento del taller tiene un tiempo específico).
 - **Escucha activa y respeto por la palabra:** pedir silencio y escuchar al que esté hablando (cuando se sienta murmullos o se interrumpa a quien hable, el orientador y/o los y las participantes levantarán la mano con el puño como gesto para pedir silencio, quien vea el gesto lo repetirá, cualquier persona puede solicitar silencio).
 - **Kit de materiales:** son para el uso de todos, se necesitarán en otros talleres, siempre estarán disponibles en el lugar donde se ubiquen y deberán ser cuidados por todos y todas.
 - **Uso controlado del celular:** no se usará durante las actividades a menos de que sea completamente necesario. (En caso de que algún participante lo necesite se le solicitará que salga del espacio para atender o hacer llamadas, el uso controlado, implica el uso limitado de las redes sociales).



3. Pídale que lean y compartan las reglas sugeridas y si están de acuerdo con esta lista o si tienen alguna sugerencia o propuesta. Las sugerencias las podrán escribir en una ficha bibliográfica para que sea discutida y acogida por todas las personas participantes.
4. Recoja las propuestas o ideas y en consenso se decidan conjuntamente cuáles reglas se agregan o cambian. Los acuerdos en su totalidad se escribirán en un segundo pliego de papel periódico y se ubicarán en un lugar visible para que todos los y las participantes las tengan en cuenta.
5. Invite a las personas participantes aceptar el compromiso de seguir los acuerdos, firmando en el pliego de papel periódico donde se encuentran las reglas de convivencia.

ACTIVIDAD 5

YO NUNCA HE...

OBJETIVO

Profundizar en el conocimiento de las personas participantes.

INSTRUCCIONES



45 minutos

1. Se entregará a los y las participantes 10 fríjoles (si no disponen de esto, podrán ser dulces, piedras pequeñas, palitos, entre otras cosas).
2. Conforme un círculo con todos los y las participantes sentados en el suelo, y lanzará la primera afirmación:
“Yo nunca he hecho las tareas a última hora”
3. Las personas participantes que **SI** han hecho las tareas a última hora se levantarán y entregarán un fríjol al participante que haya hecho la afirmación y al regresar cambia el lugar en donde estaba.
4. Quien facilita la actividad puede elegir una persona de las que entregaron el fríjol para que haga la siguiente afirmación.
5. Cuando una persona participante se queda sin fríjoles levanta la mano. El juego termina cuando cinco participantes se hayan quedado sin fríjoles, o cuando se haya cumplido el tiempo.
6. Para terminar, motive una reflexión sobre las semejanzas y diferencias que tenemos con los demás en las cosas que hacemos. Esa combinación, es la que nos hace personas únicas.
7. Para ayudar a lanzar afirmaciones quien facilita la actividad podrá usar las siguientes afirmaciones:

Yo nunca...

- Me he levantado temprano un domingo.
- He ido a Bogotá.
- Me he quedado en la casa de mis primos.
- Perdido materias en el colegio.
- He pensado que quiero ser cuando grande.
- He comido (algo que no sea fácil de conseguir en la región, como fresas en las costas o peces de mar en los municipios de la cordillera).
- He faltado a clase sin excusa alguna.

Se trata de lanzar afirmaciones divertidas que hagan que los participantes se conozcan cada vez más.



ACTIVIDAD 6**PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA RETORNO A LA ALEGRÍA****OBJETIVO**

Presentar las generalidades del programa Retorno a la Alegría.

INSTRUCCIONES**60 minutos**

- 1.** Prepare una presentación del programa Retorno a la Alegría con base en la guía de socios implementadores. Especialmente deben quedar incluidos en la presentación:
 - a)** Descripción del programa.
 - b)** Objetivos.
 - c)** Elementos conceptuales del programa (recuperación emocional, situaciones de emergencia y enfoques).
 - d)** Roles del programa.
 - e)** Actividades de la fase de alistamiento.
 - f)** Actividades de la fase de implementación.
 - g)** Actividades de la fase de evaluación y sistematización.
 - h)** Metodología (sesiones de trabajo para niñas, niños, adolescentes y jóvenes).
 - i)** Ejes temáticos.
 - j)** Duración de la implementación.
- 2.** Al terminar la presentación resuelva las inquietudes de las personas participantes.



ACTIVIDAD 7

SABELOTODO

OBJETIVO

Evaluar la apropiación del conocimiento de los participantes en la metodología a través de un juego de mesa.



INSTRUCCIONES



45 minutos

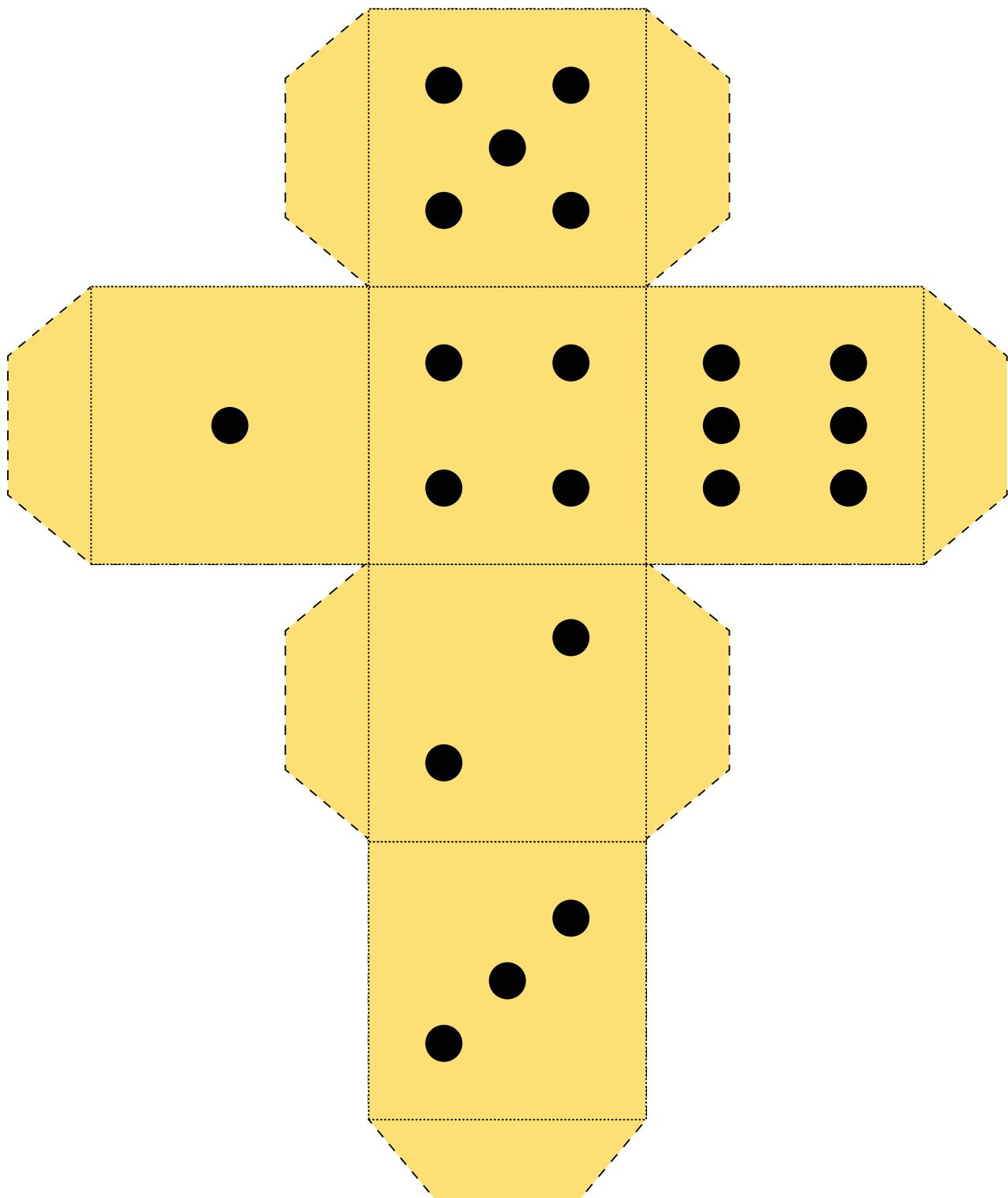
1. Cree una batería de 30 preguntas basadas en los contenidos del programa. Debe asegurarse que las respuestas se abordaron en la presentación del grupo anterior.
2. Recorte el tablero, las fichas y el dado que están al final de estas instrucciones.
3. Organice al equipo en 4 o 5 grupos y sortee el orden en el que van a avanzar por el tablero. Esto se hace pidiendo que cada grupo lance el dado y organizando los grupos del puntaje más alto al menor, si hay empate en dos o más grupos deben volver a lanzar el dado para desempatar solo esos grupos.
4. Para iniciar cada grupo lanza el dado y corre su ficha en el tablero, siga las instrucciones de la casilla, tenga en cuenta que las preguntas pueden dar 1, 2 o 3 puntos, lo que hará más divertido el juego.
5. Si responde la pregunta de manera correcta tendrá la cantidad de puntos que el tablero indica, si responde de manera incorrecta, la pregunta debe ser respondida para todos, de manera que quede clara la respuesta. Tenga en cuenta que hay casillas que restan puntos si se responde de forma incorrecta.
6. Antes de responder, el grupo tiene 20 segundos para consultar la respuesta con todos sus integrantes.
7. Lleve en un pliego de papel periódico el puntaje por cada grupo. Al final gana el grupo que más puntos tenga.

41 PREGUNTA GANA 2 PUNTOS	42 AVANZA 3 CASILLAS	43 PREGUNTA GANA 1 PUNTO RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL	44 RESponde? GANA 7 PUNTOS SI AMBAS ESTÁN BIEN, SINO SERÁN 0 PUNTOS	45 PREGUNTA GANA 2 PUNTOS RESTA UN PUNTO SI CONTESTA MAL
40 RETROCEDE 2 CASILLAS	39 PREGUNTA GANA 3 PUNTOS RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL	38 CEDE EL TURNO	37 PREGUNTA GANA 1 PUNTO RESTA UN PUNTO SI CONTESTA MAL	36 PREGUNTA GANA 2 PUNTOS
21 PREGUNTA GANA 1 PUNTO RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL	22 RETROCEDE 2 CASILLAS	23 PREGUNTA GANA 3 PUNTOS	24 PREGUNTA GANA 2 PUNTOS	25 PREGUNTA GANA 2 PUNTOS RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL
20 CEDE EL TURNO	19 PREGUNTA GANA 2 PUNTOS	18 AVANZA 1 CASILLA	17 PREGUNTA GANA 1 PUNTO RESTA UN PUNTO SI CONTESTA MAL	16 RESponde? GANA 7 PUNTOS SI AMBAS ESTÁN BIEN, SINO SERÁN 0 PUNTOS
1 PREGUNTA GANA 1 PUNTOS	2 CEDE EL TURNO	3 PREGUNTA GANA 2 PUNTOS RESTA UN PUNTO SI CONTESTA MAL	4 RETROCEDE 2 CASILLAS	5 PREGUNTA GANA 1 PUNTO

46  RETROCEDE 1 CASILLA	47 PREGUNTA ?  GANAS 3 PUNTOS RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL	48  AVANZA 2 CASILLAS	49 PREGUNTA ?  GANAS 2 PUNTOS RESTA 3 PUNTOS SI CONTESTA MAL	50 ¡FINAL DEL JUEGO!  GANAS 3 PUNTOS
35 PREGUNTA ?  GANAS 2 PUNTOS	34  RETROCEDE 3 CASILLAS	33 PREGUNTA ?  GANAS 1 PUNTO RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL	32  CEDE EL TURNO	31 PREGUNTA ?  GANAS 3 PUNTOS
26  CEDE EL TURNO	27 PREGUNTA ?  GANAS 1 PUNTO	28  RETROCEDE 1 CASILLA	29 PREGUNTA ?  GANAS 2 PUNTOS RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL	30 RESPONDE?  GANAS 7 PUNTOS SI AMBAS ESTÁN BIEN, SINO SERÁN 0 PUNTOS
15 PREGUNTA ?  GANAS 3 PUNTOS	14  CEDE EL TURNO	13 PREGUNTA ?  GANAS 2 PUNTOS	12  AVANZA 2 CASILLAS	11 PREGUNTA ?  GANAS 1 PUNTO RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL
6  AVANZA 3 CASILLAS	7 PREGUNTA ?  GANAS 3 PUNTOS RESTA DOS PUNTOS SI CONTESTA MAL	8  CEDE EL TURNO	9 PREGUNTA ?  GANAS 2 PUNTOS	10  RETROCEDE 1 CASILLA

RETORNO A LA
ALEGRÍA

ANEXO 1
Dado sabelotodo



ACTIVIDAD 9

LA TELARAÑA

OBJETIVO

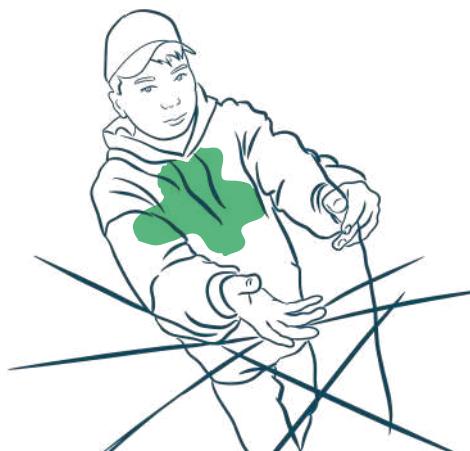
Desarrollar un reto de activación

INSTRUCCIONES

 30 minutos

1. Reúna a los participantes en un círculo y presente la actividad. Explique que cada persona lanzará el rollo de lana a alguien más mientras comparte sus expectativas o metas para el programa.

2. Comience sosteniendo el extremo del rollo de lana y comparta una expectativa o meta personal en relación con la implementación de Retorno a la Alegría. Luego, lance el rollo de lana a otra persona en el círculo, manteniendo firmemente el extremo del hilo.



3. La persona que recibe el rollo de lana dice su nombre, comparte su expectativa o meta para el programa y lanza el rollo de lana a otra persona en el círculo, manteniendo el hilo estirado.

4. A medida que las personas comparten sus expectativas, el hilo de lana comienza a formar una telaraña entre los participantes. Cada persona debe sostener firmemente el hilo antes de lanzarlo para que la telaraña se mantenga intacta.

5. Una vez que todas las expectativas se han compartido y la telaraña está formada, guíe a los participantes en una breve reflexión.

- Pregúntele a los participantes ¿cómo se sienten al ver la red que han creado juntos? ¿Qué representa para ellos? ¿Cómo pueden trabajar juntos para mantener esta red de apoyo?

6. Discuta cómo la actividad de la telaraña puede ser simbólica de la conexión y apoyo entre las personas. Pregunte a los participantes cómo la red que han creado puede ser de utilidad para los beneficiarios del programa. Reflexione sobre la importancia de trabajar juntos, apoyarse mutuamente y compartir metas comunes para lograr un impacto positivo en las niñas, niños adolescentes y jóvenes que serán atendidos por Retorno a la Alegría.

7. Anime a los participantes a pensar en cómo pueden aplicar los principios de esta dinámica en su trabajo con los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

- ¿Cómo pueden tejer una red sólida de apoyo y colaboración para lograr los objetivos del programa? Escuchen algunas intervenciones e ideas de las personas participantes.

ACTIVIDAD 10

CONCEPTOS BÁSICOS DE LA FACILITACIÓN

OBJETIVO

Transmitir conceptos básicos sobre lo que significa facilitar talleres.

INSTRUCCIONES

 40 minutos

1. Prepare un presentación del programa sobre los aspectos básicos de la facilitación de los talleres, puede basarse en las ideas que están a continuación.



A. RESPONSABILIDADES: Las y los voluntarios deben establecer una relación de confianza con los participantes mientras mantienen una autoridad respetuosa. Su función principal es guiar el proceso de reflexión y aprendizaje y fomentar la participación activa de todas y todos los involucrados, creando un ambiente seguro y colaborativo.

B. DINÁMICAS DE ROMPIMIENTO DE HIELO: Al iniciar un taller, o al llegar de un receso o del almuerzo, es necesario hacer dinámicas para romper el hielo para ayudar a las y los participantes a sentirse cómodos y conectados entre sí. Juegos y actividades simples, divertidos y participativos permiten crear un ambiente relajado y propicio para el aprendizaje.

C. DESARROLLO DE ACTIVIDADES: La labor primordial es la ejecución de las actividades predefinidas en la metodología de Retorno a la Alegría. Las y los voluntarios deben estar preparados para liderar y facilitar estas actividades, lo que implica entender sus objetivos, dinámicas y posibles variantes según el grupo. También pueden modificar las actividades propuestas en tanto se mantengan los temas y objetivos que la metodología propone. La preparación adecuada garantiza que las actividades se lleven a

cabo de manera efectiva, fomentando la participación activa y el logro de los objetivos de aprendizaje.

D. MANEJO DEL GRUPO: Las y los voluntarios deben emplear estrategias efectivas para mantener el orden y la atención del grupo, fomentando la colaboración y el trabajo en equipo. Ante situaciones de conflicto o comportamientos disruptivos, es importante intervenir de manera respetuosa y assertiva para mantener un ambiente de aprendizaje positivo. Esto siempre será más fácil de realizar cuando se tienen los objetivos claros.

E. COMUNICACIÓN Y ESCUCHA EFECTIVA: La comunicación clara y empática es esencial para establecer una conexión significativa con los participantes. Recuerde que las formas de comunicarse con las niñas, niños y adolescentes son diferentes a los adultos. Con las personas jóvenes, se requiere adaptar el lenguaje y el tono de comunicación para hacerlo más accesible, utilizando ejemplos relevantes para su edad e intereses, y fomentando un diálogo abierto que les permita expresar sus pensamientos y emociones con confianza.

F. EVALUACIÓN Y RETROALIMENTACIÓN: Las y los voluntarios deben implementar recoger retroalimentación de las y los participantes al finalizar la sesión, de forma que se pueda ajustar y mejorar la experiencia de aprendizaje según sus necesidades y expectativas. Recuerden que las y los voluntarios también aprenden durante el proceso.

G. ADAPTACIÓN Y FLEXIBILIDAD: Las y los voluntarios deben tener la capacidad de adaptarse a las necesidades y dinámicas del grupo para el éxito de la sesión. Esto también supone adaptar la sesión a las necesidades del grupo. Ser flexible y ajustar el plan de la sesión sobre la marcha garantiza una experiencia relevante y significativa para todas y todos.

H. MANEJO DEL TIEMPO: Las y los voluntarios deben controlar el tiempo de cada actividad. Mantenerse conscientes del tiempo durante la sesión es crucial para evitar que se extienda demasiado, se recomienda usar el cronómetro del teléfono y ajustar el plan según sea necesario de forma que se realicen todas las actividades.



2. Al finalizar, permita un espacio para preguntas y aclare todas las dudas que tengan las y los voluntarios.

ACTIVIDAD 11

**PRESENTACIÓN GENERAL DE LAS SESIONES CON NIÑAS,
NIÑOS Y ADOLESCENTES.**

OBJETIVO

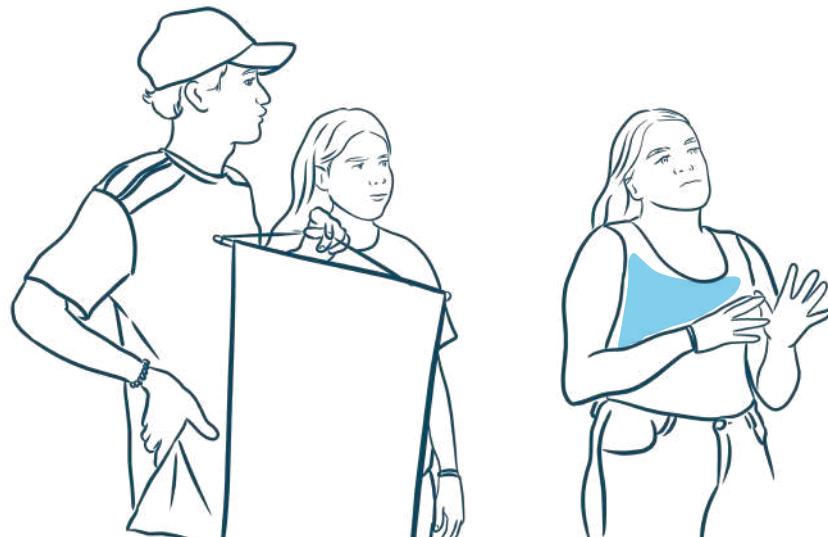
Hacer un recorrido general por las sesiones de trabajo tanto con niñas, niños, adolescentes y jóvenes, así como por las sesiones familiares.

INSTRUCCIONES

 **80 minutos**

1. Prepare una presentación para explicar las generalidades de las sesiones de trabajo. Se recomienda que después de la presentación a las y los voluntarios les queden claros los siguientes temas:

- A.** Cuáles son y en qué consisten los ejes temáticos
- B.** Cuáles son las sesiones (nombre y objetivo) de cada eje
- C.** Donde encontrar los conceptos clave de cada sesión
- D.** Cómo es la estructura de actividades de las sesiones
- E.** Cómo es y cuándo se usa el manual de juegos



2. Al finalizar, permita un espacio para preguntas y aclare todas las dudas que tengan las y los voluntarios.

ACTIVIDAD 12

CIERRE DEL PRIMER DÍA DE TALLER

OBJETIVO

Cerrar el día de trabajo con los principales acuerdos y conclusiones instrucciones.

INSTRUCCIONES

⌚ 10 minutos

1. Agradezca la participación de todas las personas en el taller y haga un recuento breve de los temas abordados a lo largo del día.
2. Haga una reflexión sobre la importancia de acoger y aplicar los aprendizajes de este taller en el trabajo que se va a desarrollar con las niñas, niños y adolescentes.
3. Recuerde la hora de inicio del día siguiente y pídaleles puntualidad para evitar que la agenda del día se retrase.



Segundo día de formación

AGENDA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
1 Bienvenida y presentación de los objetivos del día 2	Saludar a las personas participantes y presentar los objetivos de la formación	5 Minutos
2 El camino	Desarrollar habilidades de liderazgo y de trabajo en equipo	20 Minutos
3 Presentación de la metodología para el análisis de sesiones con NNAJ	Presentar la metodología con que se analizarán y se presentarán las sesiones de trabajo	20 Minutos
4 Análisis de sesiones - Lectura - Primera parte	Revisar con detalle las sesiones de trabajo de cada grupo	20 Minutos
5 Análisis de sesiones - Mapas mentales - Primera parte	Elaborar los mapas conceptuales de las sesiones que a cada grupo le correspondió	35 Minutos
6 RECESO		20 Minutos
7 Análisis de sesiones - Lectura - Segunda parte	Revisar con detalle las sesiones de trabajo de cada grupo	20 Minutos
8 Análisis de sesiones - Mapas mentales - Segunda parte	Elaborar los mapas conceptuales de las sesiones que a cada grupo le correspondió	35 Minutos
9 Presentación de mapas mentales del Eje 1	Presentación a todas y todos los participantes el mapa mental de las sesiones del eje 1	30 Minutos
10 Presentación de mapas mentales del Eje 2	Presentación a todas y todos los participantes el mapa mental de las sesiones del eje 2	30 Minutos
11 ALMUERZO		60 Minutos
12 Enumerarse	Desarrollar una actividad para fortalecer las capacidades de trabajo en equipo	60 Minutos
13 Presentación de mapas mentales del Eje 3	Presentar a todas y todos los participantes el mapa mental de las sesiones del eje 3	30 Minutos

AGENDA DE ACTIVIDADES

	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
14	Presentación de mapas mentales del Eje 4	Presentar a todas y todos los participantes el mapa mental de las sesiones del eje 4	30 Minutos
15	Análisis de sesiones - Lectura - Sesiones familiares	Revisar con detalle las sesiones familiares que le correspondió a cada grupo	15 Minutos
16 RECESO			15 Minutos
17	Análisis de sesiones - Mapas mentales - Sesiones familiares	Elaborar los mapas conceptuales de las sesiones familiares	20 Minutos
18	Presentación de mapas mentales sesiones familiares	Presentar a todas y todos los participantes el mapa mental de las sesiones familiares	60 Minutos
19	Cierre de la sesión y compromisos		5 Minutos

ACTIVIDAD 1

BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DE LOS OBJETIVOS

OBJETIVO

Saludar a las personas participantes y presentar los objetivos de la formación del día.



INSTRUCCIONES

⌚ **5 minutos**

- 1.** Dé la bienvenida a todas las personas al Programa Retorno a la Alegría agradezca la puntualidad e inicie a tiempo las actividades del día.
- 2.** Explique que en este segundo día los objetivos son:
 - a)** Conocer con detalle las sesiones de trabajo del programa.
 - b)** Analizar los contenidos de las sesiones.
 - c)** Desarrollar habilidades de síntesis de la información.
- 3.** Presente la agenda para que las personas conozcan los temas y los tiempos de receso que se van a tener.

ACTIVIDAD 2

EL CAMINO

OBJETIVO

Presentar a los participantes para ganar confianza entre el grupo.

INSTRUCCIONES



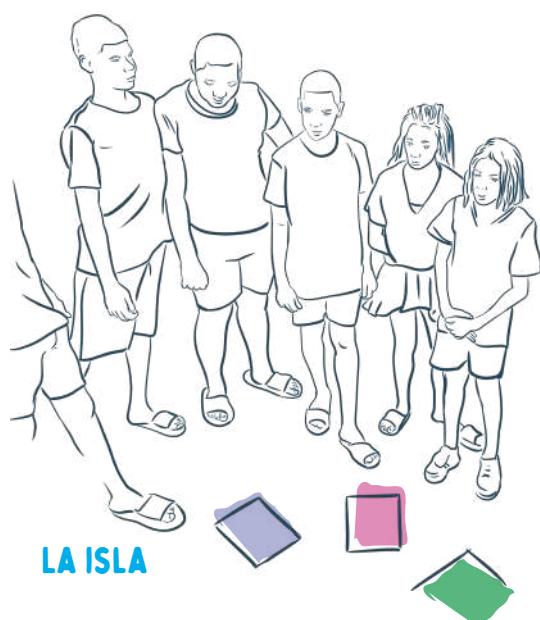
20 minutos

1. Según el espacio disponible en el lugar en el que se desarrolla el taller, pegue hojas carta en el piso con una distancia de 60-70 centímetros simulando un camino. Cada hoja debe tener escrita alguna instrucción,

por ejemplo:

- Salte a la siguiente hoja
- Dé un paso normal
- Avance como si hubiese un abismo
- Avance caminando como pato
- Avance como si fuera un camino empinado
- Avance como si jalara algo
- Avance dando saltos de rana

2. Organice al grupo en dos equipos, y ponga a cada uno en uno de los extremos del camino. Esa zona donde empiezan los equipos se llamará la isla. El objetivo es que los equipos pasen de una isla a la otra usando el camino, sin salirse de las hojas, y cumpliendo la instrucción de cada una de ellas, por cada persona que pase cumpliendo las reglas se obtendrá un punto. Gana el equipo que tenga más puntos.



3. Cada equipo elegirá un líder inicial y además la primera persona que pasará el camino. Los demás deben hacer una fila para esperar su turno de pasar. Cada persona que cruce el camino tendrá los ojos vendados y recorrerá el camino atendiendo las instrucciones que le dé el líder, todos los demás deben permanecer en silencio.

4. El líder debe guiar a la persona para que pase de hoja en hoja siguiendo la instrucción que está escrita en ella. Los grupos inician al tiempo, es decir que habrá dos personas cruzando en sentido contrario y dos líderes orientando el camino. Tenga precaución cuando dos personas se crucen, está será la única excepción donde uno de los dos podrá salir del camino.

5. Al terminar de cruzar el camino, esa persona se convertirá en líder y el líder pasará a la fila para recorrer el camino cuando le corresponda.

6. Al final todos deben pasar el camino y ser líderes para guiar a algún compañero. Se trata de que todos los miembros del equipo experimenten la sensación de liderar. Por lo tanto si un equipo termina primero, permita el tiempo necesario para que el segundo grupo termine.

7. Una vez se ha identificado el equipo ganador, hagan una reflexión colectiva para identificar:

- ¿Cómo se sintieron durante la actividad?
- ¿Qué diferencias encontraron cuando eran guiados por alguien y cuando tuvieron que guiar a otro compañero?
- ¿Qué hizo que pudieran cruzar sin caerse?
- Para quienes cruzaron cayéndose varias veces ¿Qué les dificultó el ejercicio?

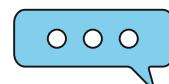
ACTIVIDAD 3 METODOLOGÍA PARA EL ANÁLISIS DE SESIONES CON NNAJ

OBJETIVO

Presentar la metodología con la que se analizarán y se presentarán las sesiones de trabajo

10 minutos

para presentar la metodología, su desarrollo se dará en las siguientes actividades.



Nota: con la metodología presentada en esta actividad se desarrollarán las actividades 4, 5, 7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 17 y 18 de acuerdo con lo previsto en la agenda.

INSTRUCCIONES

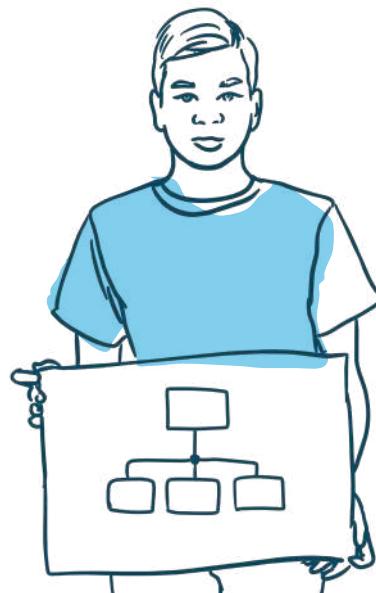
- 1.** Inicie la sesión explicando el propósito del ejercicio: analizar y presentar las sesiones de trabajo con niñas, niños, adolescentes y jóvenes, mediante la elaboración de mapas conceptuales.
- 2.** Organice a los participantes en 9 grupos, más o menos de la misma cantidad de participantes, para esto pídale que se numeren del 1 al 9. Si hay 30 personas los grupos quedarán de tres personas y algunos de 4.
- 3.** A cada grupo asigne dos sesiones de trabajo con niñas, niños, adolescentes y jóvenes como son 17 sesiones un grupo solo tendrá una sesión, procure que el grupo que tiene solo una sesión sea uno de los grupos pequeños. Las sesiones que revisa cada grupo no deben ser consecutivas sino intercaladas, de manera que a la hora de presentar participen todos los grupos en orden. Esto quiere decir que el grupo uno analizará las sesiones 1 y 10, el grupo dos las sesiones 2 y 11, el grupo tres las sesiones 3 y 12, el grupo cuatro las sesiones 4 y 13 y así sucesivamente. El grupo 9 solo tendrá la sesión 17.
- 4.** Explique que la actividad es leer la sesión y presentar los elementos fundamentales en un mapa conceptual que deberán elaborar en un pliego de papel periódico y después explicarlo a todas las demás personas participantes del taller. Explique qué es un mapa conceptual y ofrezca varios ejemplos para que quede claro lo que debe hacer el grupo una vez lea la sesión. Puede apoyarse en la siguientes páginas web para explicar qué es un mapa conceptual:

<https://docentesaldia.com/2020/10/18/como-hacer-un-mapa-conceptual-explicacion-paso-a-paso-y-ejemplos/>

<https://www.educ.ar/recursos/158570/como-hacer-esquemas-conceptuales#h5pbookid=fteSDKh9n&chapter=h5p-interactive-book-chapter-04bc-f1b0-be40-4c9f-9cb5-3f017ca8d4b0§ion=0>

- 5.** La construcción de los mapas conceptuales se divide en dos momentos uno de lectura y otro de construcción de los mapas, y esto se repite dos veces, uno para la primera sesión que les correspondió y luego otra vez para la segunda sesión.

- 6.** Entregue a cada grupo una copia impresa de la sesión que van a trabajar. Una vez cada grupo tiene las sesiones que les correspondieron, asígneles 20 minutos para que lean entre todos la primera sesión que les correspondió. Esta lectura detallada es la actividad 4 del taller para la primera sesión y la actividad 7 para la segunda.



7. Una vez los grupos han leído la sesión, entregue papel periódico y marcadores de colores para que en 40 minutos cada grupo elabore su mapa conceptual de la sesión que les correspondió. Esta elaboración de los mapas conceptuales es la actividad 5 del taller para la primera sesión y la actividad 8 para la segunda.

8. Una vez se han desarrollado las actividades 4, 5, 7 y 8 se inicia la presentación de los mapas conceptuales que elaboró cada grupo.

9. Para esto, pídale que peguen cada mapa conceptual en la pared en orden del 1 al 17 como en una galería de cuadros. Luego por ejes temáticos y en el orden de las sesiones cada grupo presentará en 6 minutos en plenaria (es decir, para todos los asistentes al taller) su mapa conceptual. Los demás participantes podrán hacer preguntas si algo no está claro. La presentación de los mapas conceptuales de los ejes corresponden a las actividades 9, 10, 13 y 14 para lo cual se dispondrá de 30 minutos en cada eje temático, como indica la agenda.

10. Para las sesiones familiares se seguirá el mismo procedimiento, pero reorganice los equipos en 4 grupos (uno por cada sesión) y asigne los tiempos que están previstos en las actividades 15, 17 y 18 según la agenda propuesta.



ACTIVIDAD 12**ENUMERARSE****OBJETIVO**

Desarrollar una actividad de trabajo en equipo que fortalezca las capacidades de coordinación del grupo.

INSTRUCCIONES

60 minutos



1. Para esta actividad retire todas las sillas y mesas que haya en el salón. Póngalas en las paredes y busque generar el espacio más amplio posible. También puede desarrollarse la actividad al aire libre cuidando que no sea un lugar con mucho ruido o que haya sol o lluvia directa.
2. Cuente el número de participantes, este será el número que utilizarán para el ejercicio. Debe ser exacto, por lo que si aparece un nuevo participante debe ajustar el número.
3. Pida a todos los participantes que, estando de pie, cierren los ojos y se desplacen por el salón con cuidado de no tropezarse. Haga que caminen en diversas direcciones, y después de un minuto pídale que se sienten con los ojos cerrados y no los abran.

Una vez se han sentado entregue las instrucciones del reto:

- En la posición en que se sentaron, con los ojos cerrados y en completo silencio, deben numerarse del 1 al número de participantes que haya. Por ejemplo si hay 23 participantes, contarán desde el 1 al 23. Dígales ese número para que todos sepan hasta qué número van a contar.
- En ningún momento del ejercicio pueden hablar o abrir los ojos.
- Cada persona solo puede decir un número, es decir todos deben decir un número en cualquier momento de la enumeración.
- Deben volver a empezar cada vez que: i) dos personas digan el mismo número al tiempo, ii) alguien diga un segundo número, iii) pasen más de 6 segundos de silencio sin que nadie diga un número.

4. Este reto requiere un gran nivel de concentración, pues las personas deben lograr cierto nivel de coordinación sin hablar y sin abrir los ojos. Es normal que las primeras veces tengan que empezar una y otra vez mientras el grupo encuentra una estrategia para numerarse.

5. El tiempo previsto es una hora, pero es posible que se logre terminar antes, en cuyo caso se utilizará el tiempo en el resto de las actividades del día. Si la actividad toma más tiempo córtela y en la reflexión analicen por qué no se logró el reto.

6. Al terminar la actividad hagan una reflexión en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo les pareció la actividad?
- ¿Qué fue lo más difícil de este ejercicio?
- ¿Qué fue determinante para lograr el reto? Si lo lograron.
- ¿Por qué creen que no se logró el reto? Si no lo lograron.
- ¿En qué se parece el nivel de coordinación que se requiere para lograr este ejercicio con la implementación de Retorno a la Alegría?

ACTIVIDAD 19

CIERRE DE LA SESIÓN Y COMPROMISOS

OBJETIVO

Cerrar el día de trabajo con los principales acuerdos y conclusiones.

INSTRUCCIONES



5 minutos

1. Agradezca la participación de todas las personas en el taller y haga un recuento breve de los temas abordados a lo largo del día.
2. Haga una reflexión sobre la importancia de acoger y aplicar los aprendizajes de este taller en el trabajo que se va a desarrollar con las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.
3. Recuerde la hora de inicio del día siguiente y pídaleles puntualidad para evitar que la agenda del día se retrase.

Tercer día de formación

AGENDA DE ACTIVIDADES

	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DURACIÓN
1	Bienvenida y presentación de los objetivos del día 3	Saludar a las personas participantes y presentar los objetivos de la formación	5 Minutos
2	Siguiendo el orden	Desarrollo habilidades de liderazgo y de trabajo en equipo	20 Minutos
3	Metodología para el desarrollo de la actividad práctica	Presentar la metodología con la que se prepararán y simularán las sesiones de trabajo	10 Minutos
4	Preparación de las sesiones	Preparar la sesiones que desarrollarán los grupos de trabajo	40 Minutos
5 RECESO			20 Minutos
6	Actividad práctica - Desarrollar una sesión - Primera parte	Simular como es el desarrollo de una sesión de trabajo de la metodología	75 Minutos
7	Retroalimentación	Generar retroalimentación para mejorar las habilidades para desarrollar las sesiones de trabajo	15 Minutos
8 ALMUERZO			70 Minutos
9	Actividad práctica - Desarrollar una sesión - Segunda parte	Simular como es el desarrollo de una sesión de trabajo de la metodología	75 Minutos
10	Retroalimentación	Generar retroalimentación para mejorar las habilidades para desarrollar las sesiones de trabajo	15 Minutos
11	Actividad práctica - Desarrollar una sesión - Tercera parte	Simular como es el desarrollo de una sesión de trabajo de la metodología	75 Minutos
12	Retroalimentación	Generar retroalimentación para mejorar las habilidades para desarrollar las sesiones de trabajo	15 Minutos
13	Instrumentos del programa	Conocer los instrumentos de recolección de información	30 Minutos
14	Cierre de la sesión y compromisos	Cerrar el día de trabajo con los principales acuerdos y conclusiones	10 Minutos

ACTIVIDAD 1**BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DE LOS OBJETIVOS****OBJETIVO**

Saludar a las personas participantes y presentar los objetivos de la formación del día.

**INSTRUCCIONES****5 minutos**

- 1.** Dé la bienvenida a todas las personas al tercer día de formación. Agradezca la puntualidad e inicie a tiempo las actividades del día.
- 2.** Explique que en este segundo día los objetivos son:
 - a)** Desarrollar una actividad práctica de las sesiones de trabajo del programa para afianzar las habilidades de facilitación de talleres.
 - b)** Analizar los contenidos de las sesiones.
 - c)** Desarrollar habilidades de síntesis de la información.
- 3.** Presente la agenda para que las personas conozcan los temas y los tiempos de receso que se van a tener.

ACTIVIDAD 2**SIGUIENDO EL ORDEN****OBJETIVO**

Aumentar la confianza entre los miembros del grupo.

INSTRUCCIONES

20 minutos

1. Distribuya a los participantes en 3 grupos y pídale que formen cada uno una fila dejando cerca de 25 centímetros entre una y otra persona. Pegue cinta de enmascarar en el suelo formando un rectángulo de 45 centímetros de ancho y el largo según la cantidad de participantes ya formados y que han dejado 25 centímetros entre sí.

2. El objetivo es que cada grupo se organice de mayor a menor o de menor a menor (quien facilita elige cuál es el orden al momento de cada instrucción) de acuerdo con las características que les ofrezca, por ejemplo

- Estatura (del más alto al más bajo, o al revés)
- Longitud de su cabello, (del más largo al más corto o al revés)

Para organizarse pueden hablar y salir del rectángulo. Asigne un punto al grupo que se organizó correctamente cumpliendo las reglas.

3. Ahora introduzca una nueva regla: No pueden salirse del rectángulo. Si alguien se sale del rectángulo el grupo pierde esa ronda. Sea muy estricto con el cumplimiento de las reglas. Use las siguientes formas para ordenarse:



- Mes de su cumpleaños (enero, febrero, marzo, etc.)
- La cantidad de hermanos que tienen (de mayor a menor, o al revés)
- Cantidad de letras del primer nombre (de mayor a menor, o al revés)
- Orden alfabético del apellido (de la A a la Z, o al revés)
- Orden alfabético de la línea productiva en la que participan. Si es más de una en la que participan que elijan la que quieran.
- Talla de los zapatos.

4. Una vez identificado el grupo ganador, inicie una reflexión colectiva para identificar:

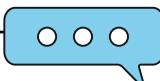
- ¿Cómo se sintieron durante la actividad?
- ¿Qué diferencias encontraron cuando podían salirse del cuadro y cuando no podían moverse más libremente?
- ¿Encontraron la manera adecuada de comunicarse? ¿Cuál fue? ¿La encontraron fácil?
- Para quienes cruzaron cayéndose varias veces ¿Qué les dificultó el ejercicio?
- ¿Alguien asumió un rol de liderazgo de forma espontánea? ¿Siguieron a ese líder?
- ¿En qué se parece esta actividad a la implementación de la metodología Retorno a la Alegría?

ACTIVIDAD 3

METODOLOGÍA PARA LA SIMULACIÓN DE LOS TALLERES

OBJETIVO

Presentar la metodología con la que se desarrollarán las actividades prácticas sobre las sesiones de trabajo (simulación de talleres).



Nota: con la metodología presentada en esta actividad se desarrollarán las actividades 4, 6, 7, 9, 10, 11 y 12 de acuerdo con lo previsto en la agenda.

INSTRUCCIONES



10 minutos

1. Inicie la sesión explicando el propósito de la actividad: Simular el desarrollo de tres talleres para identificar las buenas prácticas y las oportunidades de mejora de las personas voluntarias en el desarrollo de los talleres.

2. Organice tres grupos de trabajo. Es probable que en cada grupo de trabajo queden entre 7 y 9 personas, sin embargo esto dependerá de la cantidad de participantes.





- 3.** A cada grupo asigne una sesión de las 17 que tiene prevista la metodología de Retorno a la Alegría y dígales que deberán hacer la simulación en vivo de la sesión, actuando como si estuvieran interactuando con niños, niñas, adolescentes y jóvenes, este rol lo van a asumir los demás participantes. Cuando terminen una sesión, asígnale otra, hasta que se hayan alcanzado las 17 sesiones.
- 4.** Permita que por 40 minutos cada grupo revise la sesión y se distribuyan entre los participantes del grupo la realización de las actividades previstas en la sesión. Por parejas deben desarrollar una actividad de la sesión. Es decir, dos personas harán la actividad 1 que usualmente es el rompehielos, dos personas harán las actividades 2 y 3 incluidas las reflexiones y dos personas realizarán el cierre. No se hará la simulación de la actividad de juego. Esta actividad de preparación corresponde a la actividad número 4 de la agenda del día tres. Cuando la sesión tenga diferencias por grupos de edad se recomienda simular las actividades de los grupos más grandes
- 5.** Cada grupo tendrá una hora y 15 minutos para simular la sesión. Los demás participantes deberán asumir el rol de niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Esta actividad corresponde a las actividades 6, 9 y 11 de la agenda de formación.
- 6.** Una vez se ha simulado la sesión habrá un espacio de retroalimentación que durará 15 minutos. Pida a todos los participantes que escriban en fichas bibliográficas o en hojas tamaño carta cortadas a la mitad, aspectos positivos que identificaron; cada aspecto positivo debe escribirse en una ficha (o media página) de modo que si se identificaron tres aspectos positivos debe haber tres fichas. Luego deben identificar los aspectos que se pueden mejorar. La redacción de los aspectos a mejorar debe hacerse de manera constructiva y argumentada, de manera que sea posible incorporar las acciones de mejora en los grupos. Esta retroalimentación debe hacerse después de cada simulación, es decir que corresponde a las actividades 7, 10 y 12.

ACTIVIDAD 13

INSTRUMENTOS DEL PROGRAMA

OBJETIVO

Conocer los instrumentos de recolección de información de Retorno a la Alegría

INSTRUCCIONES

 30 minutos

1. Inicie la sesión explicando los instrumentos de recolección de información del retorno a la alegría, con base en definido en el apartado **instrumentos** del programa y **los anexos 2 y 3**.
 2. Conforme grupos de 5 personas y a cada grupo entregue una copia del anexo 2 y del anexo 3 pídale a cada grupo que hagan un simulacro para su diligenciamiento. En el caso se la ficha de signos y síntomas es importante que lean todas las opciones que se deben observar.
 3. Permita un espacio para aclarar de dudas y resolver inquietudes que tengan los participantes.

ANEXO 2

BITÁCORA



ACTIVIDAD 14**CIERRE DEL TALLER****OBJETIVO**

Cerrar el taller para dar inicio formal al proceso de implementación

INSTRUCCIONES **20 minutos**

- 1.** Entregue a cada una de las personas participantes una hoja tamaños carta y un marcador y pídale que se organicen en un círculo (puede ser sentados en el suelo o de pie) de manera que todos se puedan ver entre sí.
- 2.** Ahora pídale que en un minuto escriban en un palabra cual es el aprendizaje más significativo que adquirieron durante estos tres días y la pongan a la altura del pecho para que todas las personas lo pueda leer. Permita un par de minutos para que se puedan leer todos los aprendizajes.
- 3.** Ahora pídale que construyan un avión de papel. Quienes tienen más habilidad pueden ayudar a quienes lo necesiten. Cuando ya todos tienen sus aviones pídale que escriban en una ala del avión, un compromiso que quieran hacer para la implementación de Retorno a la Alegría y le pongan su nombre.
- 4.** Pídale que lancen el avión hacia cualquier parte, esto generará que los aviones se dispersen y cuando hayan caído pídale que recojan un avión lean el compromiso que han hecho sus compañeros.
- 5.** Haga tres o cuatro rondas de lanzamiento de aviones y pídale que se vuelvan a acomodar en el círculo inicial.
- 6.** Permita que quienes quieran –en 30 segundos– hablen sobre cómo se sienten, sus aprendizajes o el compromisos que acaba de hacer o de leer.
- 7.** Agradezca su participación e informe que inicia la implementación de la metodología de Retorno a la Alegría.



RETORNO A LA
ALEGRÍA

TALLERES PARA EL FORTALECIMIENTO

DE CAPACIDADES DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS



RETORNO A LA
ALEGRÍA

VI. TALLERES PARA EL FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

Este capítulo se centra en el proceso fundamental de fortalecimiento de capacidades diseñado exclusivamente para los voluntarios de Retorno a la Alegría, quienes desempeñan un papel fundamental al trabajar con niñas, niños y adolescentes. Reconociendo que los voluntarios son adolescentes y jóvenes, y que no necesariamente tienen todas las herramientas para abordar las complejidades de la atención, se ha ideado un programa de seis sesiones de talleres que deberán ser dictados por el equipo profesional del socio implementador.

El objetivo de estos talleres es incrementar las habilidades de los voluntarios que participan en la metodología Retorno a la Alegría, un esfuerzo diseñado para apoyar el bienestar emocional y psicológico de niñas, niños y adolescentes en situaciones de vulnerabilidad. Este programa se basa en una metodología específica que busca promover la resiliencia y la recuperación emocional a través de actividades lúdicas y pedagógicas. Para asegurar que los voluntarios estén plenamente capacitados para guiar estas actividades de manera efectiva, se han desarrollado seis sesiones de fortalecimiento, cada una con una duración de cuatro horas.

Estas sesiones de fortalecimiento son clave para equipar a las y los voluntarios con las herramientas y conocimientos necesarios para enfrentar los desafíos que pueden surgir durante la implementación del programa. Cada sesión está estructurada en tres módulos distintos: conceptos relevantes, habilidades blandas y técnicas para realizar talleres.



6

TALLERES PARA EL FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES DE LAS PERSONAS VOLUNTARIAS

DESARROLLO DE HABILIDADES BLANDAS

El fortalecimiento de capacidades va más allá del conocimiento conceptual, abordando las habilidades personales (habilidades blandas o habilidades del Siglo XXI como también se conocen) que son importantes en el trabajo con niñas, niños y adolescentes. Se harán actividades específicas dentro de los talleres para desarrollo de habilidades blandas, como la empatía, la comunicación, el liderazgo y el trabajo en equipo. Estas habilidades son fundamentales para establecer conexiones significativas y fomentar un ambiente de apoyo para los participantes.

EXPLORACIÓN DE CONCEPTOS RELEVANTES

En las sesiones, se apoyará a los voluntarios en la comprensión de los conceptos fundamentales que guían la labor no solo de Retorno a la Alegría sino de la mayoría de intervenciones con niñas, niños y adolescentes. Los temas que se abordan van desde la comprensión de los entornos y los enfoques específicos, hasta la importancia del proyecto de vida y el rol de las familias en el desarrollo integral de los participantes. Cada momento conceptual de la sesión busca facilitar que los voluntarios aborden los desafíos y oportunidades que surgirán durante la implementación del programa.

HABILIDADES PARA FACILITAR TALLERES

En estos momentos del taller se busca equipar a las personas voluntarios con las habilidades prácticas necesarias para facilitar talleres efectivos; desde el manejo de grupos hasta la capacidad de generar reflexiones significativas. Estas actividades garantizan que los voluntarios estén preparados para guiar a otras personas (especialmente las niñas, niños y adolescentes) en su proceso dentro del programa Retorno a la Alegría de una mejor manera.

Para lograr lo anterior se propone el desarrollo de 6 talleres para el fortalecimiento de las capacidades. Estos talleres son completamente adaptables. Si de acuerdo con la lectura del contexto se considera necesario abordar los temas en cualquier otro orden se podrá hacer.

El desarrollo de estas sesiones es responsabilidad del equipo técnico del socio implementador, asegurando así que las capacitaciones sean adaptadas a las necesidades y contextos específicos de los participantes. Las sesiones están diseñadas para ser flexibles, permitiendo ajustes en el orden y contenido según las necesidades particulares del grupo de voluntarios. Sin embargo, se recomienda que las técnicas para realizar talleres se aborden en la primera o segunda sesión para identificar y reforzar las áreas que requieran mayor atención.

SESIONES DE TRABAJO	SESION 1	SESION 2	SESION 3	SESION 4	SESION 5	SESION 6
 CONCEPTOS RELEVANTES	Etapas del desarrollo	Enfoques diferenciales	Marco normativo de los Derechos de la niñez	Derechos de la Infancia según la Ley 1098 de 2006 y otros conceptos clave	Riesgos de la niñez y la adolescencia	Riesgos de la niñez y la adolescencia
 HABILIDADES BLANDAS	Comunicación El rumor, dibujar sin ver	Trabajo en equipo La torre del espagueti	Toma de decisiones La decisión	Estrategia El viaje del Pin pon	Pensamiento Creativo El reto del marcador	Resolución de conflictos/negociación La isla desierta
 TÉCNICAS PARA REALIZAR TALLERES	Elementos fundamentales de la facilitación Auto evaluación	Elementos fundamentales de la facilitación Técnicas específicas para el desarrollo de talleres	Estrategias para adaptar las sesiones	Actividades de refuerzo en técnicas	Actividades de refuerzo en técnicas	Primeros auxilios psicológicos

Aunque se sugiere un orden específico para las sesiones, es posible ajustarlo de acuerdo con las necesidades particulares de cada grupo de voluntarios. Para lo cual se sugieren las siguientes recomendaciones:

- i. Incluir las técnicas para realizar talleres, especialmente la autoevaluación, en las primeras sesiones: Esto permitirá identificar rápidamente las áreas que requieren refuerzo, asegurando que los voluntarios estén bien preparados desde el principio.
- ii. Los tiempos previstos son de 4 horas, sin embargo, si por condiciones logísticas o de otro orden se necesita reducir este tiempo, se pueden juntar sesiones, por ejemplo, dos talleres en un solo día (y de esta manera hacer tres días de fortalecimiento de capacidades); o tres talleres en día y medio (y abordar todos los temas en dos días).
- iii. Se puede hacer cualquier combinación, por ejemplo, organizar un taller con los temas “derechos de la niñez I”, y “Primeros auxilios psicológicos” (si es que la afectación es tan grande que se prevé que este tema será un reto en la implementación). En estos casos sólo será necesario tratar de mantener los tiempos para que cada tema se aborde adecuadamente y no se extiendan demasiado los talleres.
- iv. Las habilidades blandas siempre se abordarán en primer lugar, pues se trata también de los espacios de rompehielos que buscan preparar a las personas voluntarias.
- v. Los socios implementadores podrán modificar el tema, es decir abordar otros temas o los que están planteados de forma diferente, incluso podrán desarrollar más talleres si así lo consideran. También es posible crear o incluir nuevas actividades siempre y cuando se cumplan los objetivos esperados del fortalecimiento de capacidades o se requiera profundizar sobre ciertos aspectos que se han identificado como debilidades. En estos casos se recomienda mantener los enfoques conceptuales y el marco jurídico Colombiano para la atención para niños niñas y adolescentes. Es decir, se debe evitar brindar conceptos que vayan en contravía de estas disposiciones.

Sesión
1

FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES



MÓDULO: CONCEPTOS RELEVANTES

ACTIVIDAD	ETAPAS DEL DESARROLLO
INSTRUCCIONES <p>1. Con base en el texto del anexo 3 prepare una presentación para explicar los principales rasgos del desarrollo según cada grupo de edad.</p> <p>2. Una vez ha hecho la presentación organice tres grupos (uno por grupo de edad) y pídale que a partir de la información que acaban de recibir cada grupo presente:</p> <p>a) ¿Qué tipo de actividades de las que desarrolla Retorno a la Alegría tienen relación con estos rasgos del desarrollo en el grupo de edad que está analizando?</p> <p>b) ¿Qué otro tipo de actividades se pueden desarrollar para ese grupo de edad?</p> <p>c) Seleccione alguna de las actividades que desarrolla retorno a la alegría y proponga adaptaciones al grupo de edad que está analizando.</p>	



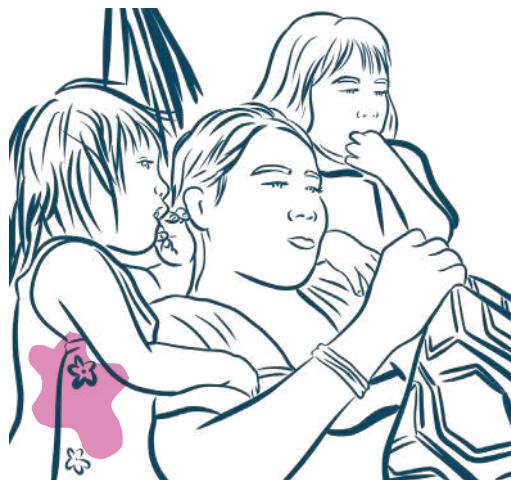
MÓDULO: HABILIDADES BLANDAS

ACTIVIDAD

EL RUMOR

INSTRUCCIONES

- 1.** Conforme dos grupos, cada grupo se debe organizar en una fila y pida a cada persona que estire sus brazos hacia adelante, de forma que la distancia entre las personas sea la distancia de los brazos.
- 2.** Explique que van a participar en una actividad llamada "El rumor" donde un mensaje se transmitirá de una persona a otra susurrándolo en el oído.
- 3.** Seleccione dos frases complejas o con detalles específicos, una para cada fila, por ejemplo,
 - a)** La próxima sesión de Retorno a la Alegría se llevará a cabo el 15 de julio en el parque central y necesitaremos preparar actividades de arte y música.
 - b)** El próximo jueves a las 3 de la tarde, se realizará una reunión en la biblioteca para planificar las actividades del mes de agosto, incluyendo la preparación de los materiales para los talleres de ese mes.
- 4.** Pida al primer participante de cada fila que escuche atentamente la frase que usted le susurrará al oído.
- 5.** Indique a este participante que susurre la misma frase al oído de la persona en la fila, y así sucesivamente hasta que el mensaje llegue al otro lado de la fila.
- 6.** Pregunte al último participante que diga en voz alta la frase que recibió.
- 7.** Compare el mensaje original con el mensaje final, y discuta las diferencias que surgieron.
- 8.** Reflexione con el grupo sobre cómo y por qué se distorsionó el mensaje, destacando la importancia de una comunicación clara y precisa.
- 9.** Durante la reflexión pídale que se identifiquen cosas que se pueden hacer para mejorar la comunicación entre todos y todas y escríbelas en una cartelera.
- 10.** Dígales ahora que vamos a realizar otra actividad llamada dibujar sin ver.



ACTIVIDAD: DIBUJAR SIN VER**ACTIVIDAD****DIBUJAR SIN VER****INSTRUCCIONES**

- 1.** Divida a los participantes en tres grupos y pida a cada grupo que forme una fila, manteniendo la distancia de un brazo entre ellos.
- 2.** Proporcione al primer miembro de cada fila una imagen sencilla (ejemplo: una casa, un árbol, una figura geométrica). Los demás miembros del grupo no deben ver la imagen.
- 3.** Explique que la tarea del primer miembro es describir la imagen al segundo miembro de la fila (quien no puede ver la imagen), pero debe hacerlo susurrando, sin que los otros escuchen.
- 4.** Pida al segundo miembro de cada fila que dibuje lo que va escuchando y al terminar describa la imagen al tercero, y así sucesivamente hasta que el mensaje llegue al último miembro del grupo.
- 5.** Establezca 10 minutos para que cada fila al tiempo complete el dibujo.
- 6.** Recopile los dibujos y compare pegando en una pared cada uno con la imagen original, mostrando los resultados a todo el grupo.
- 7.** Reflexione con los participantes sobre las diferencias entre los dibujos y la imagen original, discutiendo las dificultades que surgieron en la comunicación y las estrategias para mejorarla.
- 8.** Escriba en una cartelera de papel periódico los acuerdos que van saliendo y que el grupo se compromete a seguir para mejorar la comunicación, (tanto de la actividad del rumor, como de la actividad del dibujo).

MÓDULO: TÉCNICAS PARA REALIZAR TALLERES

ACTIVIDAD	ELEMENTOS FUNDAMENTALES DE LA FACILITACIÓN - AUTOEVALUACIÓN
INSTRUCCIONES <ol style="list-style-type: none">1. Con base en el texto del anexo 4 prepare una sesión para explicar las técnicas fundamentales para desarrollar talleres.2. Previamente prepare para cada participante un trozo de papel de colores (puede usar hojas carta o fichas bibliográficas partidas en cuatro). Deben ser de 5 colores: blanco, rosado, amarillo, azul y verde (que se consiguen fácilmente). También, prepare una copia del anexo 5 para cada participante.3. Con base en el texto del anexo 4, prepare una presentación para explicar qué son las técnicas. Puede adicionar técnicas adicionales que considere necesario presentar. En ese caso, las técnicas nuevas serán incluidas a mano por los voluntarios en el anexo 5, usando el espacio en blanco, al momento de su autoevaluación.4. Prepare dos o tres carteleras (según el número de técnicas que se presentaron y se van a evaluar) y, con el marcador, divídálas en seis espacios numerados del 1 al 6 (la primera), del 7 al 12 (la segunda) y del 13 al 18 (la tercera). En estos espacios se consolidarán los resultados de la autoevaluación.5. Explique a los participantes el objetivo de la actividad de autoevaluación: reflexionar sobre su dominio de las técnicas presentadas y identificar áreas de mejora utilizando el anexo.6. Realice la presentación basada en el texto del anexo 4, explicando cada técnica detalladamente. Incluya cualquier técnica adicional que considere relevante y asegúrese de que los participantes las incluyen en el anexo 5 (a mano y en los espacios en blanco).7. Explique el sistema de autoevaluación: cada técnica debe ser evaluada del 1 al 4 marcando una x en la casilla correspondiente según el siguiente criterio: 1 - Necesito mucha mejora (rosado), 2 - Necesito alguna mejora (amarillo), 3 - Estoy bien, pero puedo mejorar (azul), 4 - Estoy bastante bien (verde).	

8. Permita 15 minutos para que cada participante complete su autoevaluación en el **anexo 5**, marcando su nivel de competencia en cada técnica.

9. Entregue a cada participante varios trozo de papel de color.

10. Una vez completada la autoevaluación, pida a los participantes que coloquen su trozo de papel de color correspondiente a cada técnica en los espacios numerados de las carteleras, según su evaluación por ejemplo, si evaluaron la técnica 1 con el número 2 - Necesito alguna mejora, colocarán un papel amarillo en el espacio 1, si la marcaron como 3 - Estoy bien, pero puedo mejorar colocarán un papel amarillo.

11. Facilite la visualización de los resultados en las carteleras, destacando las técnicas que tienen más papeles rosados y amarillos, indicando áreas con mayor necesidad de mejora.

12. Pídale que una ficha bibliográfica en blanco identifiquen otros temas que no explicaron consideran que les está generando dificultad y necesitan mejorar y que los peguen en otra cartelera.

13. Conduzca una discusión grupal sobre las técnicas que resultaron con mayores áreas de mejora, preguntando a los participantes por qué creen que estas técnicas son más desafiantes y qué estrategias podrían ayudar a mejorar en esas áreas.

14. Oriente la reflexión hacia la importancia de la autoevaluación y la evaluación colectiva, resaltando cómo estos procesos pueden ayudar a identificar fortalezas y áreas de mejora para diseñar planes de acción específicos y mejorar el desempeño en futuras sesiones.

15. Concluya la actividad resumiendo los puntos clave discutidos, agradeciendo a los participantes por su colaboración y subrayando la importancia de la mejora continua en el dominio de las técnicas presentadas.

16. Utilice los temas que salieron en rosado, amarillo y en blanco para reforzar las sesiones de fortalecimiento de capacidades.



Sesión
2

FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES



MÓDULO: CONCEPTOS RELEVANTES

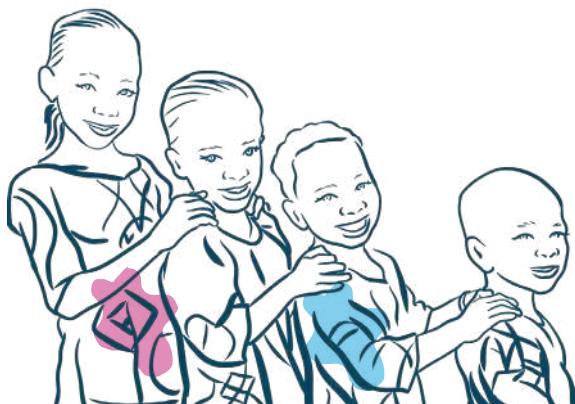
ACTIVIDAD	ENFOQUES DIFERENCIALES
INSTRUCCIONES	 <ol style="list-style-type: none">1. Con base en el texto del anexo 6 prepare una presentación para explicar que son los enfoques diferenciales.2. Una vez se ha hecho la presentación, pídale a las personas participantes que se organicen en 8 grupos y a cada uno asígnele un enfoque para que analicen la forma como se ha utilizado en la metodología Retorno a la Alegría.3. Luego cada grupo explica en 10 minutos la forma como se ha utilizado el enfoque, (en total una hora de plenaria).4. Cuando cada grupo este presentando su enfoque asigne 5 minutos para los demás participantes puedan adicionar nuevas ideas para materializar cada enfoque en la metodología de retorno.

MÓDULO: HABILIDADES BLANDAS

ACTIVIDAD LA TORRE DEL ESPAGUETI / EL RETO DEL MASMELO

INSTRUCCIONES

1. Explique el objetivo de la actividad: Construir una torre lo más alta y estable posible, y que se sostenga sola, manteniendo el masmelo en la punta. Para esto utilizarán los siguientes materiales.
2. Proporcione a cada equipo 20 espaguetis, un masmelo, un metro de cinta adhesiva, un metro de lana y un par de tijeras.
3. Divida el grupo en 4-5 equipos, luego distribuya los materiales a cada equipo.



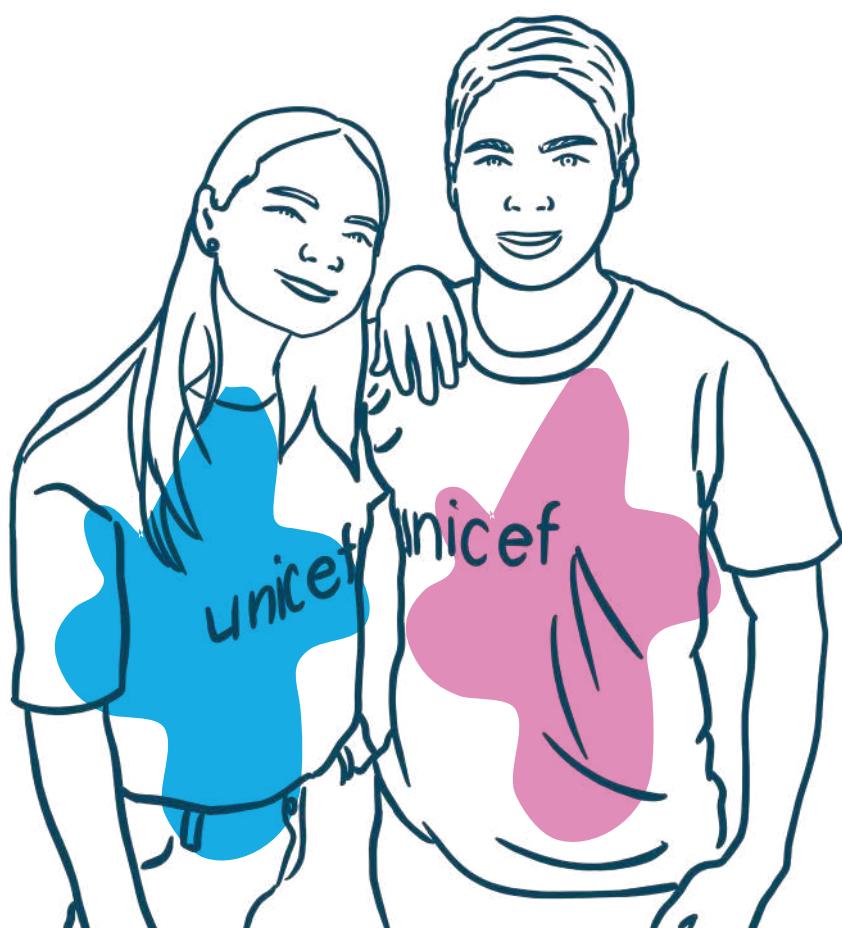
4. Recuérdoles que la torre la deben construir en equipo, e informe a los participantes que tienen 18 minutos para construir la torre más alta posible que pueda sostener el masmelo en la cima.
5. Indique a los equipos que comiencen la construcción de sus torres mientras usted observa y toma notas sobre la dinámica del equipo.
6. Cuando el tiempo se agote, mida la altura de cada torre y verifique que el masmelo esté sostenido en la cima.
7. Pida a cada equipo que explique cómo trabajaron juntos, los roles asumidos y las decisiones tomadas.
8. Facilite una discusión sobre los desafíos enfrentados y cómo los superaron, destacando la importancia de la comunicación, colaboración y coordinación.
9. Pregunte cómo los aprendizajes se pueden aplicar en su trabajo como voluntarios en 'Retorno a la Alegría', agradezca la participación y resuma los puntos clave discutidos.

MÓDULO: TÉCNICAS PARA REALIZAR TALLERES

ACTIVIDAD	ELEMENTOS FUNDAMENTALES DE LA FACILITACIÓN TÉCNICAS ESPECÍFICAS PARA EL DESARROLLO DE TALLERES
INSTRUCCIONES	 <ol style="list-style-type: none">1. Organice a los participantes en equipos: Forme 6 grupos y asigne una técnica específica a cada grupo (por ejemplo, un grupo trabajará con técnicas de atención plena, otro con conformación de equipos, etc.).2. Pida a cada equipo que lea el contenido detalladamente y discuta internamente los puntos que les parezcan más interesantes o útiles. Establezca 10 minutos para esta discusión.3. Pida a los grupos que piensen en una actividad práctica utilizando la técnica asignada que puedan presentar al resto de los participantes. Proporcione 15 minutos para esta tarea. Durante esta actividad pueden consultar en internet y complementar la información de la infografía.4. Cada grupo presentará su actividad al resto del grupo, explicando cómo funciona la técnica y por qué es efectiva para facilitar talleres. Establezca 5 minutos por grupo para las presentaciones.5. Pida a los participantes que se dividan nuevamente en sus grupos originales y realicen la actividad creada por otro grupo. Esto les permitirá experimentar diferentes técnicas de primera mano. Dedique 15 minutos para esta parte de la actividad.6. Conduzca una discusión grupal sobre las experiencias vividas durante las actividades. Pregunte a los participantes qué técnicas encontraron más útiles y cómo podrían aplicarlas en su trabajo como voluntarios en 'Retorno a la Alegría'.7. Distribuya una breve encuesta anónima para recoger retroalimentación sobre la actividad y las técnicas presentadas. Use esta información para mejorar futuras sesiones.

Sesión
3

FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES



MÓDULO: CONCEPTOS RELEVANTES

ACTIVIDAD MARCO NORMATIVO DE LOS DERECHOS EN COLOMBIA

INSTRUCCIONES



1. Explique el objetivo de la actividad: analizar y comprender los elementos generales de las principales leyes relacionadas con los derechos de la niñez en Colombia mediante la creación y presentación de mapas conceptuales en grupos.
2. Reúna los materiales necesarios para cada equipo: hojas grandes de papel (pliego de papel periódico), marcadores de colores, notas adhesivas y copias impresas de los textos de las leyes asignadas a cada grupo.
3. Organice tantos grupos como leyes se quieran abordar (en caso de haber incluido algunas más) Los grupos deben conformarse manera aleatoria.
4. Asigne una ley a cada grupo y distribuya los materiales a cada equipo: entregue a cada grupo las hojas grandes de papel, marcadores, notas adhesivas y pídale que consulten la ley asignada en internet.
5. Indique a los equipos que deben leer y analizar la ley asignada: los grupos deben identificar los elementos generales y clave de la ley y organizar esta información en un mapa conceptual utilizando los materiales proporcionados. Sugiera el uso de colores para diferentes categorías o temas dentro de la ley.
6. Establezca un tiempo límite de 30 minutos para la actividad: luego de este tiempo, cada grupo presentará su mapa conceptual al resto de los participantes, explicando los elementos generales de la ley asignada y respondiendo a preguntas que puedan surgir.

MÓDULO: HABILIDADES BLANDAS

ACTIVIDAD	LA DECISIÓN
INSTRUCCIONES	
 <p>1. Informe que se desarrollará una actividad llamada “La decisión” para reflexionar en torno al manejo de conflictos y la toma de decisiones. Especialmente se trabajará en analizar una situación problemática evaluando los efectos positivos y negativos de cada opción y fomentar la creatividad para encontrar soluciones que se salgan de lo común.</p> <p>2. Organice al grupo en 4 equipos. Cuando ya estén organizados, presente a todos los equipos el siguiente problema:</p> <p>“Están conduciendo un carro o una moto en una noche de tormenta terrible. En algún momento se encuentran tres personas esperando:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Una anciana/o enferma que está a punto de morir. – Un gran amigo/a que te salvó la vida una vez. – El hombre ideal o la mujer ideal para acompañarte toda la vida. <p>Tienen que tomar la siguiente decisión... ¿A quién llevarías en el coche, teniendo en cuenta que sólo tienes sitio para un pasajero? Podrían llevar a la anciana/o enferma, porque va a morir y por lo tanto deberían salvarla primero; o podrían llevar al amigo/a, ya que no solo es un gran amigo sino te salvó la vida una vez y estamos en deuda con él. Sin embargo, tal vez nunca vuelvas a encontrar al amante ideal para acompañarte en la vida.”</p> <p>3. Permita 15 minutos para que cada grupo debata y acuerde una única solución acompañada de un argumento. Es importante que analicen todas las opciones antes de llegar a una respuesta, considerando tanto los aspectos positivos como los negativos. La decisión y el argumento deben ser escritos en una hoja y un representante de cada equipo lo presentará a todos.</p>	

4. Cuando hayan pasado los 15 minutos, pida a cada equipo que presente su decisión. Luego de que hayan pasado los 4 grupos, permita el debate entre los equipos a partir de las decisiones que haya tomado cada persona.

5. Una vez identificado quién ganó, haga una reflexión colectiva. Puede basarse en algunas de estas preguntas:

- ¿Cómo se sintieron al tener que elegir entre opciones que tenían un componente negativo (dejar a dos personas)?
- ¿Pudieron con argumentos cambiar la situación y que parezca que las decisiones tienen elementos positivos?
- ¿Pudieron convencer a sus compañeros?
- ¿Cómo se sintieron al tener que argumentar sobre una acción que quizás no hubieran querido realizar?
- ¿Se les suele presentar en la vida cotidiana tener que tomar una decisión aunque no les guste? ¿Qué hacen? ¿Cómo lo resuelven?
- Tener la oportunidad de debatir con varias personas el problema, ¿les ayudó un poco a tomar la decisión?
- ¿Alguien pensó una solución diferente, innovadora, disruptiva?

6. Presente una solución creativa/innovadora: “Le daría las llaves de la moto a mi amigo/a, y le pediría que llevara a la anciana/o al hospital, mientras yo me quedaría esperando con el amante ideal.”

7. Oriente la reflexión hacia los siguientes temas: la importancia de tomar decisiones evaluando la mayor cantidad de elementos y escuchando incluso ideas que no son afines a nuestro pensamiento. También es importante reflexionar sobre el hecho de que todas las decisiones tienen ventajas y desventajas; es mejor inclinarse por aquellas cuyas desventajas podamos mitigar, no nos afecten tanto o no vulneren nuestros valores. Tomar decisiones implica dejar cosas de lado, no todo se puede hacer. Este punto es especialmente importante a la hora de hacer un plan.



MÓDULO: TÉCNICAS PARA REALIZAR TALLERES

ACTIVIDAD ESTRATEGIAS PARA ADAPTAR LAS SESIONES

INSTRUCCIONES



- 1.** Explique el objetivo de la actividad, reflexionar sobre cómo realizar cambios a las sesiones de Retorno a la Alegría para mantener los objetivos establecidos, y compartir las adaptaciones que ya han implementado en el campo.
- 2.** Reúna los materiales necesarios para cada equipo, hojas grandes de papel (tipo pliego de papel periódico), marcadores de colores, notas adhesivas, y copias de las guías de las sesiones actuales.
- 3.** Divida el grupo en equipos de 4-5 personas, forme los equipos de manera aleatoria utilizando números o tarjetas de colores.
- 4.** Cada equipo debe reflexionar sobre las adaptaciones que ya han realizado en el campo. Pídale que piensen y en escriban en su cartelera:
 - a)** Qué cambios han hecho en las sesiones.
 - b)** Cómo esos cambios ayudaron a cumplir los objetivos.
 - c)** Qué desafíos encontraron al implementar estas adaptaciones, y
 - d)** Qué resultados observaron tras las adaptaciones.
- 5.** Permita 20 minutos para esta reflexión, cada equipo debe documentar sus experiencias y adaptaciones en la cartelera. Luego, cada equipo presentará sus adaptaciones y reflexiones al grupo, destacando las lecciones aprendidas y las mejores prácticas.

6. Ahora, pídale a cada equipo discutir y anotar en una cartelera en papel periódico consejos y estrategias para realizar cambios en las sesiones de la metodología de Retorno a la Alegría sin perder de vista los objetivos principales. Pídale que incluyan aspectos como:

- a) ajustar la duración de las actividades,
- b) modificar dinámicas según la edad y el contexto de los participantes,
- c) incorporar nuevas tecnologías o recursos disponibles, y
- d) flexibilidad para manejar imprevistos sin desviarse del objetivo principal.

7. Permita 20 minutos para esta discusión, cada equipo debe generar una lista de consejos prácticos y estrategias para adaptar las sesiones. Al final del tiempo, cada equipo presentará sus ideas al grupo.

8. Facilite una discusión grupal, una vez que todos los equipos hayan presentado, conduzca una discusión abierta donde se puedan hacer preguntas y compartir más detalles sobre las adaptaciones exitosas y los desafíos comunes. Pida a los participantes que reflexionen sobre qué estrategias de adaptación resultaron más efectivas, cómo pueden aplicarse estas lecciones a futuras sesiones, y qué nuevos enfoques podrían explorar para mejorar aún más las sesiones.

9. Concluya la actividad, resuma los puntos clave discutidos, agradezca a los participantes por su colaboración y subraye la importancia de la flexibilidad y la innovación en la facilitación de sesiones de Retorno a la Alegría. Asegúrese de que las ideas y estrategias compartidas sean documentadas para futuras referencias y mejoras continuas en la metodología.



Sesión
4

FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES



MÓDULO: CONCEPTOS RELEVANTES

ACTIVIDAD

DERECHOS DE LA INFANCIA SEGÚN LA LEY 1098 DE 2006
Y OTROS CONCEPTOS CLAVE

INSTRUCCIONES



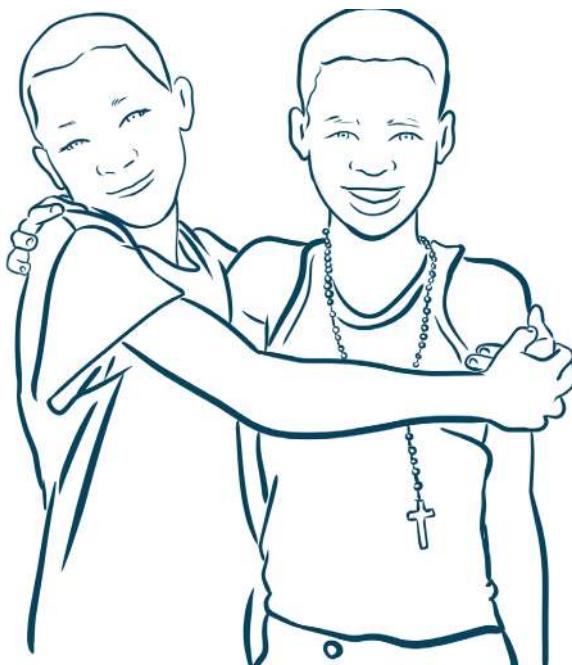
1. Explique que el objetivo de la actividad es conocer sobre algunos de los derechos de la niñez en Colombia que están definidos en nuestra legislación. Para esto prepara una presentación con base en el **anexo 9**. Al terminar la presentación informa que se desarrollará un juego de la trivia de los derechos, por lo que deben estar muy atentos.
2. Prepare el espacio y los materiales, organice un espacio amplio para que los participantes puedan moverse libremente, prepare las preguntas y respuestas basadas en el texto del **anexo 10** “Aspectos Claves de la Ley 1098 de 2006” que tiene una sugerencia de preguntas. Puede cambiar o adicionar algunas más según considere necesario. Tenga a mano el cronómetro del celular.
3. Forme 4 o 5 equipos, y pídale que se asignen un nombre a cada equipo.
4. Explique las reglas del juego, cada equipo se turnará para responder una pregunta de trivia sobre la Ley 1098 de 2006. Si un equipo responde correctamente, ganará un punto. Si no sabe la respuesta, otro equipo (en orden) tendrá la oportunidad de responder y ganar el punto, si ese segundo equipo no sabe, seguirá el tercero, y así sucesivamente. Si una pregunta no las saben todos los equipos, de la respuesta y explique de nuevo usando la presentación.
5. Algunas preguntas tendrán bonificaciones donde los equipos pueden ganar puntos adicionales por respuestas más detalladas. Usted decide que preguntas tienen dos o tres puntos.

6. Realice la trivia, empiece con preguntas fáciles y aumente la dificultad gradualmente, use un cronómetro para limitar el tiempo de respuesta a 20 segundos por pregunta. Mantenga la puntuación en una pizarra o en una hoja grande visible para todos.

7. Fomente la participación, anime a los equipos a discutir las respuestas antes de darlas, ofrezca pistas si los equipos están teniendo dificultades con una pregunta.

8. Realice una reflexión grupal, al final del juego, revise las preguntas más difíciles y explique las respuestas para asegurar que todos comprendan los aspectos importantes de la Ley. Pida a los equipos que compartan qué preguntas les parecieron más interesantes o sorprendentes y por qué.

9. Concluya la actividad, refuerce la importancia de la Ley 1098 de 2006 en la protección de los derechos de la niñez y la adolescencia en Colombia. Anime a los participantes a seguir estudiando y aplicando este conocimiento en sus actividades de voluntariado.



MÓDULO: HABILIDADES BLANDAS

ACTIVIDAD	EL VIAJE DEL PIN PON
INSTRUCCIONES	 A line drawing illustration showing two individuals participating in a game. On the left, a person wearing a headband and a white shirt is holding a white ping pong ball. On the right, another person with glasses and a ponytail is holding a green cloth. They are positioned over a surface with several small, upright cups or glasses arranged in a line, representing a path or obstacle course.
	<p>1. Forme 3 equipos y prepare el espacio y los materiales, organiza un espacio amplio para que los participantes puedan moverse libremente, y proporciona a cada equipo 2 vasos, 1 pelota de pin pon, 1 par de tijeras, 1 banda de goma y 1 metro de cuerda.</p> <p>2. Explique las reglas del juego:</p> <ul style="list-style-type: none">• Cada equipo debe transportar una pelota de pin pon desde un punto de inicio hasta un punto de llegada.• Sólo pueden usar los materiales proporcionados. Los participantes no pueden tocar la pelota de pin pon ni los vasos con las manos.• Durante el viaje del pin pon TODAS las personas deben participar.• Durante la preparación del viaje pueden manipular todos los elementos, pero cuando inicie el viaje del pin pon no pueden tocar ni el vaso ni el pin pon con ninguna parte del cuerpo.• Si la pelota o los vasos caen, el equipo debe reiniciar desde el punto de inicio. <p>3. Establece el recorrido, un vaso en un punto de inicio y otro en el punto de finalización a unos 4 o 5 metros de distancia.</p> <p>4. Permita a los equipos 7 minutos para discutir y planificar su estrategia antes de comenzar el reto.</p>

5. Una vez terminaron la planificación disponga 10 minutos para que prueben las ideas y resuelvan el reto.

6. Al terminar los 10 minutos, pídale a cada grupo que presente su solución, los demás grupos observarán atentamente y observarán si la solución de cada grupo cumplió las reglas.

7. Al final del reto, motive una reflexión con los participantes sobre las estrategias que funcionaron mejor y las dificultades que encontraron. Pregunte cómo resolvieron los problemas y qué podrían mejorar.

8. Concluya la actividad reforzando la importancia de la estrategia y la coordinación en el trabajo en equipo. Anime a los participantes a aplicar estas lecciones en sus actividades de voluntariado en Retorno a la Alegría y en situaciones cotidianas.



MÓDULO: TÉCNICAS PARA REALIZAR TALLERES**ACTIVIDAD****SESIÓN PARA REFORZAR TÉCNICAS SEGÚN LA AUTOEVALUACIÓN****INSTRUCCIONES**

- 1.** Previamente al desarrollo de este taller, se habrá analizado los resultados de la autoevaluación **anexo 5** para identificar las habilidades de facilitación que requieren mayor refuerzo.
- 2.** Defina un tema específico que se van a reforzar, basándose en los resultados del análisis de la autoevaluación.
- 3.** Investigue el tema definido, utilizando recursos en línea, bibliografía relevante y artículos especializados sobre la habilidad de facilitación elegida.
- 4.** Diseñe la sesión de refuerzo, incluyendo una breve explicación teórica y una actividad práctica. Asegúrese de que la sesión sea interactiva y dinámica.
- 5.** Prepare los materiales necesarios para la sesión, como presentaciones, hojas de trabajo, y cualquier otro recurso que facilite la comprensión y práctica del tema.
- 6.** Realice la sesión de refuerzo, asegurándose de que los participantes comprendan los conceptos teóricos y participen activamente en las actividades prácticas.
- 7.** Facilite una discusión post-sesión, pida a los participantes que reflexionen sobre lo aprendido y compartan sus impresiones y sugerencias sobre cómo mejorar la aplicación de la habilidad.

- 8.** Documente las mejores prácticas y sugerencias, compile un informe con las observaciones y recomendaciones surgidas durante la sesión para futuras referencias y mejoras continuas en las técnicas de facilitación.
- 9.** Concluya la actividad, resuma los puntos clave discutidos y anime a los participantes a aplicar las nuevas habilidades en sus futuras sesiones de facilitación.
- 10.** Esta actividad se repetirá para otro grupos de temas que requieren refuerzo.



Sesión
5

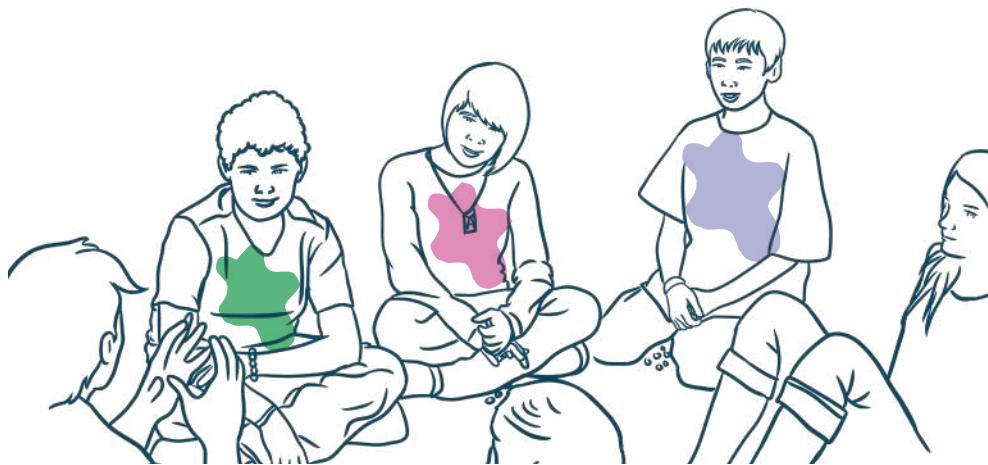
FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES



MÓDULO: CONCEPTOS RELEVANTES

ACTIVIDAD RIESGOS DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA - EL PERIÓDICO.

INSTRUCCIONES



1. Explique que el objetivo de la actividad es conocer sobre algunos de riesgos que afectan a las niñas, niños y adolescentes. Para esto prepara una presentación con base en el **anexo 11**. Al terminar la presentación informa que se desarrollara un juego de la trivia de los derechos, por lo que deben estar muy atentos.
2. Explique el objetivo de la actividad, el cual es que las y los participantes identifiquen y comprendan los riesgos que afectan a niñas, niños y adolescentes mediante la creación de noticias ficticias sobre estos riesgos.
3. Divida a los participantes en 12 grupos y asigne a cada uno un riesgo para investigar y desarrollar su noticia. Los riesgos son los que se vieron en la presentación.
4. Proporcione 20 minutos para investigar y discutir los riesgos asignados utilizando los materiales proporcionados y acceso a internet.
5. Guíe a los equipos en la creación de su noticia, cada equipo debe desarrollar una noticia ficticia, sobre el riesgo asignado, incluyendo un titular llamativo, una breve descripción del riesgo, y posibles soluciones o medidas de prevención. Pueden utilizar los materiales de manualidades para hacer la noticia más visual y atractiva.
6. Proporcione 30 minutos para la preparación de los equipos para escribir y diseñar su noticia en medio pliego de papel periódico. Anime a los equipos a ser creativos y a incluir dibujos y gráficos.

7. Realice la presentación de noticias; cada equipo tendrá 2 minutos para presentar su noticia al resto del grupo. Asegúrese de que cada miembro del equipo participe en la presentación. Luego pegue la noticia en alguna de las paredes del salón.

8. Después de cada presentación, permita un espacio de 5 minutos para que los otros equipos hagan preguntas y ofrezcan comentarios sobre la noticia presentada. Discuta sobre la importancia de cada riesgo y cómo afecta a niñas, niños y adolescentes.

9. Reflexione al final de todas las presentaciones sobre lo aprendido. Pregunte a los participantes qué riesgos encuentran en los lugares donde se está implementando Retorno a la Alegría. Discuta cómo pueden aplicar este conocimiento en su vida diaria y en su rol como voluntarios.

10. Resuma los puntos clave discutidos durante la actividad. Anime a los participantes a seguir investigando y educándose sobre los riesgos que afectan a niñas, niños y adolescentes y a utilizar esta información para proteger y apoyar a las niñas, niños y adolescentes en sus comunidades.



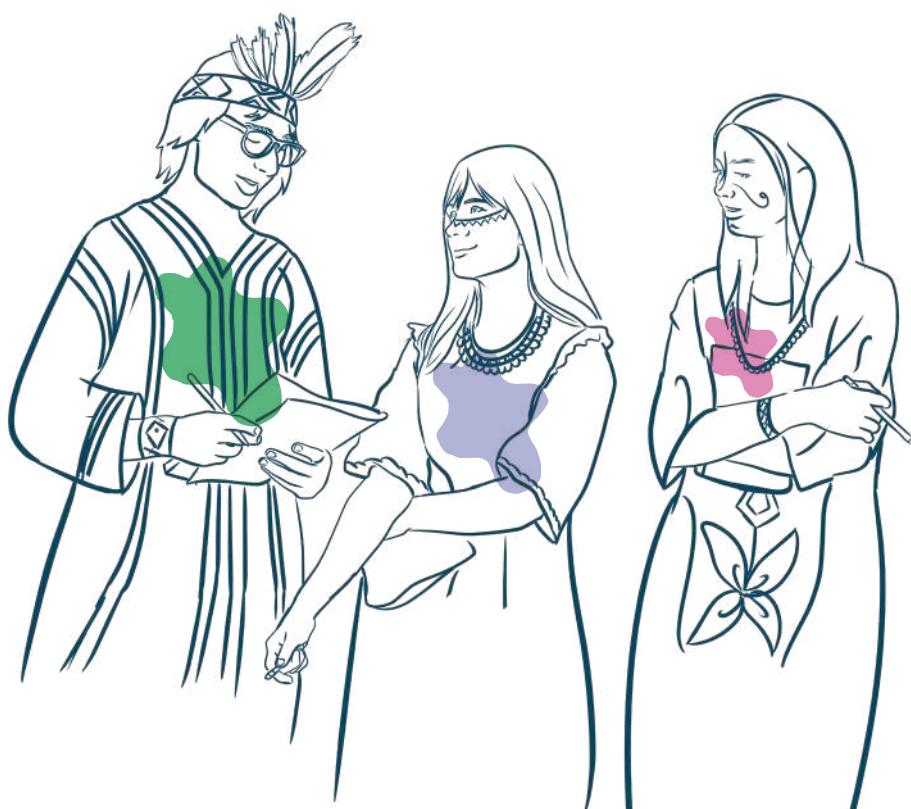
MÓDULO: HABILIDADES BLANDAS

ACTIVIDAD	EL RETO DEL MARCADOR
INSTRUCCIONES	
 <p>1. Prepare los materiales, asegúrese de contar con suficientes marcadores, sillas y cinta de enmascarar para delimitar el espacio de cada equipo. Marque un área de 1,5 metros alrededor de cada silla usando la cinta de enmascarar.</p> <p>2. Explique el objetivo de la actividad; los participantes deben identificar la mayor cantidad de soluciones para tumbar el marcador de la silla sin que nadie esté dentro del área delimitada.</p> <p>3. Organice a los participantes en 3 o 4 equipos de 7 a 9 personas y asigne a cada equipo una silla con un marcador colocado sobre ella y un área delimitada por la cinta de enmascarar.</p> <p>4. Establezca un límite de tiempo de 15 minutos para que los equipos discutan y apunten sus soluciones. Indique que pueden usar cualquier objeto o material disponible, siempre y cuando nadie entre en el área delimitada y se ponga en riesgo la integridad de ninguno de los participantes.</p> <p>5. Fomente la participación, anime a los equipos a identificar la mayor cantidad de ideas. Proporcione apoyo y orientación si es necesario, pero evite dirigir las soluciones.</p> <p>6. Al final del tiempo, pida a cada equipo que diga cuantas soluciones encontró presente sus soluciones al resto del grupo. Solo se valen las soluciones que en la presentación funcionan. Asegúrese de que cada equipo explique cómo funcionaría cada una de sus soluciones.</p> <p>7. Facilite una discusión grupal, después de las presentaciones, permita un espacio de para que los equipos discutan las diferentes soluciones y enfoques creativos utilizados por cada grupo. Pregunte qué soluciones les parecieron más innovadoras y por qué.</p> <p>8. Reflexione sobre la actividad, al final de la discusión, reflexione con el grupo sobre lo aprendido. Pregunte a los participantes cómo se sintieron al enfrentar el desafío y como la creatividad les puede ayudar para la implementación de Retorno a la Alegría.</p>	

MÓDULO: TÉCNICAS PARA REALIZAR TALLERES**ACTIVIDAD****SEGUNDA SESIÓN PARA REFORZAR TÉCNICAS SEGÚN
LA AUTOEVALUACIÓN****INSTRUCCIONES**

- 1.** Previamente al desarrollo de este taller, se habrá analizado los resultados de la autoevaluación **anexo 5** para identificar las habilidades de facilitación que requieren mayor refuerzo.
- 2.** Defina uno o tema específico que se van a reforzar, basándose en los resultados del análisis de la autoevaluación.
- 3.** Investigue el tema definido, utilizando recursos en línea, bibliografía relevante y artículos especializados sobre la habilidad de facilitación elegida.
- 4.** Diseñe la sesión de refuerzo, incluyendo una breve explicación teórica y una actividad práctica. Asegúrese de que la sesión sea interactiva y dinámica.
- 5.** Prepare los materiales necesarios para la sesión, como presentaciones, hojas de trabajo, y cualquier otro recurso que facilite la comprensión y práctica del tema.
- 6.** Realice la sesión de refuerzo, asegurándose de que los participantes comprendan los conceptos teóricos y participen activamente en las actividades prácticas.
- 7.** Facilite una discusión post-sesión, pida a los participantes que reflexionen sobre lo aprendido y compartan sus impresiones y sugerencias sobre cómo mejorar la aplicación de la habilidad.

8. Documente las mejores prácticas y sugerencias, compile un informe con las observaciones y recomendaciones surgidas durante la sesión para futuras referencias y mejoras continuas en las técnicas de facilitación.
9. Concluya la actividad, resuma los puntos clave discutidos y anime a los participantes a aplicar las nuevas habilidades en sus futuras sesiones de facilitación.



Sesión
6

FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES



MÓDULO: CONCEPTOS RELEVANTES

ACTIVIDAD	RIESGOS DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA
INSTRUCCIONES	 <p>1. Explique que el objetivo de la actividad es conocer sobre algunos de riesgos que afectan a las niñas, niños y adolescentes. Para esto prepara una presentación con base en el anexo 12.</p> <p>2. Posteriormente oriente una discusión sobre como actualizarse en las rutas de atención locales en cada uno de los municipios y anime a las y los voluntarios a consultar en las alcaldías locales sobre las rutas de atención.</p>

MÓDULO: HABILIDADES BLANDAS**ACTIVIDAD****LA ISLA DESIERTA****INSTRUCCIONES**

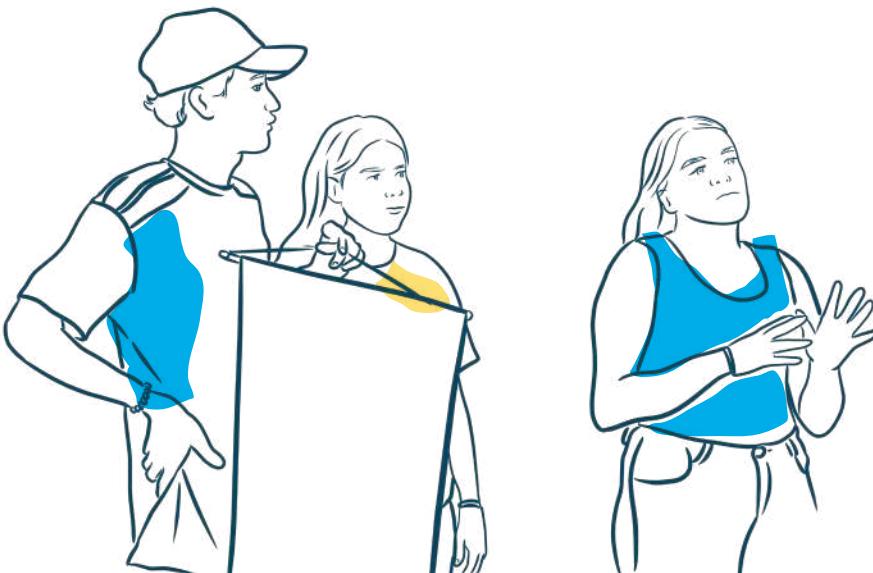
- 1.** Prepare los materiales, asegúrese de contar con hojas de papel, marcadores y una lista de objetos de supervivencia (ver abajo). También, prepare un cronómetro o un reloj para controlar el tiempo.
- 2.** Explique el objetivo de la actividad; los participantes deben trabajar juntos para decidir cuáles objetos de una lista llevarían con ellos si estuvieran varados en una isla desierta. Deberán negociar y llegar a un consenso.
- 3.** Divida a los participantes en 4 equipos. Entregue a cada equipo una copia de la lista de objetos de supervivencia.
- 4.** Lea la historia inicial: "Ustedes y su equipo están en un avión que se estrella en una isla desierta. Todos sobreviven, pero el avión está destruido. Encuentran una lista de objetos que podrían haber sido parte del equipaje. Su tarea es elegir solo 7 objetos de la lista que llevarán con ustedes. Deben negociar entre ustedes y llegar a un acuerdo."
- 5.** Presente la lista de objetos:
 - a)** Una caja de fósforos
 - b)** Un cuchillo de caza
 - c)** Una lona
 - d)** Un espejo de señalización
 - e)** Un frasco de sal
 - f)** Una linterna con baterías
 - g)** Un libro sobre plantas comestibles
 - h)** Una cuerda de 10 metros
 - i)** Una manta térmica
 - j)** Una brújula
 - k)** Un kit de primeros auxilios
 - l)** Un bidón de 5 litros de agua
 - m)** Un paquete de comida deshidratada





- 6.** Establezca un límite de tiempo de 20 minutos para que los equipos discutan, negocien y decidan cuáles 7 objetos llevarán.
- 7.** Fomente la participación, anime a los equipos a discutir las ventajas y desventajas de cada objeto y a considerar las necesidades de supervivencia. Proporcione apoyo y orientación si es necesario, pero evite dirigir las decisiones.
- 8.** Al final del tiempo, pida a cada equipo que presente sus elecciones y explique las razones detrás de su selección.
- 9.** Después de cada presentación, permita un espacio de 5 minutos para preguntas y comentarios. Discuta sobre las diferentes estrategias de negociación y resolución de conflictos que usaron los equipos.
- 10.** Reflexione sobre la actividad, al final de todas las presentaciones, reflexione con el grupo sobre la forma en que se toman las decisiones. Pregunte a los participantes cómo se sintieron durante la negociación y qué estrategias encontraron más efectivas para resolver conflictos.
- 11.** Concluya la sesión, resuma los puntos clave discutidos durante la actividad. Anime a los participantes a aplicar las habilidades de negociación y resolución de conflictos en su vida diaria y en sus roles como voluntarios.

MÓDULO: TÉCNICAS PARA REALIZAR TALLERES

ACTIVIDAD	PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS
INSTRUCCIONES	 <ol style="list-style-type: none">1. Previamente al desarrollo de este taller, prepare una presentación sobre los primeros auxilios psicológicos anexo 13.2. Haga la presentación de los temas que están allí planteados y oriente una discusión sobre los primeros auxilios psicológicos y como utilizarlos durante las sesiones de la metodología de Retorno a la Alegría.3. Para orientar esta discusión puede basarse en las siguientes preguntas:<ul style="list-style-type: none">• ¿Qué de todo el contenido que acaba de recibir le parece más útil para la aplicación de los talleres?• ¿Han tenido momentos en los que las y los participantes han mostrado algunos de las señales aquí descritas?• ¿Cómo actuó en esos momentos?• ¿Qué otras técnicas para brindar primeros auxilios psicológicos conoce?• ¿En qué otros momentos cree que se deben usar las técnicas de primeros auxilios psicológicos?

ANEXO 1

PLANTILLA DE CRONOGRAMA

ANEXO 2
FICHA DE SIGNOS Y SÍNTOMAS

Departamento: _____ **Municipio:** _____

Barrio o vereda: _____

Nombre del participante: _____

Sexo: Masculino Femenino No es posible determinar

Fecha de nacimiento: _____ **Dirección:** _____

Nombre de padre, madre o cuidador principal: _____

SIGNOS Y SÍNTOMAS	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	OBSERVACIÓN		
				1	2	3
Presenta dificultad para jugar, mantener la atención o concentrarse en una actividad.						
Presenta descenso en el rendimiento escolar, falta de interés en el aprendizaje, y/o dificultades para seguir instrucciones.						
Se mantiene solo/a, aislado/a evita la interacción con otras personas,						
Muestra falta de interés o incapacidad para participar en juegos y actividades grupales.						
Se sospecha de alteraciones en el sueño: duerme poco tiene pesadillas y temores nocturnos, sonambulismo, miedo a la noche.						
Se percibe dependencia extrema de adultos o de objetos específicos, ansiedad cuando se separa de ellos.						
Tiene falta de apetito o come en exceso o ha presentado cambios drásticos en el peso.						
Presenta o manifiesta miedo excesivo a situaciones específicas (agua, oscuridad, animales, ruidos, etc.), ansiedad generalizada.						
Se muestra alterado/a, irritable o con cambios de humor repentinos.						
Se muestra excesivamente activo/a o excesivamente inactivo/a.						
Presenta síntomas de depresión: tristeza persistente, desmotivación, llanto frecuente, baja autoestima.						

SIGNOS Y SÍNTOMAS	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	OBSERVACIÓN		
				1	2	3
Presenta agresividad verbal o física con los demás, insulta, puede comportarse destructivamente consigo mismo o con los demás, con sus propios objetos o con los ajenos.						
Asume conductas autodestructivas o de riesgo.						
Presenta síntomas de enfermedad (fiebre, irritación de la piel, vómitos, dolores de cabeza frecuentes, etc.)						
Presenta signos que puedan dar sospechas de maltrato físico (golpes, moretones, fracturas, quemaduras, cortes, etc.).						
Se sospecha que pasa tiempo excesivo en dispositivos electrónicos (tabletas, teléfonos, videojuegos), de forma que se interfiera con las actividades diarias.						
Muestra signos de adicción a la tecnología, aislamiento social debido al uso de dispositivos, comportamiento agresivo o depresivo relacionado con el uso de redes sociales.						
Se sospecha del consumo de sustancias psicoactivas (alcohol, tabaco, drogas, etc.)						

Fecha de la observación 1: _____

Fecha de la observación 2: _____

Fecha de la observación 3: _____

Nombre Voluntario/a 1

Nombre Voluntario/a 2

Esta ficha debe ser revisada y entregada al coordinador de Retorno a la Alegría para su análisis y la definición de las acciones necesarias por parte de expertos.

ANEXO 3

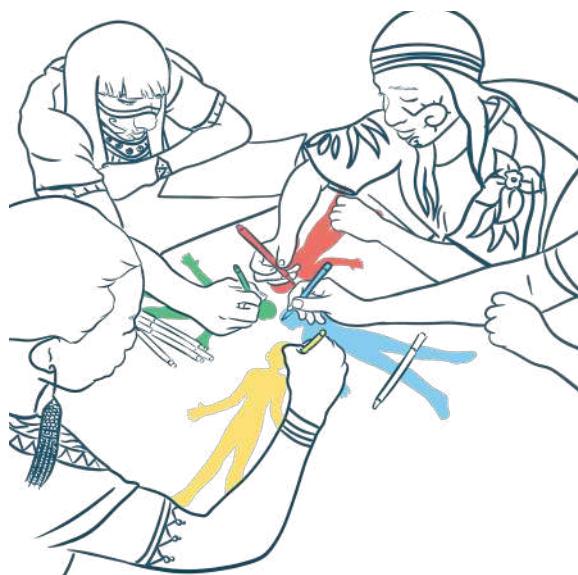
EL DESARROLLO EN LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA¹

Como se reconoce en la Política Nacional Infancia y Adolescencia 2018 – 2030 “el desarrollo es irregular e intermitente, no sucede de manera creciente, secuencial, acumulativa e idéntica para todas las niñas, niños o adolescentes, sino que presenta dinámicas diversas, que hacen que sea particular, continuo y discontinuo” (República de Colombia, 2018), sin embargo, es útil identificar los momentos por los que pasan las niñas y los niños, de manera que su comprensión facilite la construcción de metodologías orientadas al fortalecimiento y desarrollo de capacidades y habilidades.

A continuación se presenta una breve descripción de las formas en las que se manifiestan las capacidades y las habilidades durante la infancia y la adolescencia, para lo cual es necesario tener presente que estas potencialidades y destrezas se expresan de forma propia en la trayectoria que cada sujeto traza durante el transcurso de su existencia.

Si bien es cierto que el cerebro humano muestra mayor plasticidad y adaptabilidad en los primeros años gracias a su capacidad para generar nuevas conexiones neuronales que complejizan y generan habilidades, se ha demostrado que estas propiedades se conservan a lo largo de la vida en la medida en que sean estimuladas, pues de ello depende no sólo que haya nuevas sinapsis neuronales, sino que las que existan se mantengan y no mueran.

Durante la infancia y la adolescencia, la plasticidad y adaptabilidad cerebral se supeditan al proceso de lateralización del cerebro a fin de favorecer la especialización de las funciones de sus hemisferios. El derecho en todo lo relacionado con la expresión no verbal, la percepción y orientación espacial, lo emocional y lo intuitivo, y el izquierdo, dominante en la mayoría de los individuos, en todo lo referente a la función verbal, la capacidad de análisis y el razonamiento lógico. Este proceso, aumenta la capacidad de procesamiento de la información y posibilita el perfeccionamiento de las capacidades, habilidades y destrezas. (Blakemore, S y Frith, U. 2007)



¹Texto adaptado de la metodología del Programa Generaciones con Bienestar del ICBF. 2019.

Por otra parte, estudios como los de Hutterlocher, demostraron que existen evidencias de que ciertas áreas de cerebrales, en especial la frontal, siguen desarrollándose durante la infancia y la adolescencia, y que específicamente en la pubertad ocurre un aumento de la densidad de las sinapsis de esta parte del cerebro, responsable de las funciones ejecutivas que permiten controlar y coordinar los pensamientos y la conducta, las cuales están relacionadas con la capacidad de planificar, guardar información en la mente, inhibir conductas inapropiadas, decidir acciones, hacer cosas con simultaneidad. Es decir, aquellas que soportan las acciones complejas que permiten ser productivos y cultivar la vida social. Terminada la pubertad tiene lugar la poda sináptica en la corteza frontal, que permite ajustar las redes funcionales del tejido cerebral relacionada con los procesos cognitivos, mediante el fortalecimiento de las sinapsis que son utilizadas y la eliminación de aquellas que no lo son. (Blakemore y Frith 2007).

Si bien la literatura no hace una distinción taxativa de los grupos de edad en los siguientes apartados se ofrece una aproximación conceptual a los momentos del desarrollo en cada uno de los grupos de edad que prevé el Programa Retorno a la Alegría.



1. El desarrollo entre los 6 y los 9 años

A partir de los 6 años, los seres humanos suelen crecer a un ritmo regular y menos acelerado en comparación con el que lo venían haciendo durante su primera infancia. Este fenómeno, reconocido por Stone y Church (1959), como latencia del crecimiento se manifiesta como una aparente quietud en el incremento de la talla y el peso, que permite ganar y perfeccionar habilidades y destrezas que requieren del uso del cuerpo.

Las capacidades motoras gruesas representadas en la fuerza, la resistencia y la velocidad, en la capacidad de dirección y control del movimiento, la capacidad de transformación y adaptación motora, y la capacidad de aprendizaje motor, están a favor del desarrollo de habilidades como correr, saltar, lanzar objetos, y de la coordinación de los movimientos que permiten a las niñas y niños realizar actividades que demandan gran agilidad y equilibrio.

Asimismo, las capacidades de coordinación manual, facial, fonética y gestual, se perfeccionan para lograr la coordinación y el control que requieren habilidades como escribir, dibujar, realizar manualidades, tocar un instrumento. De forma consecuente, es posible apreciar desde las primeras edades de la infancia, que las niñas y niños ganan habilidad para utilizar símbolos que les permiten reasentar cosas de su entorno, conquistar destrezas en el uso de las palabras y en la representación gráfica y gestual para expresar y comunicar sus pensamientos, sentimientos y opiniones, para crear e imaginar.

Los niños y niñas exploran a lo largo de su niñez los usos del lenguaje; construyen criterios para entender sus formas apropiadas; se exponen a las reglas que posibilitan la comunicación; y recurren a diversas estrategias para contar historias. Por estas razones, durante este periodo, el lenguaje tiene grandes progresos en sus formas verbales y no verbales.

Por otra parte, las niñas y los niños, comienzan a estar preparados para ejercer control voluntario sobre los procesos de atención, en los cuales sus capacidades sensoriales cumplen un papel fundamental. Así, la percepción visual, auditiva, sensorial, kinestésica y táctil, gustativa y olfativa son puestas al servicio de lograr los propósitos que persigan en sus interacciones con el mundo que les rodea.

De forma concurrente, empiezan entonces a usar sus capacidades mentales para percibir, atender, razonar, memorizar, intuir, entre otras, lo cual redunda en un pensamiento de mayor flexibilidad, menos centralizado y egocéntrico, que les permite reconocerse como parte del mundo y crecer en su habilidad para reflexionar sobre los hechos y las realidades de su entorno, considerando diversidad de características y aspectos.

Las niñas y niños exploran las posibilidades que sus cualidades, capacidades y habilidades les brindan; trabajan para perfeccionarlas y disfrutan de sus logros. Buscan ser autosuficientes con ellas y avanzan en el camino hacia la profundización del concepto que tienen sobre sí mismos, el cual trasciende las características físicas y se soporta en la identificación de sus intereses, acciones, actitudes, rasgos psicológicos, características interpersonales y sociales, y en lo que sobre estos aspectos les retroalimentan quienes les rodean. Lo anterior, les permite dar cuenta de sí como totalidad, a la vez que reconocerse diversos y situarse dentro de un contexto social.

El proceso de autoconocimiento aproxima a las niñas y niños a la experiencia de la interioridad, de la conciencia de su propio ser como personas, de la forma en que se relacionan con el mundo, de su forma de proceder, de aquello que piensan, sienten, desean y les interesa.

El desarrollo de las capacidades y habilidades anteriores se evidencian en el interés que los niños y niñas muestran por disfrutar, explorar y empezar a participar de actividades recreativas, deportivas o artísticas que se desarrollan en grupo o que les permiten ahondar en destrezas que son de su interés o dar rienda suelta a su creatividad e imaginación. Su curiosidad por explorar su entorno se refleja en su interés por el mundo natural y se ve enriquecida por los nuevos escenarios en los que participan con regularidad y por las habilidades que en este tiempo alcanzan como la lectoescritura, con la cual se abren nuevos mundos de conocimientos, la palabra con la cual fortalecen su lugar como interlocutores y sus posibilidades para dar cuenta de sus experiencias, sus ideas y sus sentimientos.



2. El desarrollo entre los 10 y los 13 años

Algunos autores denominan a este periodo la niñez intermedia (periodo entre los 9 y los 12 años). En esta fase, las niñas y los niños decantan las actividades que son de su interés, sean estas de carácter recreativo, deportivo o artístico u otras que les permiten hacer uso de destrezas de otros órdenes. En ellas y en las que corresponden a actividades escolares, comienzan a hacer un uso autónomo de herramientas sencillas como pueden ser pinceles de diferentes tamaños, pinzas, compás, alicates, pinzas, etc. con las cuales pueden realizar sus producciones, maquetas, manillas, tarjetas, etc. y dan muestra del perfeccionamiento de habilidades en donde se evidencia mayor coordinación, precisión, fineza, equilibrio.



Las relaciones con los pares igualmente se han profundizado, quizá se reconozcan o deseen ser parte de un grupo de amigos con quienes se organizan y comparten diversas actividades que les permiten interactuar, plantear su punto de vista, tener en cuenta el criterio de otros, disfrutar y empatizar. De allí que el deseo de reconocimiento y aprobación entre a tomar un lugar importante en su experiencia de socialización, de bienestar personal y en la toma de decisiones.

La mayor independencia viene de la mano con un mayor sentido de la responsabilidad, tienen posibilidad de planear y organizar sus tiempos, así como capacidad para construir una opinión con criterio propio y tomar decisiones basadas en el análisis de los distintos aspectos presentes en una situación concreta.

Los cambios corporales de la pubertad aparecen con su consecuente impacto en la autoimagen, en la interacción con el mundo y en la conciencia sobre el propio cuerpo y el de los demás. Igualmente, a estas edades es claro para las niñas y niños lo que significa ser hombre o ser mujer en su sociedad. Desde allí profundizan su identidad en lo que tiene que ver con los roles sexuales. La experiencia de la sexualidad se soporta en su curiosidad. Exploran su cuerpo y viven conscientemente las sensaciones físicas y emocionales que están asociadas con el contacto y la cercanía física. En las edades superiores de este periodo, habrá quienes experimenten signos de la pubertad, especialmente las mujeres.

En estas edades, hay preferencia en el compartir con pares del mismo sexo, porque comparten intereses, interactúan de maneras similares, y a la vez les permiten contrastar sus habilidades con las de otros, identificar sus características y distinguirse de los demás. El mayor tiempo de relacionamiento con pares, expone a las niñas y niños a escenarios más igualitarios y equilibrados en los que no median las personas adultas y que les ofrecen oportunidades para el uso de habilidades involucradas en el establecimiento de interacciones, en donde asuntos como la regulación de las emociones, la toma de decisiones y la resolución de conflictos son temas de los que tienen que ocuparse.

Estar con los iguales sensibiliza frente al otro, y posibilita a las niñas y niños vivir experiencias en las que tienen oportunidades para interesarse por lo sucede con alguien, ayudar, compartir, cooperar y comprender que sus acciones tienen efecto en quienes les rodean.

Las reglas pasan de tener valía por las consecuencias positivas o negativas que traen para quien las respeta o transgrede, a ser estimadas como recursos que tienen valoración social porque ayudan a mantener el orden. De allí, que en el relacionamiento de las niñas y niños con la norma, pese su deseo de ser agradables a los demás y de contar con aprobación social, empiece a ser más importante.

Por otra parte las niñas y niños en estas edades avanzan en el logro de mayor independencia en sus interacciones sociales, principalmente en aquellas que comienza a construir más allá de su hogar con sus compañeros, se interesan por tener amigos, pasar tiempo a su lado, reconocen que pueden aportar a causas que benefician a la comunidad, a otras personas que lo necesitan, así como asumir responsabilidades que contribuyen al bienestar propio, el de todos en el hogar y en los demás entornos en los que participan, tales como cuidar su cuidado e higiene personal, poner la mesa, sacar la basura, cuidar los materiales, dejar limpio el baño público, cuidar de las fuentes de agua, etc. Todo ello refleja que entienden que ocupan un lugar en el mundo y que este lugar demanda el reconocimiento de sus reglas, de allí la importancia dada a ser reconocidos por su buen comportamiento.

En síntesis, se observa que los años de la niñez representan para quien los vive una ocasión para profundizar en el conocimiento de sí mismo y para ampliar las esferas de relacionamiento y las posibilidades de integrarse a la sociedad con autonomía. Se perfeccionan y ganan habilidades, se construyen nuevas comprensiones, se interactúa con otras personas, otros escenarios, se realizan actividades nuevas, y los pares comienzan a ocupar un lugar importante en la vida.



3. El desarrollo durante la adolescencia

El inicio de los cambios físicos que trae la pubertad acompañan los comienzos de la adolescencia. Junto con los cambios asociados con la pubertad, que incluyen la menarquia en las mujeres, a lo largo de este periodo el ritmo del crecimiento vuelve a acelerarse dando lugar al llamado *estirón del crecimiento*, el cual trae consigo además de la talla, un aumento significativo la masa muscular y de la grasa corporal que se ve reflejada en el peso. Este aumento se comporta de manera diferente entre hombres y mujeres, por cuanto el tejido muscular crece con mayor celeridad en los hombres y la grasa corporal se acumula más rápido y mayormente en las mujeres.

Si bien se evidencian diferencias biológicas entre los sexos, como puede ser mayor flexibilidad en las mujeres o mayor fuerza en los hombres, muchas de ellas se ven marcadas por los roles de género que permean a la sociedad y que exponen a hombres y mujeres a ciertas actividades que las potencializan. Las diferencias sexuales en las habilidades motoras gruesas se verán atenuadas si las mujeres han tenido ocasión de practicar actividades deportivas o atléticas durante su niñez y adolescencia.

Los marcados cambios físicos que acontecen, traen consigo cambios en la autoimagen, en los sentimientos de seguridad sobre la propia valía, en las relaciones con sus familias y con las personas del sexo opuesto, en sus estados de ánimo, comportamientos, etc., los cuales varían en la intensidad y modos de tramitarse según las características individuales y las condiciones de contención que ofrezcan los contextos.

Quienes recién llegan a la adolescencia lo hacen contando con un amplio espectro de conocimientos que les permiten abordar con destreza gran variedad de problemas. Su capacidad de abstracción se irá complejizando para permitirles no sólo abordar el campo de lo real,

sino adentrarse en el mundo de lo posible y en el de aquello que no se ha conocido. De allí que sean capaces de proponer ideas o hacer predicciones frente a situaciones no ocurridas o a hechos futuros.

La capacidad para razonar de forma abstracta, permite a quienes se encuentran avanzados en los años de su adolescencia y hayan contado con experiencias que lo favorezca, que aborden textos complejos, y que muestren destreza para comprender y reflexionar sobre situaciones sociales y políticas considerando conceptos intangibles como la justicia, los derechos, la libertad.

Sus niveles de razonamiento les demandan ampliar sus habilidades de lenguaje soportadas en su capacidad de expresión. Se sirven de él para comunicar lo que sienten y piensan, para dar cuenta de sus experiencias más íntimas, adaptándolo a las situaciones y contextos particulares.

El lenguaje constituye para las y los adolescentes un patrimonio propio de su esencia como seres sociales. De allí que en estas edades se presente un incremento significativo en la competencia comunicativa, que se ve reflejada tanto en la habilidad para apropiar los repertorios que marcan los estilos que se usan en sus círculos más cercanos y en aquellos que se reconocen en su contexto social, como en el manejo de las formas aceptadas para establecer comunicación de acuerdo con los interlocutores: cuándo es correcto o pertinente hacerlo, qué temas son apropiados, qué formas están permitidas, entre otras. Esto no solo se circumscribe al lenguaje oral o escrito sino a todas las formas de expresión humanas que se ven nutridas por su sensibilidad al sentido de lo estético.

La adolescencia trae consigo la necesidad de las personas de ser más independientes y el interés por involucrarse activamente en las decisiones que se toman dentro de los grupos sociales a los que se pertenece, tales como la familia, los amigos, los grupos de interés, la comunidad educativa, el vecindario, la ciudad, el país.

La capacidad de introspección les permite mayor conciencia de sí mismos, de sus características, capacidades, habilidades y destrezas, basada en las opiniones y los juicios positivos o negativos que hacen sobre sí mismos. En condiciones adecuadas pueden ser bastante equilibrados en términos de que ni se subestiman ni se sobreestiman. De ello depende que se perciban como personas capaces, valiosas, realizadas.

La mayor flexibilidad cognitiva permite a las y los adolescentes entender las incongruencias de su conducta. Hacerse una idea mucho más compleja e integral de su personalidad considerando e integrando sus fortalezas y debilidades en una comprensión estable y coherente de quienes son.

El proceso de autoconocimiento abre las puertas al inicio de la experiencia de la interioridad, de allí que puedan describirse también desde valores abstractos o desde creencias y actitudes, tales como su orientación política o sexual, sus posiciones ambientales, sus prácticas ciudadanas, etc. Los roles sexuales se tornan más flexibles y sus conductas y actitudes menos plegadas a los estereotipos tradicionales, acorde con la situación en la que se encuentren.

La conciencia de sí mismos y de su momento vital se expresa también en la necesidad de saber quiénes son, qué tiene valor y relevancia en su existencia, cuál es su propósito, hacia

dónde van. Enfrentar estas preguntas y las demandas de la sociedad en cuanto a la asunción de responsabilidades o la toma de decisiones, despierta profundas incertidumbres sobre sí mismos que se acompañan de sentimientos de vacío y soledad y que se reconoce como crisis de identidad.

Estrechar vínculos con sus pares hace parte de su experiencia de intimidad y de construcción de la personalidad, pues ésta no solo se alimenta del encuentro íntimo y personal, sino de la posibilidad de contar con otros que sean referentes para reflejarse e identificarse.

Durante la adolescencia las y los jóvenes empiezan a entender que las reglas tienen un propósito superior que les trasciende: proteger derechos básicos como la igualdad, la justicia y la libertad.

El tiempo de la adolescencia trae consigo importantes transformaciones en las facultades que todo ser humano requiere para asumir y gestionar su vida con liderazgo y criterio propio de forma satisfactoria y plena, que no solo tenga efectos en la autorrealización sino en la significancia de su aporte al desarrollo de la sociedad.



ANEXO 4**ELEMENTOS FUNDAMENTALES PARA FACILITAR LAS SESIONES****1. Preparar una sesión de Retorno a la Alegría**

La preparación es esencial para el éxito de cualquier sesión. Es necesario de un lado, tener presente el objetivo que se espera alcanzar en cada sesión y por otra parte preparar todos los materiales con anticipación, asegurarse de que el espacio sea adecuado y contar con todos los recursos técnicos necesarios.

También es necesario conocer el contenido de la metodología a fondo y analizar a los participantes, sus necesidades y expectativas; esto es importante porque una misma sesión con grupos diferentes, puede tener desarrollos y resultados distintos, de ahí la importancia de recordar que la metodología es una guía, lo importante el lograr los objetivos que esta propone.

2. Fijar la agenda y las reglas al inicio

Establecer una agenda clara y definir las reglas al inicio de la sesión ayuda a crear un marco de trabajo organizado. La agenda proporciona una guía sobre el flujo de la sesión y los temas que se abordarán, lo cual facilita la gestión del tiempo, esta agenda de actividades está propuesta en la metodología, pero es necesario darla a conocer a las y los participantes.

Las reglas, por otro lado, establecen las expectativas de comportamiento y participación, promoviendo un ambiente de respeto y colaboración. Ambas prácticas aseguran que todos los participantes estén alineados y comprometidos desde el comienzo. Es necesario que las reglas de las sesiones se recuerden con cierta frecuencia y que se adapten si es que llega a ser necesario.

3. Fomentar un ambiente adecuado

Crear un ambiente adecuado es fundamental para el aprendizaje y la participación activa. Esto incluye aspectos físicos como una buena iluminación y comodidad del espacio, así como un clima emocional positivo. Es importante que los participantes se sientan seguros y valorados, lo cual se logra a través de la empatía, el respeto y el reconocimiento de sus aportes.

Un ambiente adecuado facilita la comunicación abierta y el intercambio de ideas. Asegúrense de incluir reglas en los talleres que faciliten el respeto entre las y los participantes (por ejemplo, pedir la palabra, no interrumpir, respetar todas las opiniones, etc.)

4. Reconocer la importancia de los rompehielos

Los rompehielos son actividades diseñadas para relajar el ambiente y promover la interacción desde el inicio. Estas dinámicas ayudan a los participantes a conocerse mejor y a sentirse más cómodos entre ellos, lo cual es esencial para crear un sentido de comunidad y confianza. Los rompehielos también aumentan la energía del grupo, preparándolos para participar activamente en la sesión y les ayudan a conectarse con el grupo. Los rompehielos se deben usar siempre al inicio de cada sesión, por lo que no iniciaremos una sesión sin hacer alguna actividad aunque sea en poco tiempo.

5. Dar instrucciones claras

Para dar instrucciones claras, es importante ser conciso y directo. Utilizar un lenguaje sencillo y asegurarse de que todos los participantes han entendido las indicaciones. Dividir las instrucciones en pasos secuenciales y proporcionar ejemplos prácticos ayuda a evitar confusiones. Preguntar si hay dudas y repetir las instrucciones si es necesario para asegurar la comprensión de todos.

6. Dar manejo a las personas o situaciones problemáticas

Abordar a personas o situaciones problemáticas con calma y respeto es esencial para mantener un ambiente constructivo. Es importante escuchar activamente las preocupaciones de la persona y tratar de entender su perspectiva. Establecer reglas claras desde el principio sobre el comportamiento esperado puede prevenir problemas. Si un participante continúa siendo problemático, es recomendable hablar en privado para evitar interrumpir la sesión y buscar una solución adecuada.

7. Actividades posteriores a la sesión

Después de la sesión, es fundamental realizar una evaluación para identificar lo que funcionó bien y lo que puede mejorarse. Recoger retroalimentación de los participantes a través de encuestas o comentarios directos proporciona información valiosa. Revisar y organizar todos los materiales y notas tomadas durante la sesión ayuda a sistematizar el aprendizaje. Asegurarse de que todo el equipo y los materiales se devuelvan a sus lugares correspondientes y hacer un seguimiento de las acciones acordadas.

8. Importancia de la sistematización

La sistematización implica documentar y organizar toda la información y experiencias de la sesión. Llenar los formatos del programa Retorno a la Alegría, como la bitácora de actividades, permite tener un registro detallado de lo sucedido. Esto es esencial para evaluar el impacto de las sesiones, realizar mejoras continuas y compartir aprendizajes con otros facilitadores. Una buena documentación asegura la continuidad y calidad del programa.

9. Manejo del tiempo y las pausas

El manejo del tiempo es la clave para el éxito de una sesión. Mantenerse dentro del horario planeado asegura que todos los temas se cubran adecuadamente y que los participantes no se sientan apresurados o aburridos.

Incluir pausas o recesos durante la sesión es importante para mantener la energía y la concentración de los participantes. Las pausas permiten momentos de descanso y reflexión, lo cual contribuye a un aprendizaje más efectivo. Durante las pausas el trabajo de las y los voluntarios no entra.

10. Conformar grupos de trabajo

La conformación de grupos de trabajo es una técnica efectiva para fomentar la colaboración y el intercambio de ideas. Es importante que los grupos sean heterogéneos, combinando diferentes habilidades y perspectivas para enriquecer las discusiones. Asignar roles claros dentro de cada grupo puede facilitar la organización y asegurar que todos los miembros participen adecuadamente.

La rotación de grupos a lo largo de las sesiones puede prevenir la formación de subgrupos y mantener la dinámica del trabajo en equipo, es decir, es necesario que en cada sesión que se requiera conformar grupos estos se hagan de manera aleatoria, pidiéndole a las personas participantes que se numeren; si necesita hacer tres grupos se numerarán del 1 al 3, si con 5 grupos del 1 al 5, y luego se juntan todos los número 1, los número 2 y así sucesivamente.

11. Dirigir reflexiones al terminar cada ejercicio

Las reflexiones al finalizar cada ejercicio son cruciales para consolidar el aprendizaje. Es importante guiar a los participantes a través de preguntas abiertas que les permitan expresar sus pensamientos y sentimientos sobre la actividad realizada. Fomentar la autoevaluación y la retroalimentación entre los miembros del grupo puede proporcionar valiosas perspectivas y mejorar la comprensión del ejercicio. Las reflexiones deben ser constructivas y enfocarse en los aprendizajes y mejoras posibles.



ANEXO 5

AUTOEVALUACIÓN PARA VOLUNTARIOS DE RETORNO A LA ALEGRÍA

Nombre: _____ Fecha: _____

INSTRUCCIONES:

Por favor, evalúa tu desempeño en cada uno de los siguientes temas clave relacionados con la realización de talleres. Utiliza la siguiente escala para puntuar tu nivel de confianza y competencia en cada área:

Necesito mucha mejora (rosado) 2 - Necesito alguna mejora (Amarillo) 3 - Estoy bien, pero puedo mejorar (azul) 4 - Estoy bastante bien (verde)

CRITERIO	OBSERVACIONES
1. Preparar para una sesión de retorno a la alegría	
2. Fijar la agenda y las reglas al inicio	
3. Fomentar un ambiente adecuado	
4. Reconocer la importancia de los rompehielos	
5. Dar instrucciones claras	
6. Dar manejo a las personas o situaciones problemáticas	
7. Actividades posteriores a la sesión	
8. Importancia de la sistematización	
9. Manejo del tiempo y las pausas	
10. Conformar grupos de trabajo	
11. Dirigir reflexiones al terminar cada ejercicio	
12.	
13.	

ANEXO 5

AUTOEVALUACIÓN PARA VOLUNTARIOS DE RETORNO A LA ALEGRÍA

Áreas donde siento que necesito más apoyo:

Áreas donde me siento más fuerte:

Sugerencias para mejorar los talleres:

ANEXO 6

ENFOQUES DIFERENCIALES

El Ministerio de Justicia de Colombia define los enfoques diferenciales como herramientas para:

“Garantizar, de manera real y efectiva, la aplicación del principio de igualdad y no discriminación. Se emplea como método de análisis y guía de acción (ONU DDHH, s.f.) citado por (Minjusticia, s.f.)

A partir de esta herramienta se entiende que, si bien todas las personas son iguales ante la ley, esta les afecta de manera distinta en razón a su edad, género, identidad sexual, orientación sexual, pertenencia étnica, salud física o mental, o cualquier otra condición, incluso la suma de varias de ellas.

En consecuencia, este principio orientador procura que la respuesta estatal en materia de atención, asistencia, protección y reparación llegue a todas las personas y se ajuste a las particularidades propias de cada individuo o grupo poblacional y territorio, con el fin de garantizar su derecho a la verdad, justicia, reparación y no repetición”. (Minjusticia, s.f.)

A su vez el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) define los principales enfoques de la siguiente manera:

1. Enfoque de derechos humanos y la doctrina de la protección integral

Surge de la comprensión de los derechos como universales e inherentes a los seres humanos sobre los cuales se deben procurar relaciones de justicia, igualdad y libertad en el marco de la integralidad, indivisibilidad e interdependencia. En este marco se comprende la dignidad humana como intrínseca, inalienable e irrenunciable a todo ser humano y la cual debe ser garantizada por el ordenamiento jurídico internacional y nacional. (ICBF, 2023)

Bajo estas comprensiones, los niños, niñas y adolescentes son reconocidos como sujetos titulares de derechos los cuales se materializan en el marco de la protección integral desde acciones estatales de reconocimiento de la titularidad de los derechos, la garantía de estos, la prevención de vulneraciones y su restablecimiento en caso de ser vulnerados. Esto con el fin de promover procesos de desarrollo integral en todas las dimensiones de la infancia y la adolescencia. (ICBF, 2023)



2. Enfoque Diferencial e interseccional

Comprendido en el marco de los derechos humanos como un enfoque que permite reconocer las diferencias sociales, culturales e históricas de los sujetos individuales y colectivos. Por ello, este enfoque se establece como una unidad de análisis que permite reconocer las particularidades de los niños, niñas, adolescentes y sus familias según las condiciones o situaciones de sus entornos y de esta manera diseñar e implementar acciones afirmativas, específicas y diferenciales que contribuyan al desarrollo integral y el goce efectivo de los derechos de todos los sujetos teniendo en cuenta sus condiciones constitutivas de edad, pertenencia étnica, discapacidad así como condiciones sociales, económicas, políticas y religiosas; afectaciones relacionadas con la violencia social y política, ubicación geográfica o situaciones legales. (ICBF, 2023)



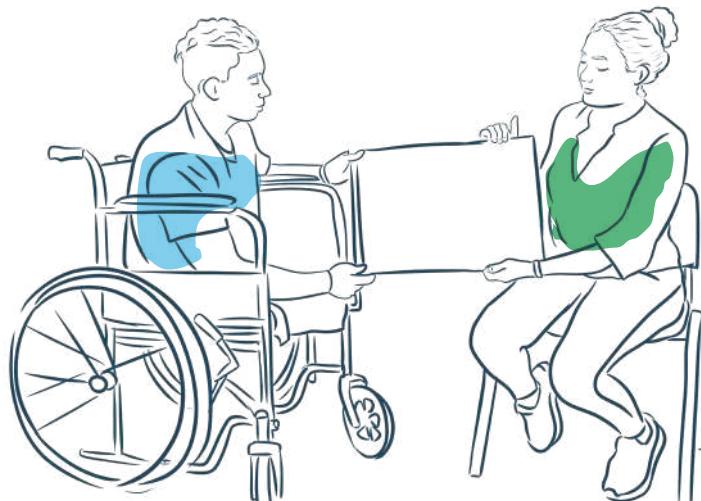
3. Enfoque diferencial de género

Comprendido como un enfoque que permite reconocer los procesos de desarrollo y transformación que surgen de manera particular en la niñez y la adolescencia y se asumen de manera diferenciada en hombres y mujeres de acuerdo con los entornos en donde transcurren sus vidas. En este sentido las acciones orientadas a la promoción de derechos, prevención de vulneraciones y desarrollo integral deben promover la equidad entre géneros, así como fomentar nuevas formas de relacionamiento social en el marco de la convivencia armónica y el respeto por la diferencia de roles. (ICBF, 2023)



4. Enfoque diferencial en discapacidad

En el marco del principio de la Protección Integral el ICBF reconoce a niñas, niños y adolescentes con y sin discapacidad como sujetos de derechos, promueve sus derechos para que sean garantizados y previene la vulneración de estos a través de las acciones desarrolladas en territorio, desde la oferta programática. (ICBF, 2023)



5. El enfoque diferencial étnico

Este enfoque parte del reconocimiento de grupos humanos con características históricas, sociales y culturales comunes, que se conciben como sujetos colectivos de derechos y a su vez como sujetos individuales. Los derechos colectivos de los grupos étnicos minoritarios en Colombia son fundamentales conforme lo establece la Constitución Política de 1991, estos grupos son: indígenas, gitanos, afrocolombianos, negros, palenqueros y raizales. (ICBF, 2023)



6. Enfoque de desarrollo humano

Reconociendo las dimensiones constitutivas de los seres humanos en el marco de la integralidad y la totalidad indivisible. Desde este enfoque los derechos se conciben como libertades que tienen los sujetos para ser y hacer en el marco del proyecto de vida que consideran para sí mismos. Para ello, los sujetos requieren desarrollar sus capacidades en clave de oportunidades pertinentes y diferenciales que brindan los entornos en donde transcurren sus vidas. (ICBF, 2023)

De la misma manera promueve de manera amplia la autonomía considerando que esta es una expresión por excelencia del desarrollo que debe manifestarse desde la autonomía funcional la cual comprende las capacidades motoras, cognitivas, sensoriales y relaciones; la autonomía social y eco-

nómica que implica la capacidad de los sujetos para interactuar con las oportunidades que brindan sus entornos para la consolidación de su proyecto de vida y la autonomía política, la cual hace referencia a las capacidades de movilización, participación y ciudadanía. En el marco de las acciones orientadas a la prevención de vulneraciones y promoción de derechos se deben promover la generación de oportunidades desde los diferentes entornos en clave del desarrollo de las capacidades de los niños, niñas y adolescentes, así como de la construcción de proyectos de vida en el que sean agentes de su propio desarrollo. (ICBF, 2023)



7. Enfoque de curso de vida

Este enfoque reconoce que el desarrollo humano es un continuum que ocurre a lo largo de la vida y está determinado por trayectorias, sucesos, hitos, tránsitos y oportunidades que generan experiencias vitales particulares y que se gesta en los entornos en donde se desarrollan los niños, niñas y adolescentes. En este sentido, las acciones diseñadas e implementadas de acuerdo con el momento de su curso de vida de los niños, niñas y adolescentes deben considerar de manera particular el desarrollo individual de cada sujeto para de esta manera responder a las necesidades de afianzamiento y fortalecimiento de capacidades que le permitan interactuar e incidir y participar de manera activa en la construcción de su proyecto de vida. (ICBF, 2023)



8. Enfoque de movilidad humana

El enfoque de movilidad humana es una perspectiva integral que aborda los desplazamientos y movimientos de personas, ya sean migraciones voluntarias o forzadas, dentro de un marco de derechos humanos. Este enfoque reconoce la diversidad de causas que motivan a las personas a desplazarse, incluyendo factores económicos, sociales, políticos y ambientales. Además, enfatiza la importancia de proteger y promover los derechos y dignidad de todas las personas en movimiento, garantizando su acceso a servicios básicos, seguridad y oportunidades de integración. Al considerar tanto las experiencias individuales como los contextos globales, el enfoque de movilidad humana busca fomentar políticas inclusivas y sostenibles que beneficien tanto a las personas migrantes como a las comunidades de origen, tránsito y destino.



Estos enfoques son un eje transversal que debe prevalecer en la ejecución de todas las sesiones.

ANEXO 7**TÉCNICAS ESPECÍFICAS PARA EL DESARROLLO DE TALLERES****1. Técnicas para mantener la concentración****a. Técnicas de atención plena: (mindfulness)**

Guía a los participantes en un breve ejercicio de respiración al inicio de la sesión. Pídeles que cierren los ojos, respiren profundamente por la nariz y exhalen lentamente por la boca. Repite esto tres veces y luego pídeles que se concentren en su respiración durante un minuto, observando cómo el aire entra y sale de sus cuerpos.

b. Segmentación de la sesión:

Divide la sesión en segmentos de 20-30 minutos. Después de cada segmento, introduce una actividad breve y diferente, como una discusión en grupo o una actividad física rápida, para mantener el interés y la energía de los participantes.

c. Uso de señales visuales y auditivas:

Utiliza tarjetas de colores para indicar cambios de actividad o estados de alerta. Por ejemplo, una tarjeta roja puede significar que quedan 5 minutos para terminar la actividad. Usa un timbre suave o una campanilla para marcar el inicio y el fin de los tiempos de trabajo.

2. Técnicas para mantener la concentración**a. Agrupamiento aleatorio:**

Numera a los participantes para formar equipos de manera aleatoria. Por ejemplo, reparte tarjetas numeradas del 1 al 4 y luego pide a los participantes que se agrupen según el número de su tarjeta. También puedes usar tarjetas de colores en una bolsa que se entregan aleatoriamente y luego se juntan por colores.

b. Asignación de roles:

Dentro de cada equipo, asigna roles específicos como líder, relator, moderador y responsable del tiempo. Explica claramente las responsabilidades de cada rol y cambia los roles en diferentes actividades para que todos tengan la oportunidad de experimentar distintas funciones.

c. Dinámicas de integración:

Usa rompehielos como “piedra papel y tijeras”, donde cada miembro que gane, elije a que grupo (tema, reto) en el que quiere participar.

3. Técnicas para la aplicación de primeros auxilios emocionales

a. Reconocimiento de signos de estrés:

Observa a los participantes durante las actividades y presta atención a cambios en su comportamiento, como retramiento, agitación o expresiones de ansiedad. Si notas alguno de estos signos, acércate discretamente y ofrece tu apoyo.

b. Técnicas de contención emocional:

Cuando un participante muestra signos de estrés o angustia, acércale un espacio tranquilo para hablar. Escucha activamente sin interrumpir, valida sus sentimientos con frases como “Entiendo que esto es difícil para ti” y mantén un tono de voz calmado y reconfortante.

c. Recursos de apoyo:

Ten a mano una lista de contactos de profesionales de salud mental y servicios comunitarios que puedas proporcionar a los participantes que necesiten apoyo adicional. Asegúrate de que estos recursos sean accesibles y estén actualizados.

4. Técnicas para la utilización de rompehielos

a. Instrucciones claras y simples:

Forma un círculo con los participantes y explica que cada uno tendrá la oportunidad de presentarse brevemente. Proporciona una estructura para la presentación, como nombre, una anécdota divertida o un dato curioso sobre ellos mismos.

b. Uso de objetos simbólicos:

Utiliza un objeto simbólico, como una pelota suave o un micrófono de juguete, que los participantes deben sostener mientras hablan. Esto ayuda a enfocar la atención y establece una señal clara de quién tiene el turno para hablar.

c. Tiempo limitado por participante:

Establece un límite de tiempo de 30 segundos a 1 minuto por participante. Usa un cronómetro visible o una señal sonora suave para indicar el fin del turno. Esto mantiene la actividad dinámica y asegura que todos los participantes tengan la oportunidad de hablar.

5. Técnicas para hacer reflexiones profundas**a. Preguntas abiertas:**

Utiliza preguntas abiertas al finalizar una actividad, como “¿Qué aprendiste hoy que te sorprendió?” o “¿Cómo puedes aplicar lo que has aprendido en tu vida diaria?”. Esto fomenta una reflexión más profunda y significativa.

b. Espacios de silencio:

Incorpora momentos de silencio en los que los participantes puedan reflexionar individualmente antes de compartir sus pensamientos. Esto permite una introspección más profunda y una mejor articulación de sus ideas.

c. Compartir en grupo:

Facilita espacios donde los participantes puedan compartir sus reflexiones con el grupo. Fomenta una discusión abierta y enriquecedora, validando las experiencias individuales y permitiendo el aprendizaje compartido.



6. Técnicas para recibir retroalimentación

a. Encuestas anónimas:

Distribuye encuestas anónimas al final de la sesión para recoger retroalimentación sobre la facilitación, los contenidos y las actividades del taller. Esta información es valiosa para mejorar futuras sesiones y asegurar que las necesidades de los participantes sean atendidas.

b. Retroalimentación inmediata:

Implementa momentos de retroalimentación inmediata durante el taller. Usa tarjetas de colores (verde para positivo, rojo para áreas de mejora) para que los participantes indiquen su nivel de satisfacción con las actividades en tiempo real.

c. Sesiones de retroalimentación en grupo:

Organiza sesiones de retroalimentación en grupo donde los participantes puedan discutir abiertamente lo que les gustó y lo que podría mejorar en futuros talleres. Esto fomenta un ambiente de colaboración y mejora continua.

ANEXO 8**MARCO NORMATIVO DE LOS DERECHOS DE LA PRIMERA INFANCIA, NIÑEZ Y ADOLESCENCIA EN COLOMBIA**

El marco normativo de los derechos de la niñez en Colombia está compuesto por una serie de leyes y decretos que buscan garantizar la protección integral de los niños, niñas y adolescentes.

A continuación se describen las normas más relevantes:

FECHA DE LA NORMA	NORMA
Ley 75 de 1968	Crea el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). Esta ley establece la organización y el funcionamiento del ICBF como la entidad responsable de coordinar el Sistema Nacional de Bienestar Familiar (SNBF).
Ley 7 de 1979	Dicta normas para la protección de la niñez, establece el SNBF y reorganiza el ICBF. Define el bienestar familiar como un servicio público que debe ser prestado por el Estado y establece los fines y actores del SNBF.
Ley 12 de 1991	Convención sobre los Derechos del Niño. Este tratado internacional, adoptado por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1989, fue ratificado por el congreso a través de la ley 12 de 1991
Ley 1098 de 2006 (Código de la infancia y la adolescencia)	Define las políticas públicas de infancia y adolescencia, estableciendo como responsables al presidente de la República, los gobernadores y los alcaldes. Crea el Consejo Nacional de Política Social (CNPS) y ordena la existencia de Consejos de Política Social en todos los departamentos y municipios.
Ley 1146 de 2007	Establece las bases para el fortalecimiento y garantía del desarrollo integral de la familia. Promueve la unidad familiar y la activación de recursos afectivos, económicos y culturales para la protección de sus integrantes.
Ley 1361 de 2009	Crea el Comité Interinstitucional Consultivo para la Prevención de la Violencia Sexual y Atención Integral de los Niños, Niñas y Adolescentes Víctimas del Abuso Sexual. (Política de Estado para el Desarrollo Integral de la Primera Infancia "De Cero a Siempre").
Ley 1804 de 2016	Establece la política de estado para la primera infancia, coordinada por la Comisión Intersectorial de Primera Infancia (CIPI) en el marco del SNBF. Asigna al ICBF la responsabilidad de liderar la implementación territorial de esta política.

FECHA DE LA NORMA	NORMA
Ley 1878 de 2018	Introduce modificaciones al Código de la Infancia y la Adolescencia para fortalecer la protección integral de los niños, niñas y adolescentes.
Ley 1885 de 2018	Modifica y complementa la Ley 1622 de 2013, fortaleciendo los mecanismos de participación juvenil y las funciones de los Consejos de Juventud.

ANEXO 9

DERECHOS DE LA INFANCIA SEGÚN LA LEY 1098 DE 2006 Y OTROS CONCEPTOS CLAVE

La Ley 1098 de 2006, conocida como el Código de la Infancia y la Adolescencia, junto con las leyes y decretos que le siguieron, constituye el marco normativo fundamental para la protección de los derechos de la niñez en Colombia. Esta legislación establece principios, responsabilidades y mecanismos de protección integral de los derechos de los niños, niñas y adolescentes. A continuación, se detallan los derechos principales reflejados en estas normas.

Derecho a la protección integral

La Ley 1098 de 2006 establece que los niños, niñas y adolescentes son sujetos plenos de derechos y merecen una protección integral que asegure su desarrollo armónico y pleno. Esto incluye la provisión de servicios básicos como salud, educación, y nutrición, así como la protección contra toda forma de violencia, abuso, explotación y negligencia. El Estado, la sociedad y la familia son responsables de garantizar estos derechos.

Derecho a la educación

El Código de la Infancia y la Adolescencia garantiza el derecho a la educación como un proceso continuo que promueve el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes. La ley estipula que la educación debe ser de calidad, inclusiva y adaptada a las necesidades y características de los niños y niñas. Además, la Ley 1804 de 2016, en el marco de la Política de Estado para el Desarrollo Integral niñas, niños y adolescentes de la Primera Infancia “De Cero a Siempre”, reforza la importancia de la educación inicial como base para el desarrollo cognitivo, emocional y social.

Derecho a la salud

El derecho a la salud está garantizado por la Ley 1098 de 2006, que establece que los niños y niñas deben tener acceso a servicios de salud adecuados, preventivos y curativos. Esto incluye la atención médica, nutricional y psicológica. La Ley 1804 de 2016 también hace énfasis en la salud integral de los niños y niñas desde la primera infancia, promoviendo servicios de salud accesibles y de calidad.

Derecho a la identidad

La Ley 1098 de 2006 asegura que todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una identidad, lo cual incluye el derecho a un nombre, una nacionalidad y a conocer a sus padres. Este derecho es fundamental para la inclusión social y el reconocimiento legal de los niños como sujetos de derechos.

Derecho a la participación

El Código de la Infancia y la Adolescencia reconoce el derecho de los niños, niñas y adolescentes a ser escuchados y a participar en las decisiones que afectan sus vidas. Este derecho incluye la libertad de expresión y la posibilidad de influir en las políticas públicas que los afectan. La ley establece mecanismos para garantizar la participación efectiva de los niños, niñas y adolescentes en diferentes ámbitos, incluidos los procesos judiciales y administrativos.

Derecho a la recreación y el juego

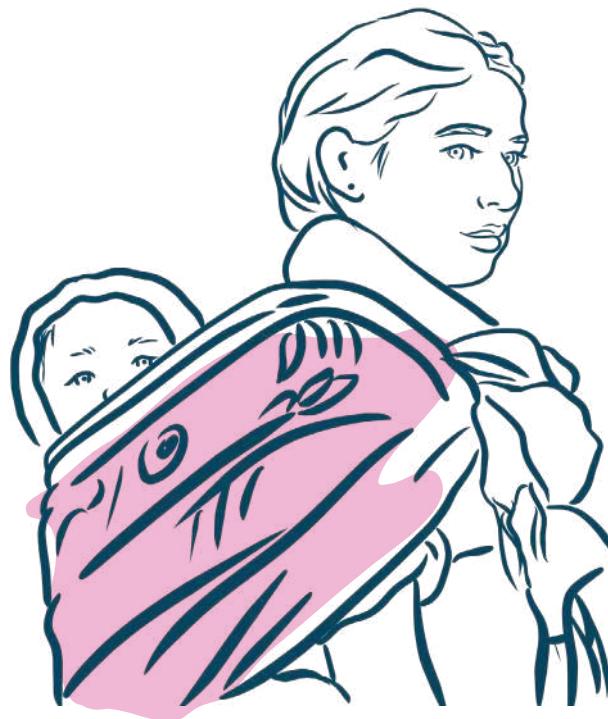
La ley también garantiza el derecho de los niños al descanso, al ocio, al juego y a participar en actividades recreativas propias de su edad. Este derecho es esencial para el desarrollo físico, mental y emocional de esta población.

Derecho a un ambiente familiar y de cuidado

La Ley 1098 de 2006 y la Ley 1146 de 2007 subrayan la importancia del entorno familiar en el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes. Estas leyes establecen que tienen derecho a vivir en un ambiente familiar que les proporcione amor, seguridad y cuidado. En casos donde esto no sea posible, el Estado debe garantizar la protección y cuidado adecuado a través de sistemas alternativos como la adopción y la acogida familiar.

Derecho a la protección contra la violencia

El marco normativo incluye medidas específicas para proteger a los niños, niñas y adolescentes contra todas las formas de violencia, abuso y explotación. La Ley 1361 de 2009, por ejemplo, crea el Comité Interinstitucional Consultivo para la Prevención de la Violencia Sexual y Atención Integral de los Niños, Niñas y Adolescentes Víctimas del Abuso Sexual, estableciendo así mecanismos de prevención y respuesta ante situaciones de abuso.



Otros conceptos clave en relación con los derechos de la infancia y la adolescencia

¿Quién es el responsable de la protección de los derechos?

El Código de la Infancia y la Adolescencia establece que la protección de los derechos de los niños, niñas y adolescentes es una responsabilidad compartida entre el Estado, la sociedad y la familia. Los presidentes, gobernadores y alcaldes son responsables de garantizar la implementación de políticas públicas de infancia y adolescencia. Además, se establece la obligación de contar con Consejos de Política Social a nivel nacional, departamental y municipal para coordinar y supervisar las acciones de protección y garantía de los derechos de la niñez y la adolescencia.

¿Qué es el Interés superior del Niño?

El interés superior del niño es un principio fundamental consagrado en el derecho internacional y nacional, que establece que en todas las decisiones y acciones que afecten a un niño, niña o adolescente su bienestar y desarrollo integral deben ser considerados como la máxima prioridad. Este principio implica que los derechos y necesidades de los niños, niñas y adolescentes deben prevalecer sobre cualquier otro interés o consideración. En Colombia, este principio está claramente reflejado en el artículo 44 de la Ley 1098 de 2006 y se aplica en todas las políticas, programas y servicios dirigidos a la infancia, asegurando que cada niño, niña o adolescente reciba el cuidado y la protección necesarios para un desarrollo saludable y seguro.

¿Qué es un proceso de restablecimiento de derechos?

Un proceso de restablecimiento de derechos es un conjunto de medidas y acciones administrativas y judiciales diseñadas para proteger y garantizar los derechos de niños, niñas y adolescentes que han sido vulnerados. En Colombia, este proceso es llevado a cabo por el ICBF y otras entidades competentes, y se activa cuando se identifican situaciones de maltrato, abuso, abandono, explotación o cualquier otra circunstancia que afecte el bienestar y desarrollo integral de un menor de edad. El objetivo es restituir sus derechos fundamentales, asegurar su protección y bienestar, y, cuando sea posible, reintegrarlos a un entorno familiar seguro y adecuado. Este proceso incluye la evaluación del caso, la implementación de medidas de protección, el seguimiento del niño, niña o adolescente y, en ocasiones, la judicialización de los responsables de la vulneración de derechos.

¿Qué es el Sistema Nacional de Bienestar Familiar (SNBF)

El SNBF es un conjunto de instituciones, políticas, normas, programas y servicios que articulan los esfuerzos del Estado y la sociedad civil para garantizar el bienestar de las familias y la protección integral de los niños, niñas y adolescentes en Colombia. El SNBF es coordinado por el ICBF y abarca tanto entidades públicas como privadas, actuando en los niveles nacional, departamental y municipal para asegurar la implementación efectiva de políticas de bienestar familiar.

En un municipio, el equivalente al SNBF es el Consejo de Política Social, el cual es presidido por el alcalde y está compuesto por representantes de diversas entidades locales que trabajan en conjunto para diseñar, implementar y supervisar las políticas y programas de bienestar familiar y protección de la infancia y adolescencia. Este consejo se encarga de coordinar las acciones y recursos necesarios para garantizar que los derechos de los niños, niñas y adolescentes sean protegidos y promovidos a nivel local.

¿Qué son Los Consejos Municipales y Locales de Juventud?

Los Consejos Municipales y Locales de Juventud en Colombia son mecanismos de participación, concertación, vigilancia y control de la gestión pública que permiten a los jóvenes y las jóvenes ser interlocutores ante las autoridades y entidades públicas. Estos consejos están establecidos por la Ley 1622 de 2013, conocida como el Estatuto de Ciudadanía Juvenil, y son regulados por la Ley 1885 de 2018.

Los Consejos de Juventud tienen como funciones:

- Proponer políticas, planes y programas necesarios para la juventud.
- Actuar como mecanismos válidos de interlocución con las autoridades territoriales y nacionales.

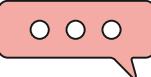
Designar representantes para participar en comisiones de decisiones y concertación.

Estos consejos se reúnen al menos dos veces al año con el Presidente, Gobernador o Alcalde y su gabinete, así como con los órganos legislativos correspondientes, para presentar propuestas y discutir políticas relacionadas con la juventud. Además, tienen la responsabilidad de elaborar su reglamento interno y su plan de acción, lo que les permite ser actores activos en la toma de decisiones que afectan a los jóvenes en sus comunidades.



ANEXO 10

PREGUNTAS DE TRIVIA SOBRE ALGUNOS DE LOS DERECHOS DE LA INFANCIA



1. ¿Qué es la Ley 1098 de 2006 conocida como?
2. ¿Qué derechos garantiza la Ley 1098 de 2006?
3. ¿Qué incluye la protección integral según la Ley 1098 de 2006?
4. ¿Quiénes son responsables de garantizar los derechos de la infancia según la Ley 1098 de 2006?
5. ¿Qué establece el derecho a la educación en la Ley 1098 de 2006?
6. ¿Qué refuerza la Ley 1804 de 2016 en el contexto de la educación?
7. ¿Qué servicios incluye el derecho a la salud según la Ley 1098 de 2006?
8. ¿Qué enfatiza la Ley 1804 de 2016 sobre la salud de los niños, las niñas y adolescentes?
9. ¿Qué asegura el derecho a la identidad según la Ley 1098 de 2006?
10. ¿Qué incluye el derecho a la identidad?
11. ¿Qué reconoce el derecho a la participación en la Ley 1098 de 2006?
12. ¿Qué mecanismos establece la Ley 1098 de 2006 para la participación de los niños, las niñas y adolescentes? T
13. ¿Qué garantiza el derecho a la recreación y el juego según la Ley 1098 de 2006?
14. ¿Qué establece la Ley 1098 de 2006 sobre el ambiente familiar?
15. ¿Qué alternativas menciona la Ley 1098 de 2006 cuando no es posible el ambiente familiar?
16. ¿De qué trata la Ley 1361 de 2009?
17. ¿Qué mecanismos establece la Ley 1361 de 2009 para prevenir la violencia sexual?
18. ¿Quién es responsable de la protección de los derechos de la infancia?
19. ¿Qué son los Consejos de Política Social?
20. ¿Qué es el interés superior del niño según la Ley 1098 de 2006?
21. ¿Dónde se refleja el principio del interés superior del niño en la Ley 1098 de 2006?
22. ¿Qué es un proceso de restablecimiento de derechos?
23. ¿Quién lleva a cabo el proceso de restablecimiento de derechos en Colombia?
24. ¿Qué es el Sistema Nacional de Bienestar Familiar (SNBF)?
25. ¿Cuál es el equivalente al Sistema Nacional de Bienestar Familiar en un municipio?

RETORNO A LA
ALEGRÍA

ANEXO 11

LOS RIESGOS EN LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA

La noción sobre niñas, niños y adolescentes es una construcción social dinámica que responde a características históricas y culturales. Esta categoría social permite interpretar y explicar las características socioemocionales y de comportamiento que orientan la forma de relacionarse con ellos. Durante años, se ha visto a niñas, niños y adolescentes como seres inocentes y el futuro de la sociedad. Sin embargo, la Convención de los Derechos del Niño y otras normativas han establecido que son sujetos de derechos que requieren protección integral. A continuación, se describen diez riesgos específicos identificados por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) que afectan el desarrollo integral de niñas, niños y adolescentes.



1. Violencia intrafamiliar y maltrato infantil

La violencia intrafamiliar y el maltrato infantil son problemáticas prevalentes en Colombia. Incluyen violencia física, psicológica, sexual y económica. La violencia intrafamiliar está tipificada como delito en el artículo 229 del código penal colombiano, con agravantes si se ejerce contra menores, mujeres, personas mayores de 60 años o personas en estado de indefensión. La OMS define el maltrato infantil como la desatención o abusos que afectan la salud física y mental de los menores de edad.

2. Violencia en la escuela

El acoso escolar o *bullying* es un fenómeno influenciado por factores sociales, culturales y económicos. Fue estudiado por el psicólogo Dan Olweus, quien definió el *bullying* como actos de violencia intencional y repetida entre pares. Este fenómeno afecta el desarrollo emocional y físico de los niños, niñas y adolescentes y debe ser prevenido a través de estrategias escolares.

3. Violencia sexual

La Organización Mundial de la Salud - OMS define la violencia sexual como cualquier acto sexual no deseado que involucre coacción. Abarca manifestaciones físicas, psicológicas y simbólicas. El ICBF señala que la violencia sexual contra niños, niñas y adolescentes es una grave violación a los derechos humanos, afectando su desarrollo integral y goce de derechos. Este tipo de violencia se incluye en la violencia basada en género, que se agrava en contextos de desigualdad.

4. Suicidio

El suicidio es una de las principales causas de muerte a nivel mundial. Se entiende en cuatro etapas: ideación, amenaza, intento y consumación. La OMS y el Ministerio de Salud lo definen como la muerte autoinfligida. La prevención del suicidio requiere diálogo constante y la identificación de señales de alarma, como pensamientos suicidas, alteraciones emocionales graves y aislamiento social. En Colombia, incitar o ayudar a alguien a suicidarse es un delito, según el artículo 107 del Código Penal.

5. Consumo de sustancias psicoactivas

El consumo de sustancias psicoactivas ha sido parte de ceremonias ancestrales y actualmente se asocia con problemas de salud pública. El consumo problemático entre jóvenes está vinculado a enfermedades como el VIH y la tuberculosis, y a problemas socioemocionales. Estudios sugieren que el consumo de sustancias psicoactivas precede o acompaña actos delictivos entre adolescentes.

6. Reclutamiento, uso y utilización

El reclutamiento de niñas, niños y adolescentes por grupos armados es un delito en Colombia. Se define como la vinculación permanente o transitoria de menores a estos grupos, mediante fuerza o engaño. El uso y utilización de menores implica su participación en actividades ilegales sin necesariamente ser separados de su entorno familiar. La legislación colombiana penaliza estas prácticas con severas penas.

7. Riesgos digitales

El uso de tecnologías de la información plantea nuevos riesgos para menores, como la exposición a contenido inapropiado, ciberacoso y ciberdependencia. El ICBF identifica tres principales riesgos: de contenidos, de conducta y de contacto. UNICEF destaca la importancia de establecer mecanismos de protección ante los impactos negativos de la digitalización en los niños.

8. Embarazo en la adolescencia

El embarazo en adolescentes es un problema de salud pública con graves consecuencias para la salud y bienestar de la madre y el hijo. La OMS señala que la probabilidad de morir durante el embarazo es significativamente mayor en adolescentes. Este fenómeno también ocasiona problemas sociales como deserción escolar y pobreza. El embarazo adolescente responde a falta de educación y acceso a servicios de salud sexual y reproductiva.

9. Delito (Entrar en conflicto con la ley)

La prevención del delito en adolescentes se basa en identificar y eliminar factores de riesgo antes de que ocurra el comportamiento delictivo. La cultura de la legalidad, entendida como la aceptación e interiorización de normas jurídicas, es fundamental para promover el empoderamiento ciudadano y la ciudadanía activa entre las personas menores de edad.

10. Trabajo infantil

El trabajo infantil limita el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes y afecta la garantía de sus derechos. Según la Ley 1098 de 2006, el trabajo infantil abarca cualquier actividad que impida el pleno desarrollo de un menor de edad. Las actividades peligrosas están definidas por la resolución 1796 de 2018 del ICBF. El trabajo infantil está asociado a la explotación y afecta la educación, salud y bienestar de los menores de edad.

11. La explotación sexual comercial

La explotación sexual comercial de niñas, niños y adolescentes (ESCNNA) es una grave violación de los derechos humanos que implica el uso de menores en actividades sexuales a cambio de remuneración o cualquier otro tipo de beneficio. Este delito incluye: Relaciones sexuales a cambio de dinero, regalos, favores u otros, La utilización o exposición de niños, niñas o adolescentes en pornografía, La trata de niños, niñas o adolescentes con fines sexuales, el ejercicio de estas actividades en contextos de turismo, actividades extractivas, obras de infraestructura o mega proyectos, la trata de menores con fines sexuales. Según la Organización Internacional del Trabajo (OIT), la ESCNNA afecta la integridad física, emocional y psicológica de los menores de edad, perpetuando ciclos de pobreza y vulnerabilidad.

12. Alta permanencia en calle

El riesgo de alta permanencia en la calle para niñas, niños y adolescentes implica que los menores de edad pasan gran parte de su tiempo en la vía pública, lo cual los expone a diversos peligros y vulneraciones de derechos. Esta situación puede ser causada por varios factores, incluyendo la necesidad de los padres de trabajar en la calle, problemas familiares, pobreza extrema, violencia doméstica, y desarraigo social. La alta permanencia en calle incrementa la vulnerabilidad de los menores de edad a la movilidad humana o migración, abuso sexual, consumo de sustancias psicoactivas, y violencia. Además el trabajo infantil, limita su acceso a la educación y la salud, afectando su desarrollo integral.



ANEXO 12**RUTAS DE ATENCIÓN PARA NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN COLOMBIA**

Las rutas de atención en Colombia están diseñadas para garantizar la protección y el bienestar de niñas, niños y adolescentes, respondiendo de manera integral y coordinada a sus necesidades y derechos. Estas rutas establecen los procedimientos y responsabilidades de las entidades involucradas en la atención y protección de menores de edad en situaciones de riesgo o vulneración de derechos. A continuación, se describen las principales rutas de atención existentes en el país, así como las diferencias que pueden presentarse a nivel local.

**Principales rutas de atención****1. Ruta de atención del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)**

El ICBF es la entidad principal encargada de proteger los derechos de los niños, niñas y adolescentes en Colombia. Su ruta de atención incluye la recepción de denuncias, evaluación de los casos y la implementación de medidas de protección. El proceso comienza con la denuncia, que puede ser realizada por cualquier persona o entidad a través de la línea 141, oficinas locales del ICBF, o directamente en los centros zonales. Una vez recibida la denuncia, se evalúa la situación del niño, niña o adolescente y se determinan las medidas de protección necesarias, que pueden incluir el ingreso a programas de restablecimiento de derechos, atención psicológica, y ubicación en hogares de paso o familias sustitutas (ICBF) (Colombia Líder).

2. Ruta de atención en salud

El Ministerio de Salud y Protección Social tiene a su cargo la ruta de atención en salud para menores de edad. Esta ruta incluye la atención integral de salud, desde la promoción y prevención hasta la atención de urgencias y enfermedades. Los niños, niñas y adolescentes pueden acceder a los servicios de salud a través de los centros de salud, hospitales y EPS. En casos de maltrato o abuso, los profesionales de la salud deben reportar la situación al ICBF y a las autoridades competentes para garantizar la protección del menor de edad. Además, se brinda atención psicológica y médica especializada a los niños, niñas y adolescentes víctimas de violencia sexual y otros tipos de maltrato (Portal ICBF).

3. Ruta de atención en educación

El Ministerio de Educación Nacional establece las rutas de atención en el ámbito educativo. Estas rutas buscan garantizar el acceso y la permanencia de los niños, niñas y adolescentes en el sistema educativo. Las instituciones educativas deben identificar y reportar casos de deserción escolar, maltrato, acoso escolar (*bullying*) y otros riesgos que afecten a los estudiantes. Las Secretarías de Educación, en coordinación con el ICBF y otras entidades, implementan estrategias para apoyar a los estudiantes en riesgo y asegurar su bienestar (Portal ICBF).

4. Ruta de atención de la Policía Nacional

La Policía Nacional de Colombia, a través de la Policía de Infancia y Adolescencia, juega un papel crucial en la protección de los niños, niñas y adolescentes. Su ruta de atención incluye la prevención de delitos contra la niñez y la adolescencia, la recepción de denuncias y la intervención en situaciones de emergencia. Los agentes de la Policía de Infancia y Adolescencia trabajan en coordinación con el ICBF, las autoridades locales y otras entidades para asegurar la protección de los niños, niñas y adolescentes y la judicialización de los agresores (ICBF) (Colombia Líder).

5. Ruta de atención de la Fiscalía General de la Nación

La Fiscalía General de la Nación se encarga de la investigación y judicialización de los delitos cometidos contra los niños, niñas y adolescentes. Su ruta de atención incluye la recepción de denuncias, la investigación de los casos y la acusación formal de los responsables. La Fiscalía trabaja en coordinación con el ICBF, la Policía Nacional y otras entidades para garantizar que los derechos de los niños, niñas y adolescentes sean protegidos y que los responsables de los delitos sean llevados ante la justicia (Colombia Líder).

6. Defensoría del Pueblo

La Defensoría del Pueblo también juega un rol importante en la protección de los derechos de los menores. Su ruta de atención incluye la recepción de quejas y denuncias sobre violaciones de derechos humanos, ofreciendo asesoría legal y apoyo en la gestión de casos ante otras entidades pertinentes. Además, la Defensoría del Pueblo realiza seguimiento y monitoreo de las condiciones de los niños, niñas y adolescentes en diferentes contextos, asegurando que se respeten sus derechos fundamentales (Colombia Líder).

7. Comisarías de Familia

Las Comisarías de Familia, presentes en los municipios y distritos, son entidades clave en la atención inmediata de situaciones de violencia intrafamiliar y maltrato infantil. Estas comisarías pueden dictar medidas de protección inmediatas y trabajan en coordinación con el ICBF y otras entidades para asegurar la protección y bienestar de los niños, niñas y adolescentes. Además, ofrecen orientación y apoyo a las familias para prevenir futuras situaciones de riesgo (ICBF).

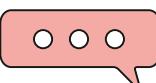
Las rutas locales

Las rutas de atención pueden presentar diferencias a nivel local debido a las particularidades y necesidades específicas de cada región. Las autoridades locales, como las alcaldías y gobernaciones, tienen la responsabilidad de adaptar y complementar las rutas de atención nacionales para responder a las realidades y contextos específicos de sus comunidades. Por ejemplo, en zonas rurales o de difícil acceso, pueden establecerse alianzas con organizaciones comunitarias y ONG para garantizar la atención y protección de los niños, niñas y adolescentes. Además, las Comisarías de Familia y las Defensorías del Pueblo a nivel municipal juegan un papel clave en la implementación y seguimiento de las rutas de atención locales.

Se recomienda a las y los voluntarios revisar localmente las rutas disponibles y ponerlas disposición de las niñas, niños y adolescentes.

ANEXO 13**PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS EN SESIONES DE RETORNO A LA ALEGRÍA**

En el marco de Retorno a la Alegría, es fundamental estar preparados para ofrecer primeros auxilios psicológicos (PAP) a niñas, niños y adolescentes que puedan sufrir una crisis durante las sesiones. Los PAP son una serie de intervenciones diseñadas para reducir el estrés inicial causado por un evento traumático y ayudar a los afectados a enfrentarlo de manera efectiva. Estos primeros auxilios no requieren de formación profesional en psicología, pero sí de una comprensión básica de las técnicas y principios involucrados. Este documento detalla cómo llevar a cabo los PAP en el contexto de las sesiones del programa.

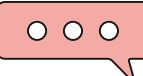
**Identificación de una crisis**

Una crisis se refiere a un estado de desestabilidad o afectación emocional emocional que puede surgir cuando un individuo enfrenta una situación abrumadora. En las sesiones de Retorno a la Alegría, los facilitadores deben estar atentos a señales de crisis que pueden incluir:

Llanto inconsolable.

- Agitación o comportamiento agresivo.
- Retraimiento extremo o catatonia (anormalidades motoras; rigidez, movimientos acelerados, ausencia del habla y otros comportamientos inusuales).
- Expresiones verbales de desesperanza o angustia extrema.
- Comportamiento desorientado o confuso.





Pasos para ofrecer primeros auxilios psicológicos

1. Prepararse

Antes de comenzar cualquier sesión, los facilitadores deben estar preparados para posibles situaciones de crisis. Esto incluye:

- Conocer el plan de emergencia y los recursos disponibles: Asegúrese de que todos los facilitadores estén familiarizados con el plan de emergencia y los recursos disponibles, incluyendo contactos de emergencia y servicios de salud mental.
- Tener acceso a contactos de emergencia: Tenga a mano los números de contacto de familiares, servicios de salud y emergencia.
- Establecer un ambiente seguro y acogedor: Cree un entorno donde los niños se sientan seguros y cómodos desde el inicio de la sesión.

2. Contacto y protección

Cuando se identifique una posible crisis:

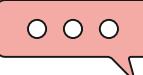
- Acérquese al niño, niña o adolescente de manera calmada y sin prisa: Mantenga la calma y acérquese lentamente para no asustar o agitar más a la persona afectada.
- Asegúrese de que el ambiente sea seguro: Elimine cualquier posible amenaza física, alejando objetos peligrosos y proporcionando un entorno tranquilo.
- Mantenga una distancia adecuada: Respete el espacio personal del afectado para no hacerles sentir invadidos.

3. Escuchar con empatía

- Escuche activamente sin interrumpir: Deje que el niño, niña o adolescente exprese sus sentimientos y pensamientos sin interrupciones.
- Utilice frases empáticas: Use frases como “Estoy aquí para ayudarte” o “Veo que estás pasando por un momento difícil” para mostrar empatía.
- No minimice ni juzgue sus sentimientos: Valide sus emociones y evite hacer comentarios que puedan trivializar lo que están sintiendo.

4. Brindar calma y apoyo

- Hable con una voz suave y tranquilizadora: Mantenga un tono de voz calmado para ayudar a relajar a la persona afectada.



- Ofrezca afirmaciones de seguridad: Asegure al niño, niña o adolescente que está a salvo y que usted está allí para ayudarlo.
- Utilice técnicas de respiración: Guíe al niño, niña o adolescente en ejercicios de respiración profunda para ayudar a reducir su nivel de estrés.

5. Evaluar las necesidades

- Pregunte sobre necesidades inmediatas: Pregunte si necesitan agua, un lugar tranquilo para sentarse, o si desean contactar a un familiar.
- Evalúe la necesidad de intervención adicional: Determine si la situación requiere la intervención de un profesional de salud mental.

6. Asistir con problemas prácticos

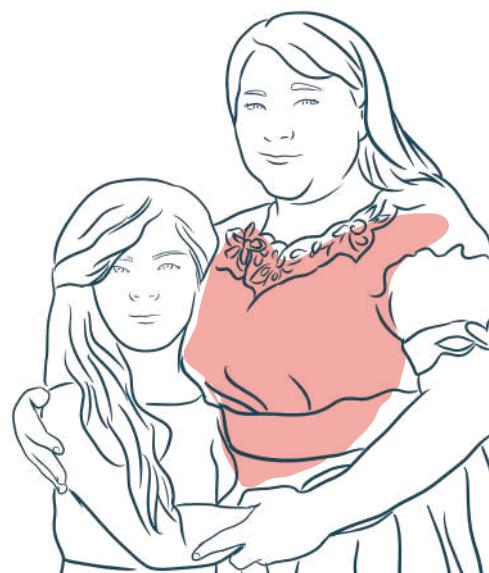
- Ayude a resolver problemas inmediatos: Proporcione soluciones a problemas inmediatos, como encontrar un lugar seguro para el niño, la niña o adolescente.
- Facilite la comunicación con familiares o cuidadores: Si es necesario, contacte a los familiares o cuidadores para informarles sobre la situación y buscar apoyo adicional.

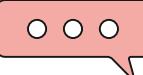
7. Conectar con apoyo adicional

- Proporcione información sobre recursos de apoyo: Informe sobre líneas de ayuda psicológica, servicios de salud mental y redes de apoyo comunitario disponibles.
- Coordine con servicios de emergencia: Si la crisis es severa, coordine con servicios de emergencia o profesionales de salud mental para una intervención inmediata.

8. Seguir evaluando y acompañando

- Realice un seguimiento continuo: Despues de la crisis inicial, continúe evaluando el bienestar del niño, la niña o adolescente y ofrezca apoyo continuo.
- Asegure que no se sientan abandonados: Proporcione apoyo emocional continuo para que el niño, niña o adolescente no se sienta solo después del evento.





TÉCNICAS ESPECÍFICAS PARA NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

1. Uso de juguetes o dibujos

Proporcione papel y lápices de colores: Permita que los niños, niñas y adolescentes dibujen sus sentimientos para expresar lo que están sintiendo de manera no verbal.

Utilice juguetes terapéuticos: Use juguetes para ayudar a los más pequeños a expresar sus emociones y procesar el evento traumático.

2. Juegos de rol

Realice juegos de rol: Permita que los niños, niñas y adolescentes representen sus emociones y situaciones a través de juegos de rol, lo que facilita la expresión de sentimientos difíciles de verbalizar.

3. Actividades de relajación

Guíe en actividades de relajación: Realice ejercicios de estiramiento suaves o actividades de mindfulness adecuadas para la edad de los niños, niñas y adolescentes.

4. Creación de un espacio seguro

Establezca un rincón tranquilo: Dedique un área de la sala como “espacio seguro” donde los niños, niñas y adolescentes puedan ir a relajarse si se sienten abrumados.
Importancia del autocuidado para los facilitadores

Atender a niños, niñas y adolescentes en crisis puede ser emocionalmente desafiante para los facilitadores. Es vital que quienes ofrecen PAP también practiquen el autocuidado para mantenerse efectivos en su rol. Esto incluye:

- Tomarse tiempo para descomprimirse: Despues de una situación estresante, tómese un tiempo para relajarse y descomprimir.
- Hablar con colegas o supervisores: Comparta sus reacciones y sentimientos con colegas o supervisores para obtener apoyo emocional.
- Participar en actividades de bienestar: Realice actividades que promuevan su bienestar emocional y mental, como ejercicio, meditación, o hobbies.

REFERENCIAS

- Colombia Líder. "Lineamiento técnico del modelo para la atención de los niños, niñas y adolescentes con derechos amenazados y/o vulnerados". Colombia Líder
- Congreso de Colombia. (2001). Ley 679 de 2001.
- Congreso de Colombia. (2006). Ley 1098 de 2006.
- Cruz Roja Colombiana. "Guía de intervención en crisis y primeros auxilios psicológicos". Cruz Roja Colombiana
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). "Conoce la ruta de atención en casos de vulneración de derechos de niños, niñas y adolescentes". ICBF
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). "Manual de primeros auxilios psicológicos". ICBF
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). (2018). Violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). (2019). Informe sobre explotación sexual comercial.
- Ministerio de Salud y Protección Social. "Rutas integrales de atención en salud - RIAS". MinSalud
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (n.d.). Explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). "Primeros auxilios psicológicos: Guía para trabajadores de campo". OMS
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2011). Informe mundial sobre la violencia y la salud.
- Profamilia; Plan internacional por la niñez en Colombia. (2018). Informe sobre embarazo adolescente.
- Secretaría Distrital de Salud de Bogotá. (2017). Definición de suicidio.
- UNICEF – JUNTA DE ANDALUCIA. (2020). Ficha de signos y síntomas. UNICEF República Dominicana con el apoyo de la Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo
- UNICEF – JUNTA DE ANDALUCIA. (2020). Manual del voluntario: Programa de recuperación psicoafectiva para niñas, niños y adolescentes en situaciones de emergencia y desastres. UNICEF República Dominicana con el apoyo de la Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo.
- UNICEF. (2010). Manual de capacitación: Programa de recuperación psicoafectiva para niñas, niños y adolescentes en situaciones de emergencia y desastres. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, República Dominicana.
- UNICEF. (2010). Manual de implementación para instituciones ejecutoras: Un programa para la recuperación psicoafectiva de niñas, niños y adolescentes en situaciones de emergencia y desastres. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, República Dominicana.
- UNICEF. (2007) Manual de Protocolos y Juegos para el Programa Retorno de la Alegría UNICEF-Colombia, 2007
- UNICEF. (2017). Impactos de la digitalización en el bienestar de los niños.
- UNICEF. (s.f.) Manual para la Identificación de riesgos de protección de los Niños, Niñas y Adolescentes migrantes y refugiados en Colombia.



RETORNO A LA ALEGRÍA

unicef  | para cada infancia